



Ustaz Cinta & Heni Novitasari

Tentukan
PILIHAN
TEPATMU!

MELEPAS BELENGGU JOMBLO

(WARNA-WARNI LAJANG)



MELEPAS BELENGGU JOMBLO

(WARNA-WARNI LAJANG)



Allah SWT menciptakan manusia berpasang-pasangan, untuk saling menyayangi dan mencintai. Hidup tidaklah indah tanpa cinta. Dunia terasa tidak berwarna ketika tidak ada cinta di dalamnya. Seperti yang dikatakan Kahlil Gibran, dunia tanpa cinta seperti pohon yang berdiri tegak, tetapi tidak dihiasi oleh daun, bunga, dan buahnya. Untuk meraih cinta sejati, diperlukan cara dan strategi jitu agar usaha yang dilakukan berhasil mencapai tujuannya. Buku *Melepas Belenggu Jomblo (Warna-Warni Lajang)* persembahkan Ustaz Cinta memberikan "kompas" sebagai penunjuk arah bagi siapa pun yang membaca buku ini untuk menemukan pasangan seajutanya. Buku ini berisi warna-warni kehidupan lajang, pengalaman-pengalaman kisah-kisah jomblo dan jomblowati yang bergelut dengan masa lajangnya, tips mencari jodoh yang efektif dan efisien, kiat-kiat tetap bahagia melajang sambil menunggu belahan jiwanya, dan kiat-kiat membina hubungan dengan pasangan.

Inu Lena Armando, 45, menikah, PNS

"Jika mencari pasangan idaman 100% seperti yang diidam-idamkan, berarti Anda mempertahankan status jomblo Anda."

Frida, 29, lajang, karyawan

"Jangan jadi jomblo lama-lama. Nggak enak. Cepat-cepat married."

ISBN 978-979-072-071-8



9 789790 720718



731607.014

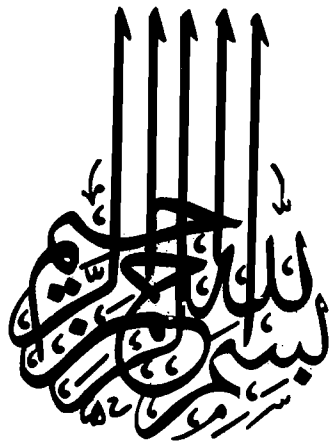
TSPM/2010/06/OC/0065

Inti Medina

Jln. Pulo Kambing Raya Kav. 7 No. 22

Kawasan Industri Pulo Gadung Jakarta Timur

Tel. (021) 46826995, Faks. (021) 46826985



Ustaz Cigta & Heni Novitasari

Tentukan
PILIHAN
TEPATMU!

MELEPAS BELENGGU JOMBLO

(WARNA-WARNI LAJANG)

Inti Medina



Melepas Belunggu Jomblo

(Warna-Warni Lajang)

Ustaz Cinta & Heni Novitasari

Co. Writer: Sasetyo

Editor: Abdul Hakim M.

Desain sampul: Wahyudi AP

Desain isi: Wahyudi AP

Penata letak isi: Tri Mulyani Ch.

Cetakan pertama: September 2010

Penerbit Inti Medina

Jln. Pulo Kambing Raya Kav. 7 No. 22

Kawasan Industri Pulo Gadung Jakarta Timur

Tel. (021) 46826995, Faks. (021) 46826985

Anggota IK'API

Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Ustaz Cinta & Heni Novitasari

Melepas Belunggu Jomblo (Warna-Warni Layang)/Ustaz Cinta &

Heni Novitasari

Cet. 1-Solo

Inti Medina, 2010

x, 102 hlm.; 21 cm

ISBN 978-979-072-071-8

1. Agama I. Judul

©Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

All Rights Reserved

Dicetak oleh PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri

Kata Pengantar Penerbit



Allah SWT menciptakan manusia saling berpasangan, untuk saling menyayangi dan mencintai. Laki-laki membutuhkan perempuan, sebagaimana perempuan juga membutuhkan laki-laki. Hidup tidaklah indah tanpa cinta. Dunia terasa tidak berwarna ketika tidak ada cinta di dalamnya. Seperti yang dikatakan Gahlil Gibran bahwa dunia tanpa cinta, seperti pohon yang berdiri tegak, tetapi tidak dihiasi oleh daun, bunga, atau buah.

Terkadang kita bisa menemukan cinta kita dengan mudah tanpa ada kendala atau hambatan sama sekali. Namun, terkadang sebagian dari kita kesulitan menemukan pendamping hidupnya. Entah itu disebabkan oleh faktor dari luar atau dari dalam diri kita sendiri. Ketika cinta yang sudah dinanti-nanti tidak kunjung hadir, ada perasaan tertekan dan hampa datang menghampiri. Bagaimana caranya memperoleh cinta sejati kita?

Memang tidak mudah menjalani hidup sebagai lajang, apalagi ketika melihat teman-teman sebaya sudah menemukan belahan jiwanya. Semua orang menginginkan kita agar cepat menikah dan membina keluarga yang *sakinah, mawaddah, wa rahmah*. Berjalan sendiri mengarungi hidup memang terasa menyedihkan. Hidup menjadi hambar dan sunyi. Pikiran kita hanya terpusat pada bagaimanapun caranya agar kita dapat

menemukan pendamping kita. Segala macam cara dilakukan untuk mendapatkan cinta, mulai dari biro jodoh, dikenalkan oleh teman, sampai yang dijodohkan orang tuanya. Semua itu berujung pada dua kemungkinan, diterima atau ditolak cintanya.

Buku persembahan dari Ustaz Cinta ini, memberikan sebuah "kompas" yang akan menuntun lajang kepada cintanya. Kualitas Ustaz Cinta yang sudah tidak diragukan lagi dalam bidang cinta-mencintai ini akan memberikan pencerahan bagi kita yang sedang terbentur oleh masalah cinta. Pengalaman dan kualitas yang dimiliki oleh Ustaz Cinta akan dikupas habis tanpa tersisa dalam buku ini sehingga buku ini layak dibaca untuk berbagai kalangan, baik yang sedang mendambakan cinta maupun yang ingin lebih menyelami cintanya.

Hidup melajang bukanlah bencana. Kekosongan hati dapat disikapi dengan berbagai cara, seperti memfokuskan perhatian pada kegiatan-kegiatan yang bermanfaat atau menekuni hobi yang sudah lama ingin dilakukan. Banyak jalan menuju Roma. Banyak cara lajang untuk mendapatkan cinta. Ketika kesempatan belum didapatkan, para lajang tetap dapat hidup produktif dan dinamis meraih cita-citanya. Buku ini datang membawa penyegaran bagi pikiran-pikiran lajang. Buku ini memberikan "bahan bakar" positif bagi lajang agar tetap semangat dalam menjalani hidup. Hidup melajang harus tetap menyenangkan. Tetap bisa bebas berkreasikan dan meraih semua impian sambil menunggu kedatangan orang yang menyambut cinta kita. *Don't worry, be happy!*

Inti Medina

Kata Pengantar Penulis



Fenomena kehidupan lajang beserta masalah-masalah yang dihadapi terlihat begitu beragam dan kompleks, mulai dari urusan usia, pekerjaan, percintaan, dan unsur emosi. Urusan percintaan menjadi faktor terpenting dalam kehidupan lajang. Banyak orang merasa khawatir ketika usianya telah mencapai puncak kematangan orang dewasa, tetapi belum juga menuju pelaminan, terlebih bagi perempuan-perempuan lajang yang ditandai dengan usia yang memasuki 27 tahun ke atas. Faktor psikologis pun ikut memengaruhi kondisi lajang. Desakan orang tua, tekanan keluarga, adanya stigma terhadap status lajang, rasa minder, beda suku, merasa belum mapan, trauma akibat perceraian keluarga, dan banyak alasan lainnya. Ketika memasuki usia-usia panik pun banyak perempuan dan laki-laki yang belum juga menikah. Ketika sudah menjelang *menopause*, biasanya banyak perempuan mulai mengalami depresi karena akan melewati masa-masa produktif sebagai seorang perempuan. Berbeda dengan perempuan, laki-laki dianggap dapat menikah berapa pun usianya. Belum lagi, masih ada beberapa anggapan miring masyarakat dari kultur budaya yang berbeda-beda yang menganggap status lajang sebagai "aib" jika pada usia yang telah pantas menikah, tetapi masih belum juga menemukan jodohnya. Tidak jarang ada yang mencap perempuan lajang dengan sebutan perawan tua.

Kita menjumpai banyak kasus dan permasalahan yang dihadapi para lajang ketika memulai proses perkenalan dengan pasangan hingga menuju pelaminan. Tidak jarang terjadi ganti pasangan berkali-kali karena belum juga menemukan seseorang yang pas menurutnya. Hubungan selama bertahun-tahun pun belum menjamin bisa berlanjut sampai ke jenjang pernikahan. Beberapa lajang merasa lelah melewati setiap proses yang berulang-ulang. Penggunaan berbagai macam fasilitas teknologi canggih bukanlah jaminan hubungan pasangan tetap langgeng, baik jarak dekat maupun jauh. Peristiwa keretakan dan perceraian keluarga yang banyak beredar di media-media massa dan lingkungan sosial sekitar, secara tidak langsung juga dapat memengaruhi persepsi lajang tentang pernikahan. Ternyata, jodoh begitu gampang-gampang susah untuk didapatkan. Namun, ikhtiar dan doa harus tetap dipanjatkan. Allah pasti sudah mengatur pada usia berapa hamba-Nya akan menikah. Kendala-kendala yang dihadapi tidaklah menjadi faktor penghambat bagi lajang. Malah sebaliknya, kendala-kendala tersebut dapat dijadikan sebagai motivasi untuk bisa lebih baik lagi.

Konsep dalam penyusunan buku ini dilengkapi dengan angket, wawancara dengan lajang usia antara 27-40 tahunan, komentar-komentar pakar motivasi, permasalahan-permasalahan yang dihadapi lajang, dan pesan-pesan dari lajang untuk para lajang khususnya yang berusia 27-40 tahunan. Semuanya dikemas ke dalam beberapa topik, mulai dari permasalahan, solusi, tips-tips, dan pesan-pesan penting untuk para lajang.

Semoga buku *Melepas Belunggu Jomblo (Warna-Warni Lajang)* ini dapat memberikan solusi bagi para lajang, penikmat pembaca buku, dan pemerhati sosial.

Salam Cinta,

Ustaz Cinta & Heni Novitasari

Daftar Isi



KATA PENGANTAR PENERBIT	v
KATA PENGANTAR PENULIS	vii
DAFTAR ISI	ix
PROSES CINTA, HADAPI DENGAN SENYUMAN	1
MENGAPA MELAJANG?	7
A. Lajang Itu Menyenangkan, Benarkah?	9
B. Lajang Karena Tidak Laku?	14
WARNA-WARNI CINTA (CURHAT DAN TIPS)	19
A. Kala Trauma Menciptakan Kepasrahan	21
B. Hubungan Jarak Jauh	28
C. Cinta di Balik Trauma Perceraian	35
D. Cintaku Terbentur Prinsip	37
E. Cintaku di Hati Duda	39
F. Cintaku Terhalang Karier	41
LAJANG PASCACERAI DAN LAJANG TULEN	47
LAJANG PRODUKTIF, BERPIKIR POSITIF, DAN	
BAHAGIA	61
A. Catatan Ustaz Cinta	63
B. Kiat Menikmati Masa Lajang	67

C. Smart Mengakhiri Masa Lajang.....	83
D. Kiat Mengelola Keuangan dan Berinvestasi Secara Efektif Selagi Anda Masih Lajang.....	86
E. Kiat Mencari Jodoh	89
F. Kiat Membina Hubungan Baik dengan Pasangan ...	91
DAFTAR PUSTAKA	97
TENTANG PENULIS.....	99



**Proses Cinta,
Hadapi dengan Senyuman**



Proses Cinta, Hadapi dengan Senyuman



Hidup seolah tidak terlihat indah jika tidak saling berpasang-pasangan. *"Dan membawanya, Dialah yang menciptakan berpasang-pasangan..., laki-laki dan perempuan."* (QS An-Najm [55]: 45). Perempuan laksana bunga yang merekah berwarna-warni, cantik, wangi, anggun, lembut, dan penuh pesona. Kala disakiti, bunga itu jatuh berguguran. Kala disayang, bunga itu pun merekah memesonakan wangi semerbak. Di lain pihak, laki-laki dilahirkan laksana sosok gagah dan kuat. Kehadirannya menjadi penopang lembutnya hati perempuan.

Tuhan telah menitipkan rasa cinta pada setiap makhluk ciptaan-Nya. Masa lajang adalah masa-masa yang dikaruniai Tuhan dengan kebebasan serta banyaknya pilihan. Ibarat seekor burung, dia terbang lepas, bebas, dan sendiri menjelajahi dunianya.

Lajang mencari cinta, memadu hati, dan menggapai cinta. Tiap rentang usia lajang mewarnai seni mencinta. Ada seru, canda, tawa, bahkan air mata. Meraih kesamaan, melebur perbedaan. Cinta laksana luapan kasih tiada hingga tanpa memandang faktor kesamaan dan perbedaan yang dicintainya. Akan tetapi, mengapa di balik cinta kadang terjadi kegagalan? Kisah cinta memang begitu unik dan penuh misteri. Prosesnya membutuhkan kesabaran dan ketulusan.

Berawal dari perkenalan, pencocokan atau penyesuaian, dan diakhiri dengan keputusan. Hasilnya pun beragam, ada yang sukses tanpa hambatan yang berarti, ada yang menghadapi ujian yang berliku-liku sebelum berhasil meraih cintanya, bahkan tidak jarang berakhir dengan kegagalan. Ada sedih dan gembira, ada senyum dan air mata, apalagi ketika cinta itu pergi, pasti akan terasa sangat menyakitkan.

Cinta mewarnai isi hati dan daya tariknya memikat perasaan. Akan tetapi, apa boleh dikata jika cinta tidak harus memiliki. Cinta terkesan melelahkan, ya? Manusia hanya dapat berikhtiar, sedangkan hasil akhir sepenuhnya bergantung pada ridha-Nya. Terdapat banyak sarana untuk mendapatkan jodoh; bisa dari teman yang memperkenalkan, *chatting* dunia maya, pengajian-pengajian, dan biro jodoh. Namun, siapa pun pilihannya, jodoh terkesan gampang-gampang susah, ya? Tembok penghalang jodoh dapat datang kapan saja. Masalah perbedaan menjadi salah satu hambatan dalam membina hubungan, mulai dari urusan selera, gaya hidup, kelas sosial, dan karakter. Faktor psikologis pun dapat turut pula memengaruhinya. Namun, ini bukan berarti lajang tidak dapat meraih cinta. Lajang juga manusia. Lajang juga punya hak untuk bahagia.

Era modern sekarang ini telah memfasilitasi kaum lajang dengan berbagai macam teknologi sejenis *chat-room*, *instant messenger*, dan situs jejaring sosial, seperti *facebook* dan *twitter* sehingga lajang tidak lagi merasa kesepian. Untuk memuaskan "rasa dahaga" dalam berhubungan dengan lawan jenis, lajang dapat memanfaatkan fasilitas teknologi yang telah tersedia meskipun hanya sebatas mengobrol atau berkirim pesan. Tidak hanya urusan cinta, karir pun menjadi bagian utama dalam meniti kehidupan. Banyak lajang yang terlalu asyik meniti karier dalam pekerjaan sehingga urusan cinta seolah dinomorduakan.

Kebahagiaan dapat diraih dengan cara yang berbeda bergantung dari masing-masing individu. Seorang pakar terkemuka di bidang perilaku manusia, David J. Lieberman (2008:8) mengutarakan bahwa setiap kali kita melakukan sesuatu yang berarti, itu akan memberi makna pada hidup kita. Dan, makna itu menyenangkan. Nah, dalam kaitannya dengan kehidupan lajang, para lajang dapat memaknai hidupnya dengan berbagai pilihan. Ada yang memilih untuk berorientasi pada karir, berkarya dalam suatu perkumpulan klub atau organisasi, menyelami pendidikan tinggi, bahkan mungkin memilih untuk melajang saja. Tersedianya berbagai macam pilihan aktivitas tersebut bertujuan untuk dapat memberikan kebahagiaan tersendiri bagi para lajang dan dapat memberikan makna yang berarti bagi pilihan hidupnya, meski kerap dihindangi anggapan miring masyarakat. Gelar perjaka atau perawan tua, lajang tak laku-laku, dan sebagainya kerap mengganggu pikiran dan suasana hati lajang.

Pada akhirnya, kebahagiaanlah yang menjadi satu-satunya tujuan lajang saat meraih cintanya. Ada banyak cara untuk mencapai kebahagiaan. *Resep pertama* datang dari majalah *Media Kawasan* tahun 2009 yang menyarankan bahwa resep yang paling populer untuk bahagia adalah "berpikir positif". Berpikir positif membantu kita meraih yang terbaik dalam hidup dan melihat masa lalu dengan perasaan puas, bukan dengan perasaan menyesal. Ia melihat masa depan dengan optimisme dan harapan. Orang yang selalu berpikir positif di mana pun akan lebih bahagia dan sukses daripada orang-orang yang melihat hidup hanya dari segi negatifnya. Singkatnya, sikap positif ini amatlah bermanfaat. *Resep kedua*, kebahagiaan menular dan menyebar lewat kelompok-kelompok sosial, seperti hasil riset ilmiah Nicholas Christahis, Profesor Departemen Sosiologi Harvard University, yang melaporkannya dalam jurnal

prestisius, *British Medical Journal* pada awal Desember 2008. Jika ingin berbahagia, kita juga harus bergaul dengan orang-orang yang bahagia dalam hidupnya. Ini memang resep yang gampang-gampang susah. *Resep ketiga* datang dari Profesor Eric G. Wilson dalam bukunya, *Against Happiness*, yang mengatakan bahwa untuk menjadi bahagia, kita harus merasakan apa yang memang harus kita rasakan: rasa tidak aman, keterkejutan, guncangan, kekalahan, dan kesedihan. Dengan cara ini, kita dapat merasakan keindahan dunia dengan segala ketidaksempurnaannya. Jadi, kalau saat ini banyak berita negatif dan pesimis, itu pertanda kebahagiaan akan hadir melengkapi. *Resep keempat* berasal dari Charles Dickens, yang berkata, "Berkacalah dari berkatmu yang sangat banyak engkau terima, bukan pada kesialan masa lalu, yang semua orang memiliki."

Bersyukur adalah resep bahagia nomor satu yang sudah terbukti selama ratusan, bahkan ribuan tahun. Jadi, berbahagialah dengan apa yang Anda miliki saat ini, baik saat senang maupun susah, saat suka maupun duka. Tidak ada manusia yang selalu dapat melewati cobaan-cobaan hidup secara sempurna. Dengan berpikir positif dan berbahagia, hidup Anda akan selalu sehat, ceria, sukses, dan semangat dalam meraih cita dan cinta.

Puncak dari kebahagiaan bukanlah diukur dari popularitas, kekayaan, sanjungan orang atau kesenangan semata, melainkan dari bagaimana kita mampu merasakan ketenangan dan ketenteraman hati nan ikhlas dan sabar dalam menghadapi kondisi apapun yang kita terima. "*Sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar.*" (QS Al-Anfâl [8]: 46)

Don't worry, be happy! Enjoy your life!



Mengapa Melajang?



Mengapa Melajang?



A. Lajang Itu Menyenangkan, Benarkah?

Sosok lajang menyebar di mana-mana. Seisi jalan dipadati para lajang dengan bermacam-macam karakteristik dan penampilan yang diwarnai oleh banyaknya pilihan, gaya, dan tujuan hidup. Fasilitas modern membuat mereka tidak merasa kesepian. Kesibukan aktivitas harian mewarnai hidup dan tertuang bebas di bawah kendali hak setiap lajang dan segala keputusan menjadi hak prerogratif mereka. Akan tetapi, benarkah melajang itu menyenangkan? Jawabannya pun bermacam-macam.

Riana, 40 tahun, merasa sedang menikmati keamanan hidupnya selama ini. Status PNS, berpendidikan S2, dan gelar hajah telah diraihinya. "Kadang merasa enggan mencari pasangan, tetapi ingin juga melepas masa lajang. Ya, belum tahulah. Mungkin Tuhan belum memberikan jodoh," katanya pasrah.

"Kalau dikatakan menyenangkan, mungkin iya, tetapi bagaimanapun juga kita butuh pendamping hidup, kan?" ungkap Risma (28) yang bekerja sebagai guru.

Ditambahkan oleh Evita (31), "Lajang menyenangkan? Benar bila ditinjau hanya dari sisi sukanya dan bukan dukanya. Dengan statusnya yang belum terikat pernikahan, lajang masih bebas bergaul dan beraktivitas untuk kebutuhan

diri sendiri tanpa merasakan beban dan tanggung jawab terhadap suami-istri atau anak, misalnya tidak perlu merasa bertanggung jawab atas kebutuhan belanja istri, makan keluarga sehari-hari, repotnya mengurus anak dan suami (mencuci pakaian mereka, menyiapkan masakan, biaya pendidikan anak), tidak mendengar omelan istri, tangis anak bayi yang rewel, dan lain-lain," ujarnya detail.

"Bisa suka-suka kalau lagi malas bangun pagi, bisa tidur, bisa baca melulu, bisa malas-malasan deh, bisa janji mendadak dengan teman. Nikah juga rasanya *nggak kepengen* karena terlalu menuntut banyak persyaratan buat pasangan, padahal diri sendiri *nggak* punya kemampuan jadi ibu dan istri yang baik, seperti *nggak* suka mengurus anak-anak, *nggak* suka mengurus suami, *nggak* suka berbenah, *enggak* suka masak, dan lain-lain," ujar Liva enteng (41).

"Ada senang, ada susah. Senang karena punya banyak teman untuk berbagi. Susah karena harus memendam hasrat untuk bersama pujaan hati," tutur penulis buku, Budi (28).

Dapat kita simpulkan dari beberapa opini di atas bahwa melajang itu bisa menyenangkan, tetapi juga bisa menyusahkan. Jika kita jabarkan dua perbedaan opini tersebut, dapat kita kategorikan sebagai berikut.

1. Melajang menyenangkan.
 - a. Bebas beraktualisasi
 - b. Banyak waktu luang
 - c. Hanya menghidupi diri sendiri
 - d. Bebas melakukan semua hal yang diinginkan
 - e. Punya kesempatan seluas-luasnya, seperti bebas mempunyai banyak teman dekat, melakukan kesenangan, memperhatikan kebutuhan diri sendiri, dan lebih semangat meniti karier bagi yang bekerja

2. Melajang menyusahkan.
 - a. Merasa sendirian dan kesepian
 - b. Tidak ada tempat untuk berbagi rasa
 - c. Timbul perasaan tidak nyaman dan banyak di-hinggapi tekanan sosial
 - d. Tidak ada teman curhat
 - e. Tidak mendapat curahan kasih sayang dan perhatian sejati

Sebenarnya masih banyak lagi hal yang dapat melengkapi suka duka melajang di atas. Perhitungan untung dan rugi bukanlah menjadi persoalan yang membuat mereka tetap melajang, tetapi karena jodoh yang belum kunjung datang dan pilihan yang ada masih belum sesuai dengan kriteria mereka.

Hasil survei yang dilakukan majalah *Stern* memberitakan bahwa lebih dari 80 persen wanita *single* Jerman mengaku benar-benar bahagia tanpa keberadaan suami. Mereka juga mengatakan hidup sendiri memberikan kebebasan untuk melakukan semua hal yang diinginkan. Survei di Jepang (2005: 1-3) menunjukkan bahwa 7 dari 10 wanita lajang benar-benar bahagia dengan hidup sendiri alias tidak menikah. Jumlah wanita yang enggan menikah ini terus meningkat rata-rata 10 persen dari tahun ke tahun, apalagi hidup melajang tidak lagi dipandang buruk oleh masyarakat seperti pada zaman dahulu. Orang memilih hidup tanpa pasangan karena beberapa alasan, ada yang disebabkan oleh patah hati, tidak percaya pada lawan jenis, tidak ingin kariernya terganggu, dan sebagian lainnya menganggap memang jodohnya belum tiba. Ada pula yang menghadapi permasalahan beda agama, beda prinsip, sampai kalau ngobrol *nggak* nyambung. Hal menarik dari survei yang dilakukan surat kabar *Yomiuri* di atas adalah semakin tua

usia responden, semakin sedikit yang mengatakan bahagia hidup melajang. Survei memang menemukan 73 persen wanita lajang dan 67 persen pria bujang setuju jika wanita akan merasa lebih bahagia hidup sendiri alias tidak menikah. Namun, besarnya persentase ini semakin mengecil seiring dengan bertambahnya usia responden. Barangkali saja mereka menyadari semakin tua usia mereka, hidup semakin sepi tanpa pasangan. Akan tetapi, jika mendapat pasangan yang tidak tepat, repot juga karena bakal tersiksa seumur hidup. Serba salah juga, ya

Menurut pakar psikologi, Agustine Dwiputri (2008:1), studi penelitian menunjukkan bahwa uang ternyata dianggap membuat hidup lebih baik dan bukan lagi pasangan hidup. Hal ini berarti menikah tidak lagi menjadi prioritas utama jika penghasilan seseorang belum memadai.

Lain halnya dengan pernyataan psikolog Ratih Ibrahim (2007:1), "Kebanyakan orang takut melajang karena kesan yang dibuat seolah perempuan itu tidak laku, turun pasar, atau apalah."

Profesor Julianne Holt-Lunstad, dari Universitas Brigham Young, membuktikan studi penelitiannya bahwa seseorang yang menikah lebih sehat daripada yang masih melajang.

Berdasarkan uraian beberapa pakar di atas memperlihatkan adanya pandangan pro dan kontra terhadap fenomena lajang yang mencakup apakah melajang itu menyenangkan ataukah tidak. Jadi, benarkah lajang itu menyenangkan? Berbagai penelitian dilakukan dan komentar para pakar turut mewarnai. Para lajang pun ikut menyuarakan pendapatnya. Pada dasarnya, siapa pun tidak ingin melajang, tetapi semua itu kembali lagi pada diri lajang masing-masing, apakah menyenangkan atau tidak, apakah ingin tetap melajang atau menikah.

Dr. Amir Faishol Fath (2007: 1) juga menemukan beberapa hasil temuan tentang alasan orang masih melajang. Ada yang beralasan untuk mencari ilmu atau mengumpulkan bekal terlebih dahulu. Beliau juga mengulas alasan-alasan mengapa kita harus segera menikah. Allah Ta'ala menegakkan sunnah-Nya di alam ini atas dasar berpasang-pasangan. *Wa min kulli syai'in kbalagnâ zaujain (dan segala sesuatu kami ciptakan berpasang-pasangan) (QS Adz-Dzâriyât [51]: 49)*. Ada siang ada malam, ada laki-laki ada perempuan. Allah berfirman *fankihû* dengan kata perintah yang menunjukkan pentingnya hakikat pernikahan bagi manusia. Jika membahayakan, tidak mungkin Allah memerintahkannya, malah yang Allah larang adalah perzinaan. Lebih baik kita menikah daripada melakukan zina. *Walâ taqrabuzzinâ (dan janganlah kamu mendekati zina) (QS Al-Isrâ' [17]: 32)*. Ini menegaskan bahwa segala sesuatu yang mendekati pada perzinaan adalah haram, apalagi melakukannya, mengapa? Sebab Allah menginginkan manusia untuk hidup bahagia, aman, dan sentosa sesuai fitrahnya. Dan, menikah merupakan fitrah manusia serta salah satu bentuk ibadah kepada-Nya. Dalam Surat Ar-Rûm [30]: 21, Allah menyebutkan pentingnya mempertahankan hakikat pernikahan dengan sederet bukti-bukti kekuasaan Allah SWT. Dalam sebuah kesempatan, Rasulullah saw. menguatkan makna pernikahan sebagai ibadah. *"Bila seorang menikah berarti ia telah melengkapi separuh agamanya, maka hendaknya ia bertakwa kepada Allah pada paruh yang tersisa."* (HR Baihaqi, hadis Hasan).

"Sebenarnya pernikahan bukanlah masalah," tutur Dr. Amir. Menikah adalah jenjang yang harus dilalui oleh setiap manusia. Ia adalah sunnatullah yang tidak mungkin diganti dengan cara apapun. Jadi, benarkah menjadi lajang itu menyenangkan? Lagi-lagi pertanyaan itu muncul.

Jawabannya ada pada diri Anda sendiri sebagai seorang lajang, betulkan?

B. Lajang Karena Tidak Laku?

Hidup tidak sesempurna yang Anda bayangkan, begitu juga dengan status lajang. Banyak proses hidup yang dilewati lajang, terutama urusan cinta yang menyimpan kenangan dan berbagai keunikan berwarna-warni. Lajang punya tujuan hidup masing-masing. Pilihan ada di tangan mereka, apakah menikah atau tidak menikah? Berapa pun usianya, seorang lajang akan tetap dikatakan lajang jika tidak juga menikah. Akan tetapi, apakah menikah menjadi satu-satunya tujuan akhir untuk melepas masa lajang? Jika kita amati fenomena sosial yang terjadi saat ini, banyak kehidupan rumah tangga yang berakhir dengan perceraian, bahkan tidak jarang terjadi kasus eksploitasi anak, aborsi, penyiksaan suami terhadap istri, kasus perselingkuhan, dan berbagai masalah ekonomi rumah tangga. Hal ini bisa menjadi bahan renungan kita semua.

Status lajang kadang menjadi pusat perbincangan orang-orang. Kapan menikah? Kenapa belum menikah juga? Pilih-pilih ya? Belum lagi anggapan miring orang tentang lajang, seperti lajang tidak laku-laku atau perawan tua juga sering disebut-sebut. Bagaimana lajang bisa menikmati hidupnya dari pengaruh tekanan sosial? Lajang juga manusia, bukan?

Apakah cinta begitu mudah diraih? Cinta adalah dambaan semua orang. Cinta tidak hanya cukup dengan berkata "*I love you*", tetapi juga dengan menunjukkan kasih sayang yang tulus kepada pasangannya. Cinta begitu indah dan mendatangkan kebahagiaan tiada tara. Ketika cinta diterima, nuansa hati serasa lapang dan berbunga-bunga. Tetapi, ketika cinta ditolak, aura keceriaan tertutup beku

tidak merekah. Cinta datang dan pergi kapan saja. Proses yang berliku dan penuh tantangan harus dilalui untuk mendapatkan cinta yang sesungguhnya.

Hal serupa juga dialami oleh beberapa lajang usia 27–40 tahun berikut ini tentang masa-masa hubungan cintanya dengan pasangan.

1. Adu ego
Wahono, 32, karyawan bank
"Masalah ego, saya cenderung mengalah dan diam dalam batas normal. Setelah itu, saya mencoba mengetes ego pasangan dengan menaikkan ego saya untuk menilai pola pikirnya dan kedewasaannya."
2. Banyak perbedaan
Umi, 39, wiraswasta
"Banyak ketidakcocokan prinsip, ego, dan sama-sama nggak mau ngalah. Kadang kalau sudah kesal dan sakit hati, langsung saja putus, tanpa butuh penjelasan."
3. Pertemuan yang tak terlaksana
Lina, 30, guru
"Pernah kenal dari internet. Ia seorang dosen tetapi itu sudah lama sih. Ia orangnya dewasa. Sukanya, ia selalu memberi *advice* buat aku. Dukanya, ketika kita membuat janji, ia maunya ketemu di Jakarta. Akhirnya, acara itu tidak terlaksana."
4. Campur tangan saudara dan keluarga
Winda, 33, guru
"Hubungan cinta dengan pasanganku sering kali terbentur oleh perbedaan prinsip saudara dan keluarga sehingga sering dilanda putus hubungan."
5. Berkorban rasa
Vivan, 29, karyawan

"Tidak ada perasaan rugi untuk berkorban. Rasa sayang yang tulus kepada pasangan akan terasa berbeda dibandingkan dengan rasa cinta yang hanya dilandasi oleh nafsu. Kalau lagi ada cekcok dan salah pengertian, maunya main ego."

Membina hubungan cinta terkesan gampang-gampang susah. Ungkapan cinta kepada pasangan tidak sekadar memberi perhatian, kasih sayang, *take and give*, tetapi juga memahami persamaan dan perbedaan yang ada pada diri pasangan. Pola pikir, gaya hidup, selera, kelas sosial, dan karakter dapat dengan mudah melahirkan perbedaan sikap dan tindakan pasangan. Memahami dan menyesuaikan perbedaan tidaklah mudah. Cinta lahir dari banyaknya kesamaan dan juga perbedaan. Nah, ini bergantung juga pada bagaimana kita bisa menerima kekurangan yang ada pada pasangan kita.

Dalam salah satu artikel, dikatakan bahwa memilih pasangan adalah masalah yang cukup rumit. Kebanyakan orang, meskipun dia tahu pasangan ideal yang diinginkan, tidak dapat melihat karakteristik apa yang dapat digunakan untuk mengukur apakah lawan jenisnya termasuk dalam kategori ideal seperti yang diinginkan atau tidak. Mereka akhirnya hanya berpegang pada kesamaan yang dapat terlihat dengan mudah. Perbedaan dapat menjadi masalah saat seseorang merasakan bahwa pasangannya berbeda dari dirinya. Manusia cenderung untuk berusaha mengubah orang yang dicintai agar menjadi lebih ideal, paling tidak menurut standar yang dia miliki. Pada saat itulah masalah biasanya timbul, misalnya setelah menikah mungkin Anda terganggu dengan cara mengemudi suami yang ugal-ugalan. Anda akan berusaha mengubah perilaku tersebut menjadi sesuatu yang dapat Anda terima, seperti mengemudi perlahan-lahan. Akan tetapi, apakah dengan

begitu Anda harus memilih pasangan yang memiliki banyak kesamaan dengan diri Anda? Kesamaan merupakan salah satu syarat agar hubungan pernikahan menjadi stabil, tetapi banyaknya kesamaan bukanlah jaminan sebuah pernikahan akan bahagia. Faktor yang lebih berpengaruh terhadap kebahagiaan sebuah pasangan adalah kemauan dari masing-masing pihak untuk menoleransi perbedaan yang ada pada pasangannya. Oleh karena itu, pasangan yang memiliki pikiran yang terbuka dan tingkat toleransi yang tinggi biasanya lebih bahagia karena dia tidak terlalu memedulikan perbedaan yang mereka miliki. Jadi, jika anda mencari pasangan, jangan besar-besarkan masalah perbedaan atau kesamaan yang Anda berdua miliki. Fokuskan saja pada usaha bertenggang rasa terhadap perbedaan yang dimiliki pasangan karena pada akhirnya, tidak ada dua manusia yang benar-benar sama dan serupa.

Cobaan hidup dapat memengaruhi kondisi dan suasana hati seseorang. Tidak ada seorang pun yang dapat lepas dari cobaan-Nya. Suka atau tidak suka, cobaan datang setiap saat tanpa pandang bulu. Cobaan dapat datang dalam bentuk apa saja, baik ketika kita senang maupun susah, begitu pula cobaan dalam proses cinta, seperti yang dialami oleh beberapa teman kita berdasarkan pengalaman-pengalaman mereka di atas sebelumnya. Jadi, bagaimana lajang menurut Anda? Lagi-lagi lajang menjadi sorotan. Yang pasti, banyak sekali alasan mengapa sebagian orang masih melajang. Namun, kita harus yakin bahwa takdir, jodoh, maut, dan rezeki adalah ketentuan-Nya. *"Kepunyaan Allah-lah segala yang ada di langit dan di bumi, dan kepada Allah-lah dikembalikan segala urusan."* (QS *Âli Imrân* [3]: 109)

Dunia laksana corak ragam fantasi kehidupan. Seolah indah dan abadi di balik kenyataan hidup. "... Dan Kami coba mereka dengan nikmat yang baik-baik dan bencana yang

buruk-buruk,” (QS Al-A’raf [7]: 168). Ekspresi wajah-wajah berpanca indra terlihat berubah setiap saat. Ketenangan dan ketenteraman hati diraih dengan sudut pandang masing-masing. Berbagai macam cara dan ikhtiar dilakukan orang untuk menggapai ridha-Nya. Pola pikir akan menentukan prinsip yang dianut seseorang. “Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan.” (QS Al-Anbiyâ’ [21]: 35)

Tidak ada yang tahu kapan kita akan menikah. Semua berpedoman pada guru kehidupan, Allah SWT. Semua adalah titipan-Nya. Shalat, doa, dan sabar menjadi parameter kehidupan dalam menggapai ridha ilahi menuju keikhlasan hidup. Jadi, tidak perlu gelisah bagi anda yang masih melajang karena semua sudah digariskan oleh Tuhan. “...Dan Dia bersama kalian di manapun kalian berada” (QS Al-Hadîd [57]: 4)

Dirikanlah shalat dari sesudah matahari tergelincir sampai gelap malam dan (dirikanlah pula shalat) Subuh. Sesungguhnya shalat Subuh itu disaksikan (oleh malaikat). Dan pada sebagian malam hari shalat tahajjudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu, mudah-mudahan Tuhanmu mengangkat kamu ke tempat yang terpuji.” (QS Al-Isrâ’ [17]: 78-79)

Menurut Amru Muhammad Khalid (2004), dalam bukunya, *Meminta dan Mencinta*, shalat merupakan salah satu sarana mendekat untuk meminta dan mencinta kepada-Nya. Doa menjadi rahasia hidup sukses dan zikir menjadi rahasia hidup tenteram. Shalat, doa, dan zikir menuntun kita memamahi filosofi hakikat kehidupan dan lebih mengenal Tuhan. Apapun problema yang kita hadapi, semua kembali pada kuasa dan ridha-Nya.



Warna-Warni Cinta
(Curhat dan Tips)



Warna-Warni Cinta (Curhat dan Tips)



A. Kala Trauma Menciptakan Kepasrahan

Seberat apapun cobaan yang kita hadapi, Tuhan selalu memberi kemudahan dan jalan keluar untuk kita. Hikmahnya memberi kita pelajaran yang berharga untuk menghargai hidup ini. *Rabbanâ mâ khalaqta hâdzâ bâthilâ. (Wahai Tuhan kami, tidaklah Engkau ciptakan semua ini dengan sia-sia)."*

Spontan air mataku berlinang ketika embusan napas relaksasi yoga kian klimaks mengiringi kepasrahanku menuju singgasana-Nya. Lafal-Nya bergema dalam sisi ruang batinku yang paling dalam ketika teringat perceraian orang tuaku di masa lalu. Kutarik napas setenang mungkin. Kunikmati berbagai rasa yang hinggap bergantian meskipun terkadang himpitan dan endapan tekanan hidup serta beban rasa sering muncul dalam pikiranku.

Aku ingin bebas, lepas, dan terbang sendiri tanpa tekanan. Rasanya aku ingin berteriak keras, berharap semua beban pergi walau jeritan batin kadang masih bergumam. Kadang kala aku merasa tidak mampu menahan ini semua. Keceriaan dan senyuman menutupi gundah hati yang kurasakan sebagai dampak dari perceraian orang tua. Hidupku penuh dilema yang berkepanjangan. Semua orang menganggap masalahku adalah hal yang biasa terjadi dalam hidup. Aku hanya

pasrah kepada-Nya menghadapi lika-liku masa lajang yang diakibatkan oleh trauma perceraian orang tua.

Aku, Winda, kini berusia 30-an. Beberapa saudara dan teman ayahku tertarik menjodohkan dengan anaknya. Yang *pertama* adalah Aris (32), seorang nakhoda yang bergaji 10 juta per bulan. Kami sudah sempat berkenalan, tetapi entah mengapa diriku masih belum tertarik dan termotivasi. Ibunya Aris terlihat menggebu-gebu, tetapi diriku masih saja tidak peduli. Akhirnya, kukatakan kepada ayahku untuk tidak dilanjutkan. Ayahku hanya setuju dan mendukung semua keputusanku.

Kedua, Rizki (30), seorang polisi militer. Ayahnya begitu membangga-banggakan status pekerjaan Rizki dan termotivasi pula ingin menjodohkannya denganku. Lagi-lagi diriku masih enggan.

Ketiga, Wildan (32), seorang karyawan swasta dari latar belakang hidup orang tua yang kaya. Hal yang serupa, ibunya Wildan begitu gigih ingin menjodohkan anaknya denganku. Kata ibunya, dia tampan, pekerja tetap, dan baik, tetapi masih saja aku tidak mau tahu.

Akhirnya hatiku lega. Proses perjodohan kian berlalu ditepis waktu. Semangatku terus berkobar meniti karier dan berkarya. Pergantian hari terus mengiringi masa-masa aktivitasku. Sesosok lajang datang lagi menghampiriku seiring waktu berjalan. Dia bernama Anto (30), seorang karyawan swasta yang berposisi sebagai *front office* kursus bahasa Inggris. Saat itu studi kuliahku telah selesai dengan predikat memuaskan. Aku mulai bekerja sekitar tahun 1999 di sebuah sekolah kejuruan negeri di Jakarta. Sebelumnya, aku bekerja di sebuah *beauty consultant*. Ketika tawaran pekerjaan berprospek menjanjikan di luar kota menghampiriku, sayangnya ayahku tidak merestui. Itulah yang membuatku fokus kuliah. Cinta Anto kepada diriku masih saja tak mampu

meluluhkan hatiku meski dia memberiku surat berlembar-lembar dalam satu amplop. Ya Allah, apakah aku begitu jahat dan tega kepada orang yang berniat baik kepadaku meski belum ada rasa cinta?

Tidak lama selang beberapa bulan, cinta Anto pergi. Seorang lelaki lajang lagi dari teman semasa kampusku singgah di hati ingin memberikan cintanya padaku. Dia bekerja di sebuah hotel di bagian *front office*. Berjam-jam, dia suka menelponku. Dia orang yang baik dan pengertian, tetapi aku tak tertarik dan tak cinta. Aku hanya diam dan termenung, kukembalikan semua kepada-Nya. Maafkan aku Tuhan.

Dua setengah tahun kemudian, jam terbang kerjaku semakin penuh dan aktivitasku untuk berkarya terus berkibar. Kepak sayapku mengembang dan meluas. Tanpa kusadari, aku belum pernah jatuh cinta. Aku hanya tertawa lucu. Kata orang, di usiaku yang 30-an saat ini sudah benar-benar matang menuju pelaminan, bahkan ada yang mengatakan usiaku ini ibarat daun kering dan layu. "Wah, *kudu* cepat nikah *tub*? Nunggu apa lagi? Terlalu milih-milih ya? Jangan banyak nolak nanti *nggak* laku-laku. Jangan tinggi-tinggi sekolah, nanti lelaki takut dan minder. Jangan keasyikan kerja. Untuk apa cantik-cantik, usia sudah kepala 3, karir juga sudah bagus, tetapi belum nikah juga." Semua kata itu tertuju kepadaku. Aku hanya tersenyum ramah. Pendapat dan perkataan orang-orang dari berbagai latar belakang dan usia itu kurenungkan. Namun, aku tetap belum tahu pada usia berapa aku akan menikah. Lagi-lagi aku tersenyum. Aku tidak termotivasi untuk memikirkan pentingnya pendamping hidup karena terpengaruh oleh endapan trauma peristiwa perceraian orang tua. Namun, banyaknya masukan dari pemerhati lajang membuatku berpikir panjang, tetapi entah kapan, di mana, dan bagaimana cintaku akan tumbuh dan masa lajangku akan berakhir, hanya Tuhanlah yang tahu.

(Warna-Warni Lajang)

Melepas Belunggu

JOMBLO

Aku Bercucuran keringat mengejar rutinitas kerja hingga tak mengenal waktu. Kobaran semangat terus mengisi hari-hari lajangku dalam meniti karier dan berkarya. Kadang kala lembur juga kukejar, kadang pula kejenuhan rutinitas datang tak diundang. Berbagai macam rasa muncul tak terbendung. Kadang aku tersenyum lucu. Aku seperti sedang mengejar setoran. Relaksasi pun kadang sulit kulakukan.

Dampak psikologis biasanya timbul pada diri seorang anak akibat perceraian orang tuanya. Aku menyadari hal itu. Jauh dari kasih sayang dan perhatian, berbagai tekanan pun kurasakan. Namun, cinta siapa yang bisa kuraih? Figur ibu? Tidak sedikit pun aku merasakannya. Aku ditinggal pergi sejak kecil ketika maut sedang menjemputku karena sakit. Di mana kasih sayangmu, ibu? Sekarang, ketika aku telah meraih kesuksesan, barulah kau cari-cari diriku. Lalu bagaimana dengan figur ayah? Perhatiannya terserap penuh pada adik-adik tiriku. Figur ibu tiriku pun tidak mencurahkan kasih sayang yang tulus kepadaku. Aku sering berpindah-pindah tempat tinggal. Kalau cinta lelaki? Belum tahulah. Bukan dendam yang ingin kuraih. Aku hanya ingin meraih ketenteraman hati, jauh dari pengaruh perceraian orang tua yang kian menghantuiku. Aku semakin mencintai dan menyayangi diriku sendiri, meraih impian untuk membuatku bahagia. Kujalani hidup bersama gerak hati dan langkah kakiku ke mana pun aku bisa berpijak, meniti kehidupan, dan meraih ketenangan menuju ridha-Nya. Semua kukembalikan kepada-Nya apa yang menjadi kekurangan dan kelemahan dalam diriku.

Meski kariernya menanjak pesat, ruang batinku terasa hampa akan kasih sayang dan perhatian. Semakin kutarik lagi napas itu sampai rasa nyaman muncul dalam relaksasi yogaku. Lafal-Nya berulang-ulang kulafalkan. Suatu saat nanti, aku berharap hidupku akan berubah ceria dan bahagia. Semoga

Tuhan memberiku jalan hidup yang terbaik. Aku berharap nantinya akan ada pendamping hidup yang menjemputku dan membawaku keluar jauh dari lingkaran trauma perceraian orang tua dan berbagai tekanan yang kurasakan.

Embusan semilir angin memasuki seisi ruang tubuhku di antara hijaunya rerumputan dan lambaian dedaunan. Suasananya menghibur hatiku. Asma-Nya menggema dalam batinku. Di situlah aku berelaksasi yoga, di kabut tebing pegunungan yang disinari mentari pagi, di antara aktivitas warga kampung yang berlalu lalang. Mengucap rasa syukur dengan segala ketidaksempurnaan hidup. Masih tetap sendiri.

Membaca kisah perempuan lajang di atas, tentulah kita sudah dapat membayangkan apa yang terjadi padanya. Apalagi kalau bukan faktor trauma perceraian orang tua yang melanda kehidupannya.

Bahtera hidup dalam rumah tangga memang tidak lepas dari cobaan hidup, tetapi akan dikemanakan jalan hidup si anak? Perceraian mungkin jalan satu-satunya yang diputuskan oleh orang tua melalui proses berpikir dan pertimbangan yang panjang. Namun, tidak demikian halnya dengan si anak, tentu tidak ada bayangan atau ide yang terbesit dalam pikirannya bahwa hidupnya akan berubah drastis. Perceraian juga mungkin satu-satunya jalan yang terbaik bagi orang tua untuk dapat terus menjalani kehidupan sesuai dengan apa yang mereka inginkan. Apapun alasannya, perceraian selalu menimbulkan akibat buruk pada anak. Jika kita lihat kisah perempuan lajang tersebut, dia mampu tumbuh dewasa dengan segala ketegaran dan semangat hidup, tetapi tidak mempunyai motivasi untuk mencari pendamping hidup karena trauma terhadap perceraian orang tuanya.

Menurut Dra. Clara Istiwardarum Kriswanto, MA, CPBC dari Jagadnita Consulting, efek negatif perceraian pada anak dapat bermacam-macam, bergantung pada banyak faktor,

mulai dari usia anak, jenis kelamin, kematangan kepribadian, dan kesehatan psikologis, serta ada tidaknya dukungan orang dewasa lainnya. Di sinilah terlihat pentingnya peran orang tua. Baik atau buruknya pertumbuhan anak bergantung pada partisipasi orang tua dalam mendidik anak karena lingkungan yang paling berpengaruh bagi pertumbuhan anak adalah lingkungan keluarga. Perceraian selalu berdampak buruk dan terasa sangat pahit bagi anak-anak.

Perceraian sering menimbulkan pro dan kontra bagi kebanyakan masyarakat. Di satu sisi, perceraian mungkin merupakan jalan satu-satunya yang terbaik bagi orang tua, tetapi di sisi yang lain, perceraian pasti membawa dampak negatif pada proses perkembangan fisik dan mental anak. Banyak sekali sikap dan perilaku negatif yang dapat muncul pada anak, seperti marah pada diri sendiri dan lingkungan sekitarnya, menjadi pembangkang, enggan bersabar, *impulsif*, apatis, tidak "pede-an", dan *self-esteem* yang rendah. Jika *self-esteem*-nya menjadi sangat menurun dan rasa bersalahnya sangat besar, anak bisa jadi akan dendam kepada orang tuanya, terlibat *drugs* dan alkohol, dan yang lebih ekstrem lagi, muncul pikiran untuk bunuh diri. Ada juga yang merendahkan salah satu orang tua dan tidak bisa lagi percaya kepada orang tuanya. Perasaan marah dan kecewa kepada orang tua merupakan sesuatu yang wajar. Ini adalah sebuah proses dan apa yang sesungguhnya terjadi di dalam hati anak. Jadi, biarkan anak marah daripada memendam amarahnya dan kemudian mengeskspresikannya di tempat yang salah.

Begitulah berbagai luapan perasaan anak akibat dari perceraian orang tua, sebagaimana ungkapan perasaan perempuan lajang yang sudah berusia kepala tiga tersebut. Mungkin dampak perceraian bagi kebanyakan orang dianggap sesuatu hal yang biasa terjadi dan bukanlah hal penting yang wajib dipikirkan, tetapi apakah persoalan-persoalan yang

muncul pasca perceraian akan tuntas dengan sendirinya? Lalu, bagaimana jika anak mengekspresikan kekecewaannya di tempat yang salah karena orang tua tidak memberikan perhatian penuh kepadanya? Apalagi jika anak sudah menaruh dendam pada salah satu orang tuanya, misalnya seorang ibu yang telah menelantarkan anaknya sendiri kemudian menikah lagi. Ketika anak itu tumbuh besar, si ibu kemudian menuntut bantuan nafkah dari anaknya yang ditinggalkan tanpa memikirkan keluh kesah, rintihan, dan kekecewaan anak. Nah, jika sudah begini, bagaimana dengan tanggung jawab si ibu? Lalu, apakah surga di telapak kaki ibu masih berlaku?

Seperti yang dirasakan perempuan lajang pada kisah di atas, endapan trauma perceraian orang tua yang ada dalam dirinya membuatnya belum siap berumah tangga meskipun banyak orang sudah mengingatkan tentang usianya yang dianggap telah matang untuk menuju pelaminan. Keinginan dirinya hanyalah ketenteraman hati untuk bisa bebas, lepas, dan terbang sendiri tanpa tekanan untuk menggapai kelegaan. Kobaran semangat yang mengisi hari-hari lajangnya dalam meniti karier dan berkarya seolah menjadi salah satu bentuk saja. Hal tersebut dilakukannya dalam rangka menemukan kebahagiaan untuk mencintai, menyayangi, dan mengasahi dirinya sendiri yang sejak kecil sudah jauh dari kasih sayang dan perhatian orang tua. Harapannya, suatu saat nanti hidupnya akan berubah ceria dan bahagia dengan sosok pendamping hidup yang dapat membahagiakan dan menerimanya dengan segala kondisi dan kekurangan yang ada pada dirinya.

Dari kisah perempuan lajang tersebut, kita dapat mengambil hikmah tentang betapa pentingnya peranan orang tua agar anak dapat beradaptasi dengan baik demi masa depannya. Ini memang tidak mudah dilakukan, apalagi jika perceraian diakhiri dengan perselisihan, ketegangan, dan kebencian satu sama lain.

Bagi Anda yang berperan sebagai orang tua saat ini, yang akan, sedang, atau telah bercerai, cobalah untuk selalu mengingat hal tersebut demi masa depan anak-anak Anda. Perhatian berupa materi memang perlu, tetapi itu saja sangat tidak memadai untuk membuat anak bahagia dan mampu beradaptasi dengan baik. Jangan lagi menjadikan kehidupan keluarga menjadi terpuruk dengan menelantarkan anak-anak yang tidak berdosa.

B. Hubungan Jarak Jauh

Dengingan jangkrik mengiang di telinga Roni (35) malam itu. Kepribadiannya begitu melankolis dan *phlegmatis*. Dia tergolong *introvert*, tetapi sikapnya begitu santai dan kooperatif.

Sejak tahun 2005 hingga saat ini, dia telah menjalani hubungan jarak jauh hanya bermodalkan kepercayaan dan *positive thinking*, mulai dari tukar foto, komunikasi *via* ponsel, dan akhirnya mengatur pertemuan dengan modal yang tidak sedikit. Kegagalan cinta dalam hubungan jarak jauh sering dia rasakan. Hubungan serius yang pertama kali dia bina, gagal ke pelaminan karena ada pihak ketiga. Waktu itu, rencana pernikahannya tertunda karena ayahnya menderita sakit dan memerlukan istirahat panjang. Ternyata pasangannya memutuskan menikah dengan orang lain tanpa sepengetahuannya. Semua orang sudah mengetahuinya dari mulut ke mulut. Dia sangat *shock* bercampur sedih karena telah menjalani hubungan sekian lama.

Kedua, hubungannya kembali gagal karena dirinya ternyata dibohongi. Saat itu dia dan pasangannya telah setahun saling mengenal dan komunikasi berjalan lancar serta memperlihatkan adanya kecocokan. Ketika waktunya tiba, kebohongan itu akhirnya terungkap. Wanita itu ternyata telah mempunyai anak dan suami. "Saya sangat merasa

dibohongi. Mengapa saya begitu mudah mempercayainya?" dia begitu marah sekali waktu itu. "Tetapi sudahlah, biarlah Tuhan yang tahu," ungkapnya memendam kepasrahan.

Dia telah beberapa kali menjalani proses yang berulang-ulang, mulai dari *pedekate*, tarik ulur, dan menjaga hatinya untuk seseorang, tetapi pada akhirnya tidak menjadi pasangannya. Ada yang akhirnya putus meski tidak sempat bertemu, ada pula yang berakhir hanya sebagai teman meski muncul kekecewaan dan sakit hati. Hanya dengan keikhlasan dan ketulusan hati, kita bisa menerima kekecewaan dan sakit hati sehingga tetap bisa menjadi teman.

Berbagai macam perantara jodoh sudah dilaluinya dan banyak orang sudah diperkenalkan kepadanya. Ini menuntut dia untuk belajar dari kegagalan yang sudah terjadi. Sampai saat ini, jodoh belum kunjung datang juga. Dia jalani proses hubungan dengan berbagai macam karakter perempuan. Proses hubungan yang diawali dengan tawa dan canda, berakhir dengan air mata, kemarahan, kekecewaan, konflik, serta perbedaan prinsip yang bercampur menjadi satu.

Air mata menetes mengiringi sebuah kepasrahan hidup dalam sujudnya untuk memohon ampunan dan ridha-Nya. Hingga saat ini belum ada alternatif lain yang dapat dia tempuh selain hubungan jarak jauh, tetapi itulah mungkin jalan yang dia pilih. Dia belum tahu lagi walaupun dia menyadari lika-liku hubungan jarak jauh yang tidak lepas dari kekecewaan dan sakit hati. Namun, ini bergantung pada orang yang melaksanakannya. "Komunikasi dunia maya memang hanya sebatas ucapan, tetapi bisa menjadi salah satu media untuk mencari jodoh karena kecanggihannya dan teknologinya yang modern. Mungkin suatu hari nanti, Tuhan membukakan pintu jodoh untukku, entah di jalan, di bandara atau di mana pun dalam perjalananku nanti," tuturnya.

Proses berulang-ulang yang telah dia jalani, menambah kematangan berpikirnya dalam bertindak. Kadangkala dia merenung sesaat di waktu senggang menghampiri. Dia menyadari bahwa kegagalan yang terjadi, mungkin sebagian tidak luput dari kesalahan yang dibuat dirinya sendiri. Kadangkala rasa minder pada fisiknya juga sering membuat dirinya kurang percaya diri meski orang-orang menganggap dia manis. Sejak SMA dia merasakan minder itu, tetapi kini perlahan-lahan dia mencoba menepisnya walau kadang masih teringat. Begitu banyak yang dia pelajari dari karakter, sikap, dan pola pikir wanita. "Begitu sensitif, penuh perasaan ... tetapi katanya wanita itu lembut," ungkapnya terkesan konotatif. Banyak kenangan lama yang tersimpan dalam ingatannya. Foto-foto lama juga masih disimpan hingga kini. Beberapa di antara mereka masih menjalani komunikasi jarak jauh.

"Hubungan jarak jauh memiliki keuntungan tersendiri. Bisa punya banyak teman dan buat ngobrol. Syukur-syukur kalau ada harapan yang bisa diraih," katanya. Entahlah, dia tidak ingin mencari pasangan di lingkungan tempat dia bekerja di pulau seberang karena faktor jauh dari tanah kelahirannya di pulau Jawa dan pertimbangan orang tuanya pula. Pandangan dan pendapat teman juga turut menjadi salah satu pertimbangannya. Hubungannya dengan teman-teman sekerjanya begitu erat dan kuat.

Dia pun menggambarkan kondisi tempat dia tinggal dan bekerja. Bunyi mesin berbobot besar terdengar mengiang keras di telinga tempat dia bekerja di perusahaan swasta. Perusahaan itu bergerak di bidang perawatan, pemeliharaan, dan bongkar pasang mesin.

Keramaian dan lalu lalang orang di tengah-tengah suasana pasar yang dia tempuh selalu mengiringi tapak kakinya yang menjejak melewati areal persawahan selintas

pagi hari. Saat senggang di tengah terik matahari, dia lepas rasa laparnya di sebuah warteg tempat dia biasa makan dengan lauk yang sederhana dan seadanya. Aktivitas harian dan liburan Minggu ikut menyertai. Dia lepas segala macam rasa dan ketegangan otot di tengah-tengah pantai yang cukup dikenal wisatawan bersama teman-temannya. Dia menghibur suasana hatinya dengan musik-musik 80'an yang dia gemari semasa duduk di bangku kuliah. Dia nikmati masa-masa lajang itu dengan penuh kebebasan dan keleluasaan bersama teman-teman sekerjanya yang dia anggap sudah seperti keluarganya sendiri. Keluhan sakit ringan juga sering dia rasakan, mulai dari flu, batuk, sampai sakit kepala.

Begitulah kondisi dia saat ini. Berusaha tetap tersenyum dan pasrah di tengah-tengah cucuran keringat mencari rezeki di pulau seberang. Semilir angin menghempas rasa dan suasana hati. "Siapa kiranya sosok wanita yang mau menerima kondisiku apa adanya?" katanya dalam hati. Dia berusaha pasrah dan tetap tersenyum. Manusia bisa berusaha, tetapi Tuhanlah yang menentukan. Mungkin tahun ini belum bisa menikah. Jodoh memang bisa dicari dan tidak disangka-sangka. Itulah kehidupan...,” ungapnya dengan kelapangan hati.

Kisah di atas menggambarkan sosok lajang yang mencoba memperkenalkan gambaran diri atau konsep dirinya (*self-concept*) yang sebenarnya, sebagai salah satu usaha mencari jodoh lewat hubungan jarak jauh. Di satu sisi, dia menyadari risiko hubungan jarak jauh yang tidak lepas dari kekecewaan dan sakit hati meski tetap berusaha berpikir positif, apapun kendala yang dia hadapi. Dia yakin bahwa dunia maya dengan kecanggihan dan modernisasi teknologinya juga merupakan salah satu media untuk mencari jodoh meskipun dunia tersebut dia anggap hanya

dapat memfasilitasi komunikasi seseorang sebatas ucapan. Di sisi lain, dia sangat menyadari jika hubungan jarak jauh juga tidak menjamin berjalan lancar sampai tujuan meski prinsipnya tetap ingin mendapatkan jodoh yang sama dari tanah kelahirannya di Pulau Jawa. Prinsip itu tidak berubah meski dia bekerja jauh di pulau seberang. Dia utarakan juga bahwa hingga saat ini belum ada alternatif lain yang bisa dia tempuh selain hubungan jarak jauh.

Dari dua sisi tersebut di atas memperlihatkan adanya hubungan psikologis yang positif dalam dirinya meski terjadi konflik antara frekuensi kegagalan hubungan jarak jauh dengan prinsipnya sendiri.

Pasrah adalah kata yang tepat untuk menggambarkan ikhtiarnya dalam mencari jodoh ketika menghadapi kegagalan yang telah terjadi beberapa kali. Ini menunjukkan adanya korelasi antara ikhtiar positif dalam mencari jodoh via udara (jarak jauh) dan prinsip individu dengan frekuensi kegagalan hubungan jarak jauh.

Sekitar 99 % orang beranggapan hubungan jarak jauh rentan dengan kegagalan. Apa iya? Nah, hal ini berkontradiksi dengan pepatah yang mengatakan, "Jauh di mata, dekat di hati." Bukankah pepatah di atas berarti, sejauh apapun jarak seseorang, tidak akan mengurangi kadar cintanya kepada pasangannya? Kalau pun itu memang terjadi, lalu apa penyebabnya? Berikut beberapa pendapat perempuan dan lelaki lajang usia 27-40 tahun.

1. *Nggak* ada saling percaya, sebatas ucapan, nggak tahu ekspresi dan ungkapan
Dewi, 39, wiraswasta
"Saya pernah menjalani proses hubungan jarak jauh, tetapi hasilnya nihil. Saya begitu berharap-harap cemas. Akhirnya, saya putuskan untuk memilih hubungan jarak dekat saja karena bisa memantau dan melihat."

2. Belajar memercayai orang lain
Pri, 29, karyawan dan mahasiswa
"Lebih baik jarak jauh. Bisa mencegah kebosanan, menghindari banyak dosa, bisa lebih percaya pasangan, dan belajar memegang kepercayaan. Jarak dekat maupun jarak jauh sebenarnya tidak jadi soal, sepanjang kita bisa membina kepercayaan dan *positive thinking*."
3. Banyak pengeluaran
Wadi, 37, karyawan swasta
"Sejak SMA, kami menjalin hubungan. Tidak ada masalah dan lancar-lancar saja. Namun, ketika pasanganku mendapat beasiswa kuliah di Jepang dan menetap di sana, *budget*-ku nggak cukup untuk memenuhi hubungan komunikasi via ponsel yang terbilang mahal. Akhirnya, kami memutuskan untuk putus hubungan walau sebenarnya masih sayang. Hubungan kami menjadi hanya sebatas teman. Sampai saat ini, pasanganku sudah menikah dan punya anak, sedangkan diriku masih membujang, hehehe"
4. Tidak bertahan lama
Ina, 30, pengusaha
"Baru lewat internet, belum pernah ketemuan, baru sms-smsan. Ini sudah yang ke-2 kalinya. Kami hanya sebatas tukar foto via e-mail. Kemudian putus begitu saja."
5. Sama risikonya
Ari, 29 tahun, karyawan swasta
"Yang dekat saja suka ada masalah, apalagi yang jauh."
Hubungan jarak jauh boleh dibilang banyak risiko, namun hal itu kembali lagi pada tingkat kualitas kepercayaan dan kesiapan diri seseorang dalam menjalani hubungannya.
Mendapatkan pasangan yang sesuai memang tidak semudah membalikkan telapak tangan. Proses hubungan

yang dijalani, baik jarak jauh maupun jarak dekat, memang membutuhkan kualitas pengenalan, tingkat kepercayaan, dan komitmen dalam menjalani hubungan dengan pasangan. Berpikir positif adalah langkah awal dalam menjalani proses pengenalan, penyesuaian atau pencocokan, kemudian pengambilan keputusan.

Dalam harian *Kompas* (2005:1) disebutkan bagaimana kiat-kiat membina hubungan jarak jauh. Berikut tipsnya di bawah ini.

1. Pertahankan komunikasi

Hindari sensitivitas, bicara tentang hal-hal yang menyenangkan, pertahankan sikap jujur, dan mulai rencanakan kunjungan ke kotanya.

2. Pertahankan cinta

Salah satu cara mempertahankan cinta adalah berpikir positif, berhenti melakukan perbandingan, kirimkan kejutan yang berkesan, selipkan nama si dia dalam doa Anda, dan jangan ragu untuk sering mengatakan "aku mencintaimu."

3. Pertahankan stamina

Hubungi saudara atau sahabatnya, bagilah curahan perasaan Anda, dan luangkan waktu untuk bercengkerama dengan keluarga pasangan Anda. Nikmati ciri khas atau tradisi keluarganya dan Anda akan merasa seakan-akan si dia hadir di sisi Anda.

4. Persiapkan keuangan

Hubungan jarak jauh pasti membutuhkan biaya. Bersiaplah untuk lonjakan pulsa, *e-mail*, perangko, kartu pos, dan sebagainya.

Jika Anda masih berhubungan jarak jauh, ada hal-hal lain yang perlu Anda perhitungkan dalam membina hubungan jarak jauh:

1. Sebaiknya hindari membina hubungan jarak jauh jika pacar Anda terbukti bukan orang yang bisa dipercaya.
2. Untuk tahu apakah dia orang yang bisa dipercaya atau tidak, sebelum membina hubungan jarak jauh, cobalah berlatih tidak berjumpa dengannya selama beberapa minggu. Dari latihan ini, akan terlihat apakah ada perubahan yang terjadi.
3. Bergaul dengan keluarga dan sahabat-sahabatnya agar makin mengenal si dia.
4. Jika Anda berniat mengunjunginya, bersiaplah untuk menghadapi kemungkinan yang terburuk baik secara mental maupun finansial. Siapkan uang untuk perjalanan pulang-pergi, makan, dan akomodasi.

Seperti yang diutarakan oleh seorang psikolog, Zainoel Biran (2008:1), lama tidaknya masa pacaran atau *ta'aruf*, sama sekali tidak bisa dijadikan tolok ukur keberhasilan atau kegagalan pernikahan. "Yang lebih penting justru seberapa efektif kedua belah pihak menghayati masa pacaran sebagai masa untuk mencoba saling mengenal lebih baik secara *person to person*." Ini artinya kualitas pengenalan seseorang menjadi indikator utama keberhasilan membina hubungan yang baik antara kedua belah pihak.

C. Cinta di Balik Trauma Perceraian

Aku tinggal di sebuah kos-kosan yang berlabel "SS" alias sangat sederhana. Seadanya dan apa adanya. Orang biasa memanggilkmu Rendi. Aku tergolong pemalu dan pendiam. Usiaku kini sudah 37 tahun. Dulu, aku terbilang sukses bekerja di perusahaan swasta di daerah Cikarang. Waktu itu, kepribadianku cukup terbuka kepada siapa pun. Tawa dan canda keluar dari diriku sebagai cermin kebahagiaanku. Namun, lambat laun kondisiku tidak bersemangat lagi semenjak aku ditinggal pasanganku karena orang tuanya

yang tidak mau menerima latar belakang kehidupan perceraian orang tuaku. Entahlah, harus aku mulai dari mana cerita ini. Hidupku begitu kompleks hingga kini. Ibuku—sudah meninggal—cerai dengan ayahku. Ayahku kini punya wanita idaman lain, menikah, dan punya anak lagi. Hidupku terlunta-lunta dan tidak tentu menetap. Ayahku tidak lagi berpikir jauh memikirkan nasibku dan kedua adik perempuanku. Kedua adik-adikku tamatan SMA dan telah mandiri bekerja. Aku sangat bersyukur setelah tiga tahun, kedua adik perempuanku akhirnya dilamar dan menikah. Lalu, bagaimana dengan nasibku?

Kini pekerjaanku tidak sesukses dulu. Aku hanya sebatas *cleaning service* di sebuah kampus swasta. Kepercayaan diriku menurun. Namun, aku mencoba belajar dari kesalahan yang telah aku lakukan. Aku mencoba dari nol dan bertekad, "Aku bisa jadi orang." Trauma perceraian orang tua masih terbenam dalam diriku. Biarlah waktu, harapan, dan tekadku yang mengubah nasibku, dengan berbekal doa dan bertawakal kepada-Nya.

Dampak perceraian orang tua ternyata membawa dampak yang beragam terhadap perkembangan anak. Kehidupan orang tua dalam lingkungan keluarga dapat memengaruhi pembentukan kepribadian anak. Seperti yang dirasakan oleh Rendi, kepercayaan dirinya menurun, pemalu, dan terkesan tertutup, yang disebabkan oleh trauma akibat perceraian orang tua. Belum lagi, kegagalan hubungan yang juga disebabkan oleh faktor latar belakang perceraian orang tuanya. Meski begitu, dia jalani hidupnya dengan penuh tekad dan harapan untuk mewujudkan cita-citanya.

Bagaimanapun juga, peran orang tua sangat membantu kelangsungan hidup anak untuk masa depan dan impian hidupnya. Kata perceraian memang terkesan tidak kenal kompromi. Namun, orang tua perlu meninjau kembali

tentang esensi berkeluarga dan pentingnya perkembangan anak demi masa depan mereka yang cemerlang.

D. Cintaku Terbentur Prinsip

Namaku Ranti (38). Aku dibesarkan oleh kakak kandungku. Orang tuaku meninggal ketika aku masih kecil. Aku seorang pekerja *workaholic* di perusahaan swasta. Telah beberapa kali kujalani hubungan dengan lelaki. Hubunganku tidak pernah berjalan lama karena faktor perbedaan prinsip yang sering terjadi.

Faktor *pertama*, pasanganku menginginkan konsep rumah tangga dengan sosok istri yang hanya berstatus ibu rumah tangga. Rasanya hal tersebut tidaklah mungkin karena aku selalu ingin berkarya dan meraih cita-cita. Pada awalnya, hubungan kami berjalan lancar dan tidak ada masalah. Namun, ketika hubungan kami sudah berumur hampir setahun dan telah memasuki tahap menuju pelaminan, kami terbentur oleh perbedaan prinsip. Akhirnya, yang terlihat hanyalah adu ego. Memang, hal tersebut terlihat sepele, tetapi masalah sepele pun bisa menjadi besar jika tidak ada solusi untuk menyelesaikannya. Ya, begitulah proses hubungan yang aku jalani.

Faktor *kedua*, hubungan kami putus karena perbedaan prinsip dengan orang tuaku. Orang tuaku menginginkan diriku berhubungan dengan pasangan dari asal suku yang sama. "Apakah suku menjamin kelanggengan pernikahan?" Tanyaku dalam hati. Kadang-kadang aku tidak mengerti akan keinginan orang tua. Pada dasarnya, aku yang akan menjalani, baik suka maupun duka. Aku menyadari ridha Allah datangnya dari orang tua, tetapi apakah hanya karena perbedaan suku, hubungan kami berakhir tanpa alasan yang rasional?

Faktor *ketiga*, berawal ketika sahabatku memperkenalkan diriku kepada teman lelaki lajang yang bekerja di

salah satu bank ternama. Kata sahabatku, dia adalah lelaki mapan yang sukses. Mendengar hal itu, diriku mulai merasa minder. Perkenalan pertama *via* ponsel begitu menjanjikan. Kata-kata manis untukku terucap penuh simpati dari bibir lelaki mapan sukses itu. Aku hanya diam dan termenung. Tidak mungkin aku menaruh harapan besar begitu saja. Hal itu perlu diselidiki dan kupelajari. Beberapa hari kemudian, dia menginginkan pertemuan, begitu pula dengan diriku.

Kami bertemu di sebuah *mall* yang terbilang cukup menguras kantong rupiah. Aku hanya mengikuti pilihannya karena semuanya dia yang menanggung. Lagi-lagi aku merasa minder. Obrolan kami berlangsung lancar penuh disertai canda dan tawa. Terasa tiada batas dan perbedaan. Ketika pembicaraan kami berlanjut ke tingkat yang lebih serius, konsep prinsip kami mulai terbuka. Ekspresi wajah lelaki mapan sukses itu mulai menunjukkan tanda-tanda kekhawatiran. Aku mulai merasakan perbedaan prinsip yang telah membuatku beberapa kali mengalami kegagalan hubungan. Perasaanku mulai tidak enak. Dia mulai menanyakan pekerjaan dan gaji per bulan. Kukatakan saja kondisiku apa adanya. Aku mulai merasa tegang. Kenapa raut wajah lelaki itu memperlihatkan kekecewaan? Tak lama kemudian, obrolan kami terhenti sejenak. Sebuah ponsel modern keluar dari kantong baju lelaki itu. Aku hanya diam dan mengamati. Lagi-lagi wajah lelaki itu kembali seperti semula, menatapku seolah-olah sedang menyimpan kekecewaan. "Sepertinya hubungan kita tidak cocok. Profesi kita terlihat berbeda," ujarnya singkat tanpa ekspresi. Dia utarakan langsung di depan mataku. Aku hanya tersenyum menatapnya seolah-olah menunjukkan ketegaran dalam diriku. Penutup pertemuan kami adalah ucapan terima kasih dan kata-kata halus yang menandai berakhirnya hubungan kami. Sudah kusadari kenapa perasaanku yang tidak enak tadi terus muncul. Sekarang aku baru mengerti kalau

dia menginginkan pasangan hidupnya mempunyai pekerjaan yang sama mapannya. Kenapa tidak dia utarakan sejak awal? Ya, mungkin ini akhir jalan kami yang belum berjodoh walau harus melewati proses yang menyakitkan.

Prinsip memang merupakan hal yang penting dalam membuat keputusan dan juga merupakan hal yang fundamental dalam hidup. Tingkat usia yang semakin matang akan dihadapkan pada banyaknya kriteria dan pilihan. Prinsip inilah yang menjadi pedoman dan tolok ukur dalam memilih pasangan hidup. Mencari jodoh memang terkesan gampang-gampang susah, tetapi apa iya, harus mengejar kesempurnaan? Seperti yang dirasakan Ranti ketika terbentur prinsip yang muncul dari hal-hal sepele hingga memicu masalah menjadi besar, menjadikannya titik akhir hubungan mereka. Prinsip memang seolah tidak bisa dikatakan tidak. Seberapa pun baiknya seseorang dalam menentukan prinsip, perlulah berlandaskan pada agama karena pada akhirnya Tuhanlah Yang Maha Menentukan segala-galanya.

Begitulah cerita tentang prinsip yang telah membenamkan kehidupan cinta lajang. Semoga hal ini bisa menjadi masukan kita dan juga sebagai renungan buat para *singlers*.

E. Cintaku di Hati Duda

Oh Tuhan, apakah selamanya aku akan seperti ini? Kapan masa lajangku akan berakhir? Aku letih dan capek melewati proses hubungan yang berulang-ulang ini. Aku Mita (33). Begitu panjang dan beragam proses hubungan dengan pasangan yang telah kujalani. Banyak sebab yang terjadi.

Cerita ini berawal ketika aku menjalani hubungan dengan beberapa duda. Entah mengapa duda tertarik padaku. Aku hanya mengikuti alur hidup yang kujalani. Aku mencoba berpikir positif, mungkin ini adalah salah satu petunjuk-Nya. Aku hanya memohon yang terbaik menurut-Nya.

Banyak faktor mengapa hubunganku dengan beberapa duda mengalami kegagalan. Duda yang pertama ditolak ibu kandungku karena perbedaan suku. Duda yang kedua berbeda tingkat materi. Pihak dari keluarga pasanganku itu telah menghinaku dengan kata-kata yang menyakitkan.

Waktu itu, aku dan pasanganku bersilaturahmi ke rumah orang tuanya. Aku ditanya-tanya tentang pekerjaan, gaji, dan latar belakang hidupku. Aku menjawab apa adanya. Tiba-tiba, saat itu juga, ibunya menghinaku di depan mataku sendiri. "Nggak usah dekat-dekat anakku lagi. Kamu *nggak* sepadan dengan anak saya," kata ibunya ketus. Entah mengapa pasanganku tidak sedikit pun berusaha menjelaskan atau membelaku, bahkan sikapnya seolah-olah mendukung kata-kata ibunya. Dia memang anak satu-satunya yang paling disayang ibunya.

Ya Allah ..., Asma-Nya itu spontan terucap dalam hatiku. Kata itu lagi yang membawaku pada kepasrahan dan hanya diam menatap wajah geram ibunya dan pasanganku itu. Akhirnya, aku bergegas pulang terburu-buru dengan berpamitan seadanya dan meninggalkan pasanganku yang sudah aku anggap sebagai pria idamanku.

Langkah kakiku semakin cepat melaju bersama air mataku yang berlinang. Pasanganku hanya memanggil-manggil namaku tanpa mengejar. Oh Tuhan, aku tak kuasa lagi menahan ini semua. Lapangkanlah jalanku, Ya Allah. Aku capek dan lelah menghadapi himpitan tekanan ini. Semata-mata aku hanya ingin menggapai ridha-Mu, Ya Allah. Lapangkanlah, Ya Allah. Kasihanilah hamba-Mu ini. Kata-kata hatiku tak mampu lagi membendung beban rasa yang ada dalam diriku. Segera kuhapus air mataku yang mungkin terlihat orang-orang di sekitarku. Sesaat kemudian, emosiku mulai mereda terbenam dalam sedihku. Aku memutuskan langsung pulang

menaiki kendaraan beroda tiga. Kutatap sekeliling jalan raya yang mampu kutembus dengan penglihatan mataku.

Kepadatan kendaraan, pengamen, dan pengemis jalanan menebar seisi jalan. Polusi jalan tidak lagi asing berlalu lalang. Kecelakaan mobil yang terjadi di perempatan jalan ikut memasuki ruang bola mataku. Tuhan telah menunjukkan cobaan hidup melalui masalah yang kurasakan, seolah ingin memperlihatkan perbandingan cobaan hidup orang lain dengan cobaan yang sedang kuhadapi. Perlahan, kutarik napas dalam-dalam. Melepas rasa sesak dalam ruang batinku menuju ke alam sadarku. Pasti banyak masalah dan cobaan hidup orang lain yang lebih berat dari yang kuhadapi. Senyuman pasrah mulai mengubah bentuk raut muka sedihku. Hatiku mulai merasa terhibur. Sejuk dan damai. Terima kasih, Ya Allah.

Jika kita ingat lagi firman Allah yang menguraikan kalimat sebagai berikut.

... Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu. Dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahuinya. (QS Al-Baqarah [2]: 216)

Kalimat ini berhubungan dengan Mita yang terkesan heran mengutarakan, mengapa sebagian besar orang yang mengejar cintanya adalah duda, padahal dia masih berstatus lajang. Mita mencoba pasrah dan mencoba bersikap positif mengikuti alur hubungannya dengan duda. Mungkin Tuhan memberikan kesempatan yang menurut Mita baik, tetapi belum tentu baik menurut-Nya. Siapa pun dia pasangan kita, hanyalah menjadi rahasia Tuhan semata.

F. Cintaku Terhalang Karier

Aku sangat menikmati kesibukan kerjaku, meskipun usiaku kini sudah 35 tahun. Aku dilahirkan sebagai kaum perempuan. Di era teknologi yang serba modern ini, sosok

perempuan tidak lagi mengurung diri atau bersantai-santai di rumah. Kalau pun di rumah, pasti ada pekerjaan yang harus dilakukannya. Zaman sekarang sudah bukan lagi zaman Siti Nurbaya. Zaman sekarang adalah zaman emansipasi, bahkan ada beberapa kaum perempuan yang sama pekerjaannya dengan kaum lelaki. Hal tersebut Tidaklah asing lagi di zaman sekarang ini.

Lagi-lagi tanggapan orang yang kutemui. *"Kenapa belum menikah? Jangan menunda-nunda pernikahan. Jangan terlalu memilih."* Bahkan, ada yang mengatakan diriku ini perawan tua. Aku hanya tersenyum lucu.

Apa faktor usia menjadi prioritas utama pernikahan? Apakah istilah perawan tua layak dijadikan status formal bagi kaum perempuan lajang? Begitu beragam pola pikir, perpepsi, dan interpretasi manusia. Apakah menikah itu lebih cepat lebih baik? Lagi-lagi hatiku merenung.

Banyak fenomena sosial yang terjadi. Banyak pula yang kupelajari. Banyak temanku yang telah menikah saling berbagi pengalaman, pendapat, dan "curhat" pula. Ada yang mengatakan lebih baik hidup sendiri daripada menikah, ada pula yang mengatakan tidak bisa beraktualisasi dan berkarir bebas seperti sebelumnya, dan banyak lagi yang kutahu. Mengapa orang yang sudah menikah pun ada beberapa yang ingin memilih kembali sendiri? Bagaimana mereka mengaplikasikan konsep pernikahannya? Ternyata implementasinya tidak semudah teori-teori yang dijabarkan. Pertanyaan-pertanyaan itu semakin kugali mendalam. Lalu, bagaimana dengan perceraian keluarga yang telah terjadi dan kasus-kasus pernikahan lainnya? Aduh, ini semua membuatku pusing.

Lalu kapan aku akan menikah? Pertanyaan itu mulai berujung menghakimi masa lajangku.

Sejujurnya, aku takut menikah. Banyak keluarga yang menghadapi masalah seputar ekonomi, anak, prinsip berumah tangga, faktor wanita idaman lain, dan perempuan yang tidak lagi bisa produktif dan beraktualisasi. Melihat semua masalah itu rasanya diriku semakin takut dengan pernikahan.

Lajang memang punya banyak pilihan dan bebas memilih untuk meraih kebahagiaan. Namun, pernikahan menjadi satu-satunya fitrah akhir manusia. Allah memerintahkan kita menikah untuk saling mencintai dan berkasih sayang, *mawaddah wa rahmah*. Segala sesuatu yang ada dalam hidup ini tercipta berpasang-pasangan. Allah menginginkan manusia dapat hidup berpasang-pasangan, bahagia, dan tenteram sesuai dengan fitrahnya.

Banyak kejadian dan fenomena sosial kehidupan yang membuat kaum lajang takut untuk menikah. Kematangan dan kesiapan diri memang sangat diperlukan dalam proses menuju pernikahan. Ini memang tidak mudah dilakukan, apalagi jika banyak terjadi kasus pernikahan yang berakhir dengan perceraian.

Status lajang terkesan bisa menyenangkan atau bisa juga tidak menyenangkan. Pilihan hidup lajang dalam meraih kebahagiaan dirinya bisa berbeda-beda arah dan tujuannya, misalnya memilih untuk melajang, berkonsentrasi dalam meniti karier, dan masih banyak pilihan lainnya. Lajang punya hak untuk bahagia. Mereka bebas menentukan jalan hidupnya sendiri dan memilih yang terbaik dalam hidupnya. Mitos lajang menyenangkan atau tidak menyenangkan, itu semua kembali pada diri lajang masing-masing. Bersyukurlah terhadap apa yang bisa Anda jalani saat ini. Lakukanlah yang terbaik dalam hidup Anda. Masih banyak kesempatan yang perlu digali. Tuhan Maha Mengetahui apa yang tidak kita ketahui. Jadi, jalani saja

pilihan hidup Anda dengan optimis dan positif serta raihlah kebahagiaan diri Anda sendiri.

Menurut Ibrahim Amini (2008: 69-81), dalam bukunya *Kiat Memilih Jobod Menurut Al-Qur'an dan Sunnah*, mengatakan bahwa masa muda adalah masa yang terbaik bagi manusia. Masa-masa yang diberkahi dengan keistimewaan-keistimewaan yang paling penting.

1. Kesehatan dan kebugaran jasmani
2. Kemampuan fisik untuk bekerja dan bergerak
3. Kekosongan dari problema-problema hidup
4. Kemampuan mental-spiritual untuk mendapatkan ilmu, memahami masalah-masalah, dan menghafalnya
5. Aktivitas dan cita-cita
6. Kebersihan jiwa dan tidak ada atau sedikitnya noda dosa dan kebejatan moral

Seorang pemuda memiliki kapasitas, kekuatan, dan peluang yang jika dimanfaatkannya secara benar, niscaya akan mampu membimbing dirinya menuju masa depan yang cerah dan bahagia. Berikut ini tips untuk masa lajang Anda saat ini menurut Ibrahim Amini.

1. Seandainya kamu sibuk menuntut ilmu
Bersungguh-sungguhlah dalam menuntut ilmu. Janganlah kamu menghabiskan waktu kosongmu tanpa kegiatan. Isilah itu dengan membaca buku-buku ilmiah agar kamu dapat mengambil manfaat dari ilmunya sehingga kamu bisa menjadi pribadi yang terkemuka dan menonjol di masa depanmu. Selain itu, masyarakat juga dapat mengambil manfaat dari keberadaanmu.
2. Seandainya kamu sibuk bekerja
Ketika kamu bekerja, bekerjalah dengan sungguh-sungguh. Manfaatkan masa mudamu semaksimal

mungkin. Lindungi masa depanmu dengan terus bekerja bagi kepentingan manusia. Sungguh, pekerjaan itu bukanlah aib, tetapi suatu kehormatan dan kemuliaan. Oleh karena itu, mohonlah pertolongan kepada Allah untuk keselamatan fisik dan kemampuanmu. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bekerja.

3. Seandainya kamu menganggur

Seandainya kamu masih menganggur, selalu berusaha untuk mendapatkan suatu pekerjaan karena manusia yang menganggur tidak memiliki kehormatan dan Allah serta manusia tidak menyukainya.

Sesungguhnya jiwa pemuda bagaikan air yang murni, suci, bersih, dan jernih. Fitrah seorang pemuda yang sehat masih bening dan condong kepada Pencipta alam semesta. Fitrah itu belum tercemar oleh dosa. Karena itu, masa muda merupakan masa yang terbaik untuk mendidik dan melatih diri, serta mempersiapkan bekal untuk akhirat.

Dalam salah satu artikel perempuan tahun 2008, dikatakan bahwa hidup menyendiri, dalam arti tidak terikat dalam hubungan cinta dalam bentuk apapun (pacaran atau menikah), memang penuh tantangan. Pada aspek fisik saja, hambatannya begitu banyak. Jika Anda sudah cukup lama melajang, Anda mungkin cukup dapat memahami maksudnya. Apalagi saat ingin menghadiri acara pernikahan, pasti dari aspek emosional dan sosial, tantangannya akan lebih besar lagi. Anggapan bahwa hidup melajang bukanlah hidup yang membahagiakan adalah anggapan yang salah. Anggapan yang mengatakan bahwa tantangan-tantangan tersebut merupakan hambatan yang tidak mungkin diatasi juga sama sekali tidak benar. Hal yang seharusnya dilakukan seseorang untuk menikmati hidupnya dalam kondisi apapun, baik melajang atau menikah, adalah dengan mengubah pola pikirnya mengenai kondisinya saat ini. Melajang atau

menikah sama-sama memiliki kelebihan dan kekurangannya masing-masing. Tidak ada lebih unggul daripada yang lain. Jadi, apakah seseorang bahagia atau tidak, itu tergantung dari sudut pandang mana ia melihat. Bersemangat!

Keep smiling



**Lajang Pascacerai
dan Lajang Tulen**



Lajang Pascacerai dan Lajang Tulen



Kehadiran cinta begitu berarti bagi manusia. Semua orang pasti ingin mencintai dan dicintai. Proses dalam menemukan cinta bisa membahagiakan, tetapi bisa juga menyakitkan. Namun, apa jadinya jika di dunia ini tidak ada cinta? Kehidupan dunia memang tidak luput dari ketidaksempurnaan warna-warni hidup. Cinta sebagai landasan hidup ciptaan-Nya memberikan berjuta makna di hati setiap manusia. Banyak kisah yang tertuang dalam kehidupan cinta manusia. Berawal dari masa lajang, tiada enuh dan tiada bosan mencari cinta sampai akhirnya menuju pernikahan. Tentu hal ini telah dikupas panjang lebar di beberapa bab sebelumnya. Lalu, bagaimana dengan status krar cinta bagi pasangan yang sudah menikah? Pasti ada proses suka dan duka dalam menjalani kehidupan rumah tangga. Problema dapat muncul dalam ikatan pernikahan, bahkan pada keluarga yang bahagia sekali pun. Menguras emosi, menggoda hati, dan menuntut kesabaran. Cobaan problema tiada henti menghampiri. Senada dengan ulasan li atas, H. Zamhari Hasan mengutarakan beberapa faktor problema di seputar pernikahan atau kehidupan berkeluarga yang disebabkan oleh masalah-masalah sebagai berikut.

- . Kesulitan memilih jodoh atau kesulitan mengambil keputusan, siapa calon suami atau istri.
- . Ekonomi keluarga yang kurang tercukupi.

3. Perbedaan watak, temperamen, dan perbedaan kepribadian yang terlalu tajam antara suami dan istri.
4. Ketidakpuasan dalam hubungan seksual.
5. Kejenuhan rutinitas.
6. Hubungan antar keluarga besar yang kurang baik.
7. Ada orang ketiga, atau yang sekarang lebih populer dengan istilah WIL (wanita idaman lain) dan PIL (pria idaman lain).
8. Masalah harta dan warisan.
9. Menurunnya perhatian dari kedua belah pihak, baik suami maupun istri.
10. Dominasi dan intervensi orang tua atau mertua.
11. Kesalahpahaman antara kedua belah pihak.
12. Poligami.
13. Perceraian.

Ternyata tidak sedikit problema dalam kehidupan pernikahan yang harus dihadapi, ya? tetapi ini tidak lantas membuat Anda untuk menarik diri dari pernikahan, kan? Problema adalah bagian dari kehidupan. Tidak ada yang mampu menghindari problema atau cobaan hidup yang telah ditakdirkan oleh Allah. *"Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan, dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar."* (QS Al-Baqarah [2]: 155). Cobaan memberi pembelajaran berharga dalam memaknai hidup untuk belajar lebih banyak bersyukur, bersabar, dan bersahaja. Manusia tentu tidak luput dari banyaknya kesalahan. Dan dari kesalahan-kesalahan itu akan membawa pada proses perbaikan dan kematangan hidup. *"Dan di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari jenismu sendiri, agar kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan Dia menjadikan di antaramu rasa kasih*

sayang. Sungguh, pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda kebesaran Allah bagi kaum yang berpikir." (QS Ar-Râm [50]: 21). Pernikahan menjadi titik akhir kesempurnaan ibadah kepada Allah.

Menikah adalah dambaan semua orang. Tidak akan ada yang mampu mengakhiri masa lajang dengan tetap hidup sendiri. Rasa kesepian akan menggerogoti hati dan menciptakan kehampaan yang tidak tertahankan. Tuhan menitipkan cinta kepada siapa saja yang dikehendakinya. Prosesnya banyak menyimpan rahasia-Nya. Namun, mengapa cinta begitu sulit untuk diraih? Penghalangnya begitu banyak dan silih berganti. "Dan aku tiada mengetahui, boleh jadi hal itu cobaan bagi kamu dan kesenangan sampai pada suatu waktu" (QS Al-Anbiyâ' [21]: 111). Kita harus sabar dan tetap sabar agar sampai kepada cinta yang sesungguhnya.

Kepada siapakah kita mencintai dan dicintai? Kepada ajankah? Duda atau jandakah? Ataupun ada pilihan lain? Banyak memang pilihan, tetapi tidak semudah itu cinta bisa melekat di hati. Kita bisa saja dihadapkan pada jodoh yang begitu sempurna di mata orang, tetapi tidak menurut kita atau sebaliknya. Apakah duda atau janda yang menjadi pilihan akhir? Bagi kebanyakan orang, masalah status duda atau janda menjadi urusan yang kontroversial dan lipandang sebelah mata. Indah Kumala Hasibuan dalam harian *Sumut Pos* berpendapat bahwa predikat janda sering lipandang negatif, apalagi jika dialami pada usia muda yang lebih dikenal dengan janda kembang. Perceraian memang membuat pasangan suami-istri menghadapi tantangan berat, baik itu dari masyarakat sekitar maupun keluarga. Keinginan untuk berusaha melanjutkan hidup setelah dihadapkan ada keretakan rumah tangga, ternyata memiliki dampak sosial yang cukup besar terutama bagi pihak perempuan, apalagi statusnya sebagai *single parent* (orangtua tunggal).

Menyandang status sebagai janda merupakan hal yang berat secara psikologis. Stigma status janda selalu dianalogikan dengan hal negatif, misalnya sering terlontar ucapan "dasar janda!" Masyarakat terlanjur mencap janda sebagai status yang rendah dan lingkungan selalu merasa curiga.

Lodiana Ayu S. Psi, M. Psi, seorang psikolog di RSU Veteran Medan juga berpendapat bahwa stigma terhadap status janda memang tidak bisa dihindari. Sebenarnya, stigma janda lebih banyak beredar di kalangan istri atau perempuan yang takut suaminya direbut atau digoda. Amarah itu muncul karena janda menjadi bahan omongan atau pergunjingan tetangga. Ini terjadi pada lingkungan kelas menengah ke bawah yang kebanyakan masih sulit menerima perempuan hidup sendiri.

Lalu bagaimana dengan status lajang? Lajang sering pula dihinggapi tekanan sosial, misalnya anggapan miring masyarakat yang memberi julukan lajang dengan sebutan perjaka tua atau perawan tua, dan lajang tidak laku-laku Serba salah *euy*

Adakah perbedaan antara lajang pascacerai dan lajang tulen? Yang pasti, faktor utamanya bukan dikarenakan statusnya, kan? Masalah status apakah dia duda, janda ataukah lajang tulen bukanlah menjadi persoalan yang utama. Masing-masing memiliki kekurangan dan kelebihan.

Problema hidup bisa singgah kepada siapa saja. Tidak ada pasangan yang menikah untuk bercerai. Banyak faktor yang memengaruhi mengapa perceraian menjadi jalan akhir perjalanan cinta. "Pengalaman bercerai memang sangat menyakitkan. Untuk menikah harus mendapat restu 100% dari orang tua kedua belah pihak. Tentunya, kita perlu menata hidup rumah tangga lebih berhati-hati lagi dan lebih mendekatkan diri kepada Allah. Sebagai seorang lajang

saat ini ya, bisa dinikmati dengan sepenuh hati karena dulu mantan istri saya terlalu banyak mengatur, tidak percaya kepada saya, dan juga materialistis. Saat ini saya merasa lebih *enjoy* dan fokus dalam bekerja. Dukanya, ya, kasihan dengan anak-anak yang kehilangan kasih sayang yang cukup dan kesulitan dalam mendidik anak. Harapan saya tidak muluk-muluk, saya ingin anak-anak lebih mengerti saya sebagai seorang ayah, rajin beribadah kembali, sukses hidupnya, dan berharap bisa menikah lagi jika ada yang mau menerima saya apa adanya. Harapannya, calon istri mengerti keadaan saya, mau diajak sedih dan suka bersama, tentunya lengan semakin mendekatkan diri kepada Allah, dan membentuk keluarga *sakinah, mawaddah, wa rahmah* ya, amin," ujar Sam (48) yang juga pernah mengalami perceraian.

Nina (50) juga merasakan hal yang sama. "Saya sangat merasa terpuak dan menyesal jika perceraian juga harus terjadi karena perceraian itu jalan terakhir yang tidak bisa dikompromikan lagi. Saya juga merasa kasihan dengan kondisi anak-anak saya saat ini. Harapan, saya ingin fokus menjalani ibadah shalat dan puasa, memberi perhatian penuh untuk anak-anak, dan juga meningkatkan pengembangan diri saya sebagai *single parent* saat ini."

Lain halnya dengan Vita (32), "Dampak perceraian orang tua sangat menyakitkan. Banyak tekanan dari lingkungan sekitar terutama dari orang-orang terdekat. Begitu banyak yang ingin saya utarakan, tetapi susah diungkapkan dengan kata-kata. Dari apa yang saya alami, pasti ada orang yang kondisinya lebih parah dari saya. Yang pasti, jalani saja yang ada di depan mata saat ini dan fokus untuk mengembangkan diri, " ungkapnya optimis.

"Saya tidak setuju jika perceraian menjadi keputusan akhir karena biasanya cerai itu adalah jalan keluar terakhir itu-satunya yang mampu dilakukan oleh pasangan suami

istri. Mungkin bisa mencoba cari jalan keluar lain atas masalah-masalah yang ada tanpa harus bercerai. Setiap keluarga punya masalah sesuai dengan tingkat keimanan mereka. Seharusnya kita bisa lebih bersabar menghadapi segala masalah yang terjadi dalam keluarga tanpa harus bercerai. Hidup itu singkat, *wallahu'alam bishawab*," kata Winda (27).

Didi (35) juga mengutarakan, "Perceraian memang diperbolehkan, tetapi juga merupakan hal yang paling dibenci oleh Allah. Penyebab perceraian pun bermacam-macam, tergantung bagaimana masalah dan akibatnya bagi keluarga, terutama anak-anak serta penyelesaian masalahnya."

Perceraian memang begitu menyakitkan, apalagi dampaknya bagi kehidupan anak. Kepribadian anak juga turut memengaruhi hubungan sosialnya sampai ke jenjang masa kedewasaan. Perkembangannya akan berbeda dengan kehidupan normal anak-anak lainnya yang tidak mengalami perceraian. Banyak hikmah yang bisa kita petik dari pengalaman pasangan yang mengalami perceraian. Walaupun gagal mempertahankan rumah tangga, tetapi bukan berarti hidup juga harus terhenti, bukan? Tetapi yang terpenting saat ini adalah bagaimana Anda dapat melupakan masa lalu dan kembali memulai hidup baru. Berikut ini beberapa kiat yang berguna dalam melanjutkan hidup.

1. Tetap perhatikan diri

Meskipun bercerai adalah hal yang sangat tidak disukai dalam pernikahan, tetapi kegagalan ini sebaiknya diterima dengan lapang hati. Jangan merasa tidak adil lagi yang memperhatikan atau menyayangi Anda, serta merasa terbuang. Beri waktu untuk merenung dan menyadari bahwa tidak ada manusia yang sempurna. Jadikan kegagalan ini sebagai sebuah pelajaran ke depan.

2. Terima keadaan sebaik-baiknya

Menjadi sendiri lagi memang berat, apalagi jika Anda terus terbayang dengan kehidupan masa lalu bersama pasangan. Nikmatilah kesendirian ini terlebih dahulu. Jangan tergesa-gesa untuk kembali memulai hubungan baru dengan orang lain. Menjadi sendiri berarti Anda kembali memiliki kebebasan dalam melakukan apapun, misalnya kembali melakukan kegiatan yang dulu sempat ditinggalkan karena ada pasangan. Buang segala memori yang mengingatkan Anda pada sang mantan. Jika perlu, lakukan hal baru yang belum sempat Anda lakukan.

3. Kenali dan lepaskan perasaan

Kenali perasaan sedih atau marah yang ada di hati Anda. Penting bagi Anda untuk mengetahuinya sehingga perasaan itu tidak akan membuat Anda melukai diri sendiri. Cobalah lepaskan perasaan itu di selembar kertas, setelah itu sobek dan buang. Enyahkan semua pikiran negatif tentang diri Anda, sebaliknya salurkan perasaan itu melalui olahraga, musik, melukis, menangis, berteriak atau curhat kepada sahabat terdekat Anda.

4. Ingat keburukan mantan

Tiada gading yang tak retak. Ingatlah penyebab rumah tangga Anda retak sehingga Anda akan merasa bahwa apa yang terjadi mungkin demi kebaikan Anda berdua.

5. Hindari kontak emosional

Hindari melakukan kontak apapun dengan mantan meski sulit dilakukan karena Anda merasa kesepian. Meski dengan menghubunginya akan membuat Anda tenteram, tetapi ini akan semakin menyulitkan Anda untuk melupakannya. Carilah sumber ketenteraman baru, baik dari teman maupun keluarga.

6. Lakukan kegiatan baru

Gunakan kebebasan Anda untuk melakukan hal-hal baru. Anda bisa memanjakan diri dengan melakukan kegiatan yang tidak dapat Anda lakukan sebelumnya. Gunakan waktu sendiri ini untuk kembali kuliah atau kursus sehingga Anda pun dapat bertemu dengan orang-orang baru, melakukan hal-hal baru, dan menjadi orang yang baru.

7. Jangan terobsesi kesalahan masa lalu

Yang lalu biarlah berlalu. Ambillah pelajaran dari peristiwa yang menyakitkan ini. Kini, fokuskan diri Anda pada masa depan. Jangan lupa untuk tetap membuka hati bagi orang-orang baru. Siapa tahu ada seseorang yang dapat menggantikan tempat mantan di sisi Anda.

8. Beri perhatian penuh kepada anak

Kiat yang terakhir, bagi Anda yang punya anak seyogyanya dapat memberi perhatian dan kasih sayang utuh untuk masa depannya yang cerah.

Setiap orang dihadapkan kepada cobaan sesuai dengan kadar kemampuan dan keimanan. Semua yang kita jalani semata-mata hanya sebagai ladang amal ibadah kepada-Nya dalam menyelami hidup, meniti hari, dan menata hati dengan rasa syukur dan sabar.

Cinta dan perbedaan. Apakah hanya karena masalah status, duda atau janda mendapat porsi cinta yang jauh berbeda dengan status lajang tulen? Urusan status begitu peka dan sensitif bagi kebanyakan orang. Lalu, bagaimanakah jika lajang tulen memilih menikah dengan duda atautkah janda? Berikut beberapa respon opiniers di bawah ini.

1. Andi, 30, lajang, guru dan penulis

"Asal keduanya ikhlas & ridha serta meyakini jodoh yang ditentukan Allah. Nabi saw. menganjurkan

laki-laki menikahi perawan, tetapi kalau sudah jodoh *no problemo*. Beliau menikah dengan janda, Siti Khadijah.

2. Shihab, 33, lajang, staf pengajar
 "Tidak jadi masalah, yang penting semua keluarga setuju termasuk anak-anaknya."
3. Ati, 35, lajang, guru
 "Tidak masalah asalkan jelas statusnya. Kalau menikah kan tergantung niatnya. Ada yang niat karena materi, ada yang niat coba-coba, dan ada juga niat ibadah. Kalau niat ibadah, insya Allah status tidak akan menjadi masalah besar. Bila melibatkan keluarga, butuh proses dalam menerima sang duda atau janda, tetapi Rasulullah juga *gak* melarang kok menikah dengan bujang, janda, atau pun duda. Tergantung kebutuhan orang yang menikah itu. Yang pasti, tergantung niatnya."
4. Mahdi, 46, menikah, pemerhati pendidikan
 "Setuju, itu lebih aman dari pada dimadu atau jadi selingkuhan. Soal cinta nggak bisa dibohongi, tetapi mencintai tidak berarti harus memiliki."
5. Ita, 26, menikah, staf pengajar
 "Sesungguhnya manusia dilahirkan berpasang-pasangan. Namun, status pasangan tersebut tidak dijelaskan apakah lajang, janda, ataukah duda. Menurut pendapat pribadi saya, setiap orang pasti mendambakan pasangan yang *single*. Akan tetapi, ketika Allah SWT menentukan lain, tidak apa-apa menikah dengan duda atau janda daripada melajang. Namun, hal itu juga dengan persyaratan, yaitu bukan karena harta dan dunia, melainkan karena keyakinan dan keimanan serta keikhlasan hati menerima ketetapan Allah SWT. Maksudnya, menikah karena Allah SWT. Namun, jujur saja, keikhlasan itulah yang sulit, butuh proses untuk jadi orang ikhlas."

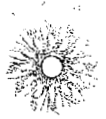
6. Ani, 26, lajang, staf pengajar
 "Lajang akan lebih memilih lajang. Akan terjadi *adrenalin pumping* dan banyak yang harus diperjuangkan serta dipertaruhkan saat lajang dengan duda atau janda, karena kultur pendidikan, keluarga, lingkungan di Indonesia kurang mendukung hal itu"
7. Anwar, 62, single parent, karyawan swasta
 "Tidak ada yang dipermasalahkan. Hanya bergantung pada bagaimana penilaian pasangan satu sama lain dalam menjalani hubungan. Komentar orang berbeda-beda. Semua bergantung yang menjalani."
8. Kieva, 48, pemerhati pendidikan
 "Pernikahan pada hakikatnya adalah puncak dari proses pembangunan komitmen untuk membangun rumah tangga dengan segala romantikanya. Pada fase ini, tidak lagi penting apakah perawan tulen memilih duda atautkah janda memilih perjaka, tetapi terletak pada kebersamaan menjaga komitmen yang dibangun sebelumnya."
9. Ahmad, 40, pengajar
 "Tidak menjadi masalah, bahkan dapat menjadi pilihan yang tepat. Seorang lajang memilih janda atau duda karena pilihan untuk menjadi pasangan hidup, bukan terletak pada status lajang, janda atau dudanya, tetapi lebih kepada kualitas diri pasangan yang akan dipilih, misalnya duda atau janda biasanya lebih matang, dewasa, dan berpengalaman."
- Siapa pun jodoh kita, apakah lajang, duda, atautkah janda adalah rahasia Tuhan. Semua terlahir memiliki kelebihan dan kekurangan. Masing-masing individu sudah ditakdirkan memiliki cobaan hidup sesuai ukuran dan kadar kemampuannya. Sayangnya, kebanyakan orang hanya

melihat sisi kelemahan orang lain yang dipandang sebelah mata. Memang, prinsip dan tujuan hidup masing-masing individu berbeda dan akan memengaruhi pengetahuan, pola pikir, dan pilihan hidupnya masing-masing dalam memberi penilaian terhadap segala sesuatu. Hal itu wajar saja karena masing-masing orang memiliki keinginan yang berbeda. Siapa pun jodoh kita nantinya adalah skenario Tuhan. Tuhan Maha Mengetahui apa yang tidak kita ketahui. "... *Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu. Dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahuinya.*" (QS *Al-Baqarah* [2]: 216)

Manusia dihadapkan pada cobaan hidup yang berbeda-beda dengan porsi yang sesuai dengan kelebihan dan kekurangan masing-masing, baik kaya maupun miskin, bahagia maupun sengsara, dan tampan maupun kaya, tetapi tidak bahagia, dan lain sebagainya. Semua saling melengkapi kelebihan dan kekurangannya. Kita pasti tidak menginginkan sesuatu yang tidak kita harapkan terjadi kepada kita, bukan? Namun, semua sudah digariskan oleh takdir masing-masing. Canda, tawa, air mata, rasa takut, sedih, dan berbagai macam rasa menjadi satu dalam melewati cobaan hidup. Sesudah cobaan-cobaan hidup yang kita lewati dengan sabar, Tuhan akan memberikan kasih dan sayang-Nya. "*Dan sesungguhnya Tuhanmu (pelindung) bagi orang-orang yang berhijrah sesudah menderita cobaan, kemudian mereka berjihad dan sabar; sesungguhnya Tuhanmu sesudah itu benar-benar Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.*" (QS *An-Nabl* [16]: 110). Apapun cobaan yang kita hadapi, hal itu menunjukkan ketidaksempurnaan hidup dan kebesaran Allah. Kita harus banyak bersyukur dan bersabar terhadap nikmat-nikmat dan cobaan-cobaan yang diberikan Allah kepada kita sebagai makhluk berpikir, berilmu, berpanca

indra, dan kaya akan cipta, karsa dan rasa. *"Tiap- tiap yang berjiwa akan merasakan mati. Kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya), dan hanya kepada Kamilah kamu dikembalikan." (QS Al-Anbiyâ' [21]: 35)*

"Apakah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) sebagaimana halnya orang-orang terdahulu sebelum kamu? Mereka ditimpa oleh malapetaka dan kesengsaraan, serta diguncangkan dengan bermacam-macam cobaan sehingga berkatalah Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya: Bilakah datangnya pertolongan Allah? Ingatlah sesungguhnya pertolongan Allah itu amat dekat." (QS Al-Baqarah [2]: 214). Semoga kita menjadi kaum muslimin yang disayangi Allah, amin.



**Lajang Produktif, Berpikir
Positif, dan Bahagia**



Lajang Produktif, Berpikir Positif, dan Bahagia



A. Catatan Ustaz Cinta

Jomblo itu setidaknya ada dua: jomblo yang payah dan jomblo yang baik. Jomblo yang payah adalah seseorang yang menjomblo karena terpaksa, bukan karena punya prinsip yang tegas, misalnya menjomblo karena memang tidak ada yang mau sama sekali dengan dia, padahal dia ingin sekali pacaran dan bermesraan ke sana kemari layaknya orang yang sedang dimabuk cinta. Jadi, dia sebenarnya tidak punya orientasi khusus dan serius ke arah pernikahan. Dia selalu berseloroh, "Gimana nanti aja, deh! Yang penting senang-senang dulu." Oleh karena itu, jangan kaget meski usia mereka ada yang sudah menginjak kepala empat sekali pun, mereka masih ingin main-main.

Jomblo yang baik adalah jomblo yang "SMART". Jomblo ini di samping pintar, ia juga punya prinsip "S-M-A-R-T", yaitu *sabar, mujahadah, amanah, riyadhah, dan tawakkal*.

1. Sabar

Sabar itu maksudnya adalah *al-babsu wal-kûf*, pandai menahan dan mengekang. Menahan dari apa? Menahan diri dari budaya ikut-ikutan tanpa dasar yang jelas, menahan diri dari pergaulan yang bebas, menahan diri dari kemungkinan menghalalkan segala cara untuk mendapatkan jodoh, dan menahan diri dari kemungkinan

emosi, stres, pusing, minder, dan aneka perasaan *inferior* yang lain akibat belum datangnya jodoh yang dinanti.

Di samping bisa menahan, dia juga bisa mengekang. Mengekang apa? Mengekang hawa nafsu yang liar. "Ketika kita pusing dan stres, misalnya karena jodoh belum juga datang, biasanya nafsulah yang pertama kali menyapa dan menawarkan diri untuk menghibur kita, misalnya dengan iseng ke lokalisasi, iseng ke tempat-tempat gelap, iseng masturbasi, nekat mabuk, dan menjadi hamba rokok," begitu kata budayawan kondang, Emha Ainun Nadjib.

Jomblo yang baik adalah jomblo yang dapat sabar dan pandai menghindari hal-hal negatif di atas. Ingat, sabar adalah ciri manusia sehingga ia lebih dimuliakan oleh Allah dibandingkan malaikat atau pun hewan. Malaikat tidak perlu repot-repot berlatih sabar karena mereka memang tidak diberi nafsu oleh Allah. Hewan juga tidak perlu sibuk ikut pelatihan tentang kesabaran karena hewan bertindak berdasarkan insting atau naluri, bukan berdasarkan akal sehat karena ia memang tidak diberi akal oleh Allah. Jadi, kesabaran merupakan tugas manusia karena di satu sisi ia diberi nafsu, tetapi di sisi lain ia juga diberi akal untuk mengendalikan nafsu. Siapa yang dapat bersabar, termasuk ketika jodoh belum juga datang, baginya "kabar gembira" dari Allah. Apakah kabar gembira itu? Kabar gembira itu bisa datang dalam bermacam-macam bentuk, misalnya jaminan kesuksesan dunia akhirat, jaminan surga, jaminan semakin dicinta dan ditolong oleh Allah. Allah SWT berfirman:

Dan pasti akan Kami uji kalian dengan munculnya rasa takut, kelaparan, kekurangan harta, kematian, serta kekurangan buah-buahan. Maka berilah kabar gembira bagi orang-orang yang sabar. (QS Al-Baqarah [2]: 155)

2. Mujahadah

Mujahadah artinya adalah *badz-lul wu'i* atau men-curahkan segala kesungguhan. Kesungguhan dalam hal apa? Kesungguhan dalam segala hal, terutama yang berkaitan dengan proses pencarian jodoh. Jomblo yang baik tidak mengenal putus asa, tidak punya kamus menyerah, selalu maju terus pantang mundur, selalu berkeyakinan bahwa kesungguhan akan melahirkan keajaiban dan keberkahan. Jomblo yang baik adalah jomblo yang yakin akan janji Allah dalam Al-Qur'an Surat Al-Ankabût [29] ayat 69:

Dan bagi siapa yang mau bersungguh-sungguh di jalan-Ku, niscaya akan Kami tunjukkan jalan-jalan Kami.

3. Amanah

Amanah maksudnya adalah terus berusaha menjadi pribadi yang dapat dipercaya oleh Allah sehingga Allah percaya dan mantap untuk menitipkan jodoh kepada kita. Jodoh itu titipan Allah. Ia tidak akan sembarangan dititipkan kepada seseorang yang dianggap belum bisa menjaga amanah dari Allah. Amanah adalah ciri orang yang beriman. Oleh karena itu, nabi menyatakan bahwa orang yang tidak amanah berarti tidak beriman.

Tidaklah dikatakan beriman orang yang tidak amanah, dan tidak dikatakan orang yang beragama manakala ia tidak bisa menepati janji. (HR Imam Ahmad)

Jomblo yang baik adalah jomblo yang selalu berusaha menjadi sosok yang bertanggung jawab, visioner, bisa diandalkan, dan memiliki kepribadian yang kuat. Ia sadar bahwa amanah jodoh tidaklah ringan sehingga wajar jika Islam menyatakan bahwa menikah merupakan setengah dari agama sehingga ia terus berusaha menempa diri dengan sepenuh hati.

4. Riyadha

Riyadhab yang dimaksud di sini adalah berusaha tiada henti untuk selalu mengolah batin agar lebih kuat dan tajam. Kuat dalam melihat visi dan misi ke depan dan tajam dalam membedah aneka masalah yang menghadang. *Riyadhab* atau *lelaku* atau *tirakat* ini tentu tidak harus dengan bertapa di atas gunung, menghindari dunia, memutus hubungan dengan manusia, atau tingkah laku aneh lain yang tidak dicontohkan oleh Rasulullah. *Riyadhab* sewajarnya saja dilakukan, misalnya dengan *tabajjud* dan zikir malam yang lebih khusyuk dan lebih lama, membaca Al-Qur'an dengan target tertentu, misalnya 2 juz setiap hari, atau jika ingin menyamai para sahabat nabi, mereka biasa mengkhatamkan Al-Qur'an tiap 3 hari sekali, yang berarti membaca 10 juz setiap harinya, membiasakan puasa sunnah, membiasakan shalat jamaah, membiasakan *dawâmul wudhû'* atau selalu dalam kondisi wudu atau suci meskipun tidak sedang akan shalat.

Jika *riyadhab* ini terus dilakukan dengan *istiqamah*, insya Allah para jombloan dan jomblowati, di samping akan memiliki kekuatan dan ketajaman dalam melihat dan menapaki masa depan, juga akan memiliki kepribadian yang kuat, tegar, tahan banting, dan selalu siap dalam segala kondisi. Saat dilangkahi nikah oleh adik, tersenyum. Saat dibilang orang katanya tidak laku-laku, tersenyum. Saat *ta'aruf*, tetapi ditolak terus, tetap tersenyum dalam arti tidak menganggap itu sebagai masalah, tetapi menganggap semua itu hanyalah ujian kecil yang justru akan membuat pribadinya semakin kuat, bijak, dan sempurna. Pesan orang bijak, "Semakin dalam pahatan penderitaan seseorang, semakin sempurnalah ia."

5. Tawakal

Manusia itu hanya bisa berencana, berkehendak, dan bermimpi, tetapi keputusan terakhir tetaplah hak prerogatif

Allah, seperti halnya dalam masalah jodoh. Betapa pun siang malam kita mencari, betapa pun siang malam kita bermunajat cinta, jika Allah belum berkehendak, kita pun tidak bisa apa-apa, kecuali bertawakal kepadanya. Tawakal artinya memasrahkan keputusan terakhir kepada Allah setelah kita mencurahkan segenap usaha sepenuh dengan tenaga. Jadi, jika kita sudah berusaha ke sana kemari, doa ini doa itu, ternyata jodoh belum juga ketemu, tugas kita tinggal satu, yaitu memasrahkan hasil akhir kepada Allah. Inilah yang dinamakan tawakal yang sesungguhnya sebab terkadang ada yang salah kaprah memahami makna tawakal. Dia usaha *kagak*, doa *ogah*, eh, main pasrah saja sama Allah ...! Itu namanya bukan tawakal, tetapi "tamakkal" alias "tak masuk akal". Dulu, Nabi pernah menegur seorang sahabat yang marah-marah karena untanya hilang saat ditinggal shalat. Dia bilang, "*Loh*, bukannya sudah aku pasrahkan kepada Allah, tetapi kenapa untaku tetap hilang juga?" Nabi pun bertanya, "Sahabatku, apakah sebelum ditinggal shalat tadi untamu sudah kamu ikat, misalnya di sebuah pohon, gitu?" sahabat itu pun menjawab, "Belum Nabi, saya tadi hanya memasrahkan begitu saja kepada Allah." Nabi pun tersenyum, lalu memberikan nasihat, "*I'qilbâ wa tawakkal!* Talilah ia baru kemudian pasrahkan (kepada Allah)!"

B. Kiat Menikmati Masa Lajang

Kata lajang kedengarannya terkesan nyaman, bebas, leluasa, dan tidak ada ikatan. Kata itu sering kita temui ketika seseorang menanyakan status. Udah nikah belum? Pertanyaan ini kerap kali membuat suasana hati lajang merasa terganggu dan tidak nyaman. Namun, lajang bukan berarti tidak bisa menikmati hidup. Banyak cara dan tips untuk para *singlers* agar tetap merasa ceria dan "hidup."

Berikut beberapa tips yang dapat dilakukan *singlers* untuk lebih produktif, berpikir positif, dan bahagia.

1. Kembangkan minat dan hobi

Kembangkanlah sesuatu hal yang Anda sukai dan minati. Ini akan memacu Anda untuk lebih kreatif. Lakukan dengan tekun dan semangat. Percayalah, untuk mencapai hasil yang produktif dapat dicapai melalui hal-hal yang Anda minati.

2. Tetap fokus

Apapun cita-cita yang ingin Anda capai, lakukanlah dengan serius. Tanamkanlah dalam *mindset* Anda kata-kata yang memotivasi diri, seperti "Anda pasti bisa!" dan "Bisa ...! Tetap semangat! Tinggalkan pesimisme!"

3. Perbanyak teman

Luaskan pergaulan Anda dengan siapa pun. Perbanyak teman, pasang senyum, dan tetap ceria. Bersikaplah terbuka dan jangan menutup diri atau membatasi diri dalam pergaulan. Dengan memperbanyak teman, Anda punya peluang besar dalam mendapatkan jodoh Anda.

Dalam buku *Istikharah Cinta*, M. Shodiq Mustika, dkk (2009: 68-69), memaparkan bahwa jika Anda membatasi diri bergaul dengan lawan jenis yang "itu-itu melulu" dengan cara yang "itu-itu melulu" pula, kecil peluang Anda untuk mendapatkan jodoh yang paling tepat. Daripada membatasinya, lebih baik Anda menciptakan pilihan yang tidak "itu-itu melulu". Jika Anda melepaskan diri dari kebiasaan "itu-itu melulu" dan "menampilkan diri pada seribu kesempatan", peluang Anda untuk memperoleh jodoh yang paling ideal akan meningkat secara luar biasa. Silaturahmi atau "menampilkan diri pada seribu kesempatan" termasuk dengan lawan jenis, ternyata juga dapat melapangkan

rezeki. Jodoh pun tergolong rezeki pula, bukan? Kalau begitu, dari sudut pandang agama kita, "menampilkan diri pada seribu kesempatan" itu melejitkan peningkatan peluang (probabilitas) untuk memperoleh jodoh yang paling ideal.

4. Ciptakan aktivitas yang dinamis dan tidak terkesan monoton

Aktif dalam suatu kegiatan, perkumpulan, atau klub yang Anda sukai akan memiliki nilai manfaat, misalnya kegiatan yang dapat melepas kepenatan, seperti *hiking*, *outing*, dan relaksasi.

5. Evaluasi diri

Evaluasi apa saja yang telah Anda lakukan dan jadikan pengalaman sebagai pembelajaran diri untuk lebih baik lagi. Tentunya tingkat pemahaman dan pengalaman Anda akan terus berkembang dalam menghadapi masalah kehidupan sebagai bentuk motivasi diri yang tidak lepas dari kesalahan karena kita juga belajar dari kesalahan kita sendiri.

6. Hadapi tantangan

Apapun masalah yang kita hadapi bukan berarti menyerah secara pasif, bukan? Menghindari problema yang Anda hadapi akan mengurangi keterampilan diri Anda dalam menghadapi permasalahan hidup. Tantangan atau cobaan merupakan bagian proses pembelajaran hidup untuk menjadi manusia yang lebih dewasa dan matang.

7. *You are what you think* (kamu adalah apa yang kamu pikirkan)

Apa yang Anda pikirkan tentang diri Anda, itulah diri Anda yang sebenarnya. Sebagai contoh, jika Anda merasa diri Anda tidak percaya diri, kata itu akan

tertanam dalam *mindset* Anda dan terpatrit dalam memori Anda, yang lambat laun akan membuat Anda benar-benar tidak percaya diri. Jika Anda berpikir positif untuk Anda sendiri, Otak Anda akan menghasilkan gambaran diri Anda yang positif.

Pernyataan Dale Carnegie yang ter kutip dalam buku Hasan Syamsi Basya, *Menemukan Kebahagiaan* (2006: 29), mengatakan bahwa jika kita berpikir bahagia akan bahagia, jika berpikir menderita akan menderita, jika berpikir gelisah akan menjadi orang-orang yang takut dan pengecut, dan jika bisikan penyakit mengalahkan kita, sepanjang hidup kita akan sakit dan sengsara. Demikianlah seterusnya.

Ditambahkan oleh Dr. Adit Abraham (2003: 86) bahwa, "mencintai diri sendiri merupakan awal dari indahnya hidup yang panjang." Ini berarti bahwa menjadi diri Anda sendiri dapat membawa ke arah penciptaan diri positif seutuhnya. Sikap Anda akan lebih percaya diri dan positif.

8. *Learning and improving*

Ada istilah filosofi pendidikan yang sering kita dengar, *long life education* (*belajar sepanjang hayat*). Proses belajar membantu Anda dari mulai Anda tidak tahu menjadi tahu. Semakin banyak Anda belajar, semakin meningkat pula pengetahuan Anda. Ini juga dapat membantu perkembangan produktivitas otak Anda.

Proses belajar bisa Anda dapatkan di mana saja, misalnya dengan membaca buku, berkunjung ke perpustakaan, mengikuti seminar, lokakarya atau pelatihan-pelatihan yang dapat meningkatkan pengetahuan Anda.

9. Meminta dan mencinta

Kesibukan menjadi salah satu aktivitas harian manusia yang tiada henti demi menggapai rezeki. Sirkulasi rupiah menjadi bagian utama untuk dapat bertahan hidup. Kepenatan, kejenuhan, dan berbagai rasa turut melengkapi. Semua yang ada di dunia adalah titipan-Nya. Semua yang diciptakan akan kembali kepada-Nya. Kerlap-kerlip malam yang gemerlap, gedung-gedung pencakar langit di antara kota metropolitan, media hiburan, dan fasilitas-fasilitas kehidupan lainnya yang tersedia tiada berarti lagi ketika sangkakala mengumandang. Tinggal penyesalan dan dosa-dosa yang tertimbun, bahkan Allah menyebutkan dalam firman-Nya:

Dijadikan indah pada pandangan manusia akan kecintaan pada syahwat berupa wanita, anak-anak, harta yang banyak, baik emas, perak, harta pilihan, binatang ternak, dan sawah ladang. Itu semua merupakan kesenangan hidup di dunia. Sementara, di sisi Allah ada tempat kembali yang baik. (Âli 'Imrân [3]: 14)

Hidup selalu dilalui oleh cobaan yang silih berganti, seperti musibah, kemiskinan, dan penyakit yang tidak kunjung sembuh. Oleh karena itu, mengenal esensi hidup begitu penting dengan jalan mengingat Sang Pencipta, meminta dan mencinta kepada-Nya agar selalu terjaga dalam lindungan-Nya. Ketika kita ingin bertobat, shalat tobat menjadi pilihan yang tepat. Ketika kita sedang bimbang, shalat istikharah menjadi penunjuk arah. Ketika kita membutuhkan sesuatu, shalat hajat menjadi suatu kebutuhan. Ketika tubuh bersimpuh sujud di malam hening nan sunyi dalam kepasrahan diri, *qiyâmulail* menjadi langkah terdekat untuk mengenal dan mendekat kepada-Nya.

Tabajjud pada sebagian malam sebagai pintu wadiah tambahan bagimu, semoga Tuhanmu mengangkatmu pada kedudukan terpuji. (Al-Isrâ' [17]: 79)

10. *Don't be too seriouw about life*

Hadapi masalah apa pun dengan tenang dan jangan dianggap terlalu serius. Cobaan hidup lahir dari masalah-masalah kecil hingga kompleks. Cobaan tidak lepas dari bagian hidup. Susah dan senang, tawa dan air mata, senyum dan amarah adalah bagian ujian hidup kita di dunia. Semua adalah skenario-Nya di balik panggung kehidupan. Hidup adalah sementara. Adakalanya ekspresi kita begitu serius ketika marah, benci, atau pun kesal, tetapi ada baiknya kita coba hadapi masalah dengan senyuman. Insya Allah setiap permasalahan pasti ada jalan keluarnya. *Don't worry, be happy!*

Agar menjadi lajang yang berbahagia, seseorang harus berpikir positif. "Melajang bukanlah sebuah kutukan," kata psikolog Ratih Ibrahim (2007: 1). Melajang hanyalah pilihan dalam perjalanan hidup seseorang. Dia mengutip ungkapan psikolog dunia David Niven, *Happy people let themselves be happy. Unhappy people continue does things that upset them*, orang yang bahagia membiarkan dirinya bahagia, dan orang yang tidak bahagia terus melakukan sesuatu yang membuat mereka sengsara. Menurut dia, orang-orang yang punya pikiran dan sikap positif, baik terhadap dirinya, orang lain, maupun lingkungannya, biasanya akan lebih mudah bahagia. Orang-orang bahagia akan tampil lebih menarik dan bergairah dalam hidup mereka. Orang-orang ini biasanya akan menarik lebih banyak keberhasilan hidup. Sebaliknya, membiarkan diri tenggelam dalam pikiran dan sikap negatif, terutama terhadap diri sendiri, sama saja dengan melakukan sabotase kepada diri sendiri. Kaum lajang, kata Ratih, juga

Melepas Belenggu

JOMBLO

(Warna-Warni Lajang)

harus memiliki selera humor yang tinggi, mengapa? Karena selera humor yang baik akan membantu kita segera pulih dari kekecewaan dan pengalaman yang tidak menyenangkan. Selera humor yang baik membantu kita melihat berbagai kemungkinan untuk menjadi bahagia kembali karena kita masih bisa menemukan hal-hal yang lucu serta tersenyum dan tertawa sekalipun di tengah kepahitan hidup. Tersenyum dan tertawa mempunyai sifat *therapeutic* yang sangat ampuh untuk mengembalikan keceriaan bukan hanya bagi diri kita sendiri, melainkan juga menular kepada orang lain di sekitar kita. Meski hidup melajang, Ratih menyarankan agar kita selalu bersyukur, terutama untuk kesehatan, rezeki, dan semuanya. Kehidupan spiritual yang baik bisa membantu menjadi tetap teguh dan kukuh menghadapi cobaan.

Seorang psikiater bernama Dalai Lama (2008: 1) mengatakan bahwa ciri orang yang bahagia umumnya lebih mudah bergaul, luwes, kreatif, penyayang, murah hati, selalu bersedia mengulurkan bantuan untuk orang lain, dan tidak sombong.

Psikolog Anida Triana Dewi (2008: 2) juga menambahkan tips-tips tentang bagaimana menanggapi pernyataan-pernyataan miring yang kerap dilayangkan kepada lajang. Tentunya dalam hal ini, Anda tidak perlu menanggapi dengan serius, bukan? Berikut tips psikolog Anida Triana Dewi, dari klinik Fakultas Psikologi UI Depok.

1. Persiapkan untuk menerima diri Anda sendiri yang hingga di usia sekarang ini belum juga menikah. Jika sudah siap, pernyataan apapun dapat Anda sikapi secara positif dengan senyum. Jangan terlampau serius lho, misalkan yang memberikan pernyataan adalah orang yang lebih tua, "Iya nih belum mendapatkan jodoh, do'ain ya." Kalau yang masih sebaya, "Belum dapat nih, carikan dong."

2. Tidak semua pernyataan itu serius atau ingin mengulik pribadi Anda. Banyak di antara mereka yang sebenarnya hanya basa-basi atau sekadar membuka pertanyaan. Mereka mungkin melihat fisik Anda atau menduga-duga usia Anda sehingga memancing pembicaraan dengan bertanya tentang anak, status, atau usia. Jika Anda sudah bisa menerima diri sendiri, jawab saja apa adanya, "Saya masih single" atau "Belum siap menikah, nih."
3. Apapun pernyataan miring yang kerap menghinggapinya Anda, Anda tidak perlu malu. Percayalah, jodoh itu pasti akan datang. Jika memang Anda termasuk yang pendiam, tidak ada salahnya Anda curhat dengan teman dekat agar Anda lega.

Apapun permasalahan yang kita hadapi, bersikaplah secara positif karena bersikap positif dapat membuat kita selalu bahagia, ceria, dan tidak mempunyai beban. Kita lepaskan belenggu *mindset* negatif yang ada dalam diri kita karena itu juga dapat membuat kita selalu tampil sehat dan cantik luar dalam (*inner dan outer beauty*) serta memancarkan aura positif di sekitar kita.

Berikut ini beberapa petunjuk tentang bagaimana mengembangkan cara berpikir positif menurut Dr. Amit Abraham (2008), dalam bukunya berjudul *Developing Your Personality by Positive Thinking*, yang dikutip dari buku *Personality Development Through Positive thinking*.

1. Mengikuti kata hati saat evaluasi diri secara konstan

Kita biasanya cenderung untuk percaya terhadap yang bukan diri kita karena ini memuaskan ego kita. Orang menyatakan sanjungan tentang diri kita dan kita percaya akan hal itu. Biasanya, kebanyakan dari kita hanya berpikir sesuatu yang kita yakini berharga bagi diri kita jika itu sulit untuk dipercaya. Akan tetapi, kita harus secara kritis mengevaluasi diri kita sendiri. Kita harus mengetahui

kebaikan kita sebagaimana juga keburukan kita. Kita harus mengetahui kelemahan kita dan memperbaiki jika memang bisa diperbaiki. Kita adalah apa adanya kita dan kita harus berusaha menjadi yang kita inginkan. Jadi, teruslah mengikuti kata hati dalam suatu evaluasi diri yang jujur dan kritis. Evaluasi diri ini akan melapangkan jalan Anda menuju cara berpikir yang positif.

2. Menerima kenyataan

Kebenaran selalu lebih kuat daripada diksi. Kebenaran tidak dapat ditolak. Kebenaran akan tetap selalu menjadi kebenaran. Kita harus menerima kebenaran karena kita tidak bisa menghindarinya. Menolak realitas memberikan kelegaan sementara, meski nantinya akan menyebabkan masalah psikologis bagi kita. Dan, ini tidak baik bagi kesehatan mental kita. Jadi, mengapa kita harus bermain petak umpet? Terima saja yang ada dan tinggallah bersamanya. Harry Truman berkomentar, "Saya tidak pernah memberi mereka hal buruk. Saya hanya mengatakan kebenaran, dan mereka pikir itu hal buruk." Jadi, biarkan kebenaran tidak menjadi hal buruk bagi Anda. Biarkan hal itu berlaku.

3. Terimalah orang lain apa adanya

Orang berbeda di segala dimensi. Dan, penilaian kita terhadap mereka harus dipertimbangkan. Saya adalah saya, dan Anda adalah Anda. Anda tidak bisa menjadi saya dan saya tidak bisa menjadi Anda, meski kita bersama-sama membentuk masyarakat. Pasti ada harmoni dalam perselisihan. Belajarlah menerima orang lain apa adanya, niscaya orang lain juga akan menerima Anda apa adanya.

4. Evaluasilah perilaku dalam kerangka situasional

Perilaku orang sebagian besar merupakan hasil stimulasi yang diterima seseorang dari lingkungannya.

Saat mengevaluasi perilaku seseorang, kita harus mempertimbangkannya. Tempatkan diri Anda dalam posisi orang lain, kemudian berpikirlah bagaimana Anda akan berperilaku dalam kondisi yang sama. Anda akan mampu membentuk pendapat lebih positif tentang perilaku orang lain.

5. Kembangkan kepercayaan diri dan kemampuan Anda
Kurangnya rasa percaya diri mengarah pada perasaan rendah diri. Kita cenderung menyerah sebelum mencoba. Lakukan yang dapat Anda lakukan sesuai dengan kemampuan yang Anda miliki dan keadaan Anda apa adanya. Mulailah dari sesuatu yang mungkin, dan Anda akan mengakhiri sesuatu yang tidak mungkin secara pelan-pelan. Segala sesuatunya bisa diraih jika orang mempunyai kemampuan untuk melakukannya. Jadi, kembangkan rasa percaya diri dalam diri Anda dan milikilah keyakinan terhadap kemampuan Anda.
6. Jangan rendahkan orang lain
Jangan pernah merasa diri Anda lebih tinggi dari siapa pun. Adanya orang superior karena orang inferior juga ada. Jika Anda merendahkan orang lain, dalam diri Anda akan muncul gagasan superioritas. Hal ini sebaliknya membuat Anda merasa inferior terhadap banyak orang. Putih adalah putih dan hitam adalah hitam karena tidak ada putih dan hitam. Jadi, jangan pernah memperlihatkan perasaan superioritas dalam cara pandang Anda terhadap diri sendiri atau orang lain karena Anda juga akan merasa inferior terhadap orang lain. Semakin banyak orang bersikap baik hati, semakin sulit baginya berpikir inferior terhadap orang lain.

7. Hormati kemampuan orang lain

Kita seharusnya mengidentifikasi dan menghormati kemampuan orang-orang yang bergaul dengan kita serta menggunakan potensi terbaik mereka. Hormati mereka dan mereka akan menghormati Anda.

8. Terimalah dan hargailah kritikan yang sehat

Sangatlah mudah untuk mengkritik seseorang tetapi sangatlah sulit untuk menerima kritikan orang lain. Kritik bertindak sebagai paksaan yang menuntun dan memotivasi kita. Ini membantu kita berpenampilan lebih baik dan bergerak ke depan. Jika kita ingin dihargai hanya berdasar atas apa yang telah kita lakukan, ini mengindikasikan kita tidak berkembang dan maju. Jadi, belajarlah menerima kritikan dengan lapang dada dan melakukan segala sesuatunya dengan lebih baik.

9. Jangan turuti kata hati untuk memfitnah

Orang tidak perlu menikam seseorang dari belakang. Ini merupakan kebiasaan seorang pengecut. Bersikaplah berani dan nyatakan perasaan Anda di depan orang yang bersangkutan. Ini akan membuat Anda merasa lebih baik dan berbuat kebaikan kepadanya juga.

10. Hargailah kondisi fisik Anda

Frasa "Kecantikan terletak pada mata yang menonton" dan "Segala sesuatu yang indah merupakan suatu kesenangan selamanya" merupakan dua hal yang sangat umum, tetapi sangat luas disalahartikan. Kecantikan tidak saja berimplikasi pada keadaan luar, tetapi juga berimbas pada diri Anda. Apa yang cantik di dalam merupakan suatu kesukaan selamanya. Saya seorang yang bungkuk dan kurus. Banyak orang di jalan mengomentari diri saya. Reaksi saya, "Itu urusan Anda dan bukan urusan saya. Anda bukan saya. Saya tahu siapa dan apa saya ini." Jadi,

belajarlah menghargai kondisi fisik Anda. Ini merupakan anugerah Tuhan kepada Anda.

11. Perhatikan jika orang lain berbicara

Kebanyakan dari kita mempunyai kebiasaan tidak mendengarkan orang lain saat mereka sedang berbicara. Kita selalu berusaha mendorong dan menanamkan cara pandang kita. Ini penting agar kita dapat menjadi pendengar yang baik karena kita belajar lebih banyak pada waktu kita sedang mendengarkan. Ini akan membantu kita memahami pemikiran dan perasaan orang lain, dan sebaliknya akan membantu mereka memahami diri Anda lebih baik.

12. Ingat, setiap permasalahan pasti ada solusinya

Sebuah masalah tercipta dengan sebuah solusi yang menyertainya. Tanpa adanya solusi, dengan sendirinya masalah tidak akan pernah ada. Cobalah metode dan pendekatan yang berbeda dalam upaya memecahkan masalah Anda. Fleksibilitas merupakan kunci utama pada penyelesaian masalah. Jangan pernah menyerah pada tugas. Anda sudah pasti akan berhasil.

13. Luangkan waktu untuk pekerjaan yang konstruktif

Memang benar dikatakan bahwa pikiran kosong merupakan hasil kerja iblis. Luangkan waktu bebas Anda untuk melakukan hal-hal konstruktif dan bermanfaat. Arahkan daya kreativitas Anda pada penemuan baru dan Anda akan mendapati diri Anda bergerak menuju aktualisasi diri.

14. Bersihkan pikiran Anda dari pikiran-pikiran buruk

Pikiran, tubuh, dan jiwa yang bersih merupakan komponen penting dari cara berpikir positif. Jangan dengar, lihat, dan bicarakan hal jahat. Perhatikan perbedaan besar yang akan muncul.

15. Hidup itu suatu pengalaman, jadi nikmatilah

Hidup itu seperti spektrum yang mempunyai beragam warna dan jika dilihat bersama-sama terlihat indah. Kita tinggal dan berpikir hanya dalam konteks masa kini. Sesuatu tidak selalu membawa manfaat bagi kita untuk saat ini. Segala sesuatu yang tidak kita terima hari ini, bisa jadi mempunyai manfaat bagi kita di masa depan. Jadi, alamlah setiap jengkal kehidupan selagi dia menghampiri Anda dan belajarlh untuk menikmatinya, apalagi kita hanya hidup sekali, bukan?

16. Akan selalu ada kesempatan kedua

Orang selalu rewel dengan pilihan dan kesempatan yang hilang. Bersikap rewel tidak akan membantu Anda. Sekalipun Anda mempunyai pilihan, Anda tidak akan dapat meramalkan masa depan Anda secara tepat. Tidak seorang pun bisa melihat masa depan. Mungkin ada sesuatu yang lebih baik sedang menunggu Anda di masa depan. "Saya telah belajar menunggu dengan sabar demi kehendak-Nya karena dia memiliki anugerah yang belum dikatakan." Segala sesuatunya menjadi lebih baik di setiap waktu. Tidak ada gunanya menangisi susu yang telah tumpah.

17. Jujur dan hargailah kejujuran

Kejujuran merupakan hal yang paling baik. Kejujuran bukan hanya istilah yang dikaitkan dengan masalah keuangan yang menutupi seluruh karakter manusia. Bersikaplah jujur terhadap diri sendiri dan kejujuran dengan orang lain akan mengikuti.

18. Belajarlh menerima kesalahan Anda

Seseorang yang tidak pernah berbuat kesalahan biasanya tidak pernah berbuat sesuatu. Ada tiga tipe manusia. *Pertama*, orang yang berkata, "Saya selalu benar dan orang lain selalu salah. Tipe *kedua* adalah orang yang

berkata, "Saya selalu salah," dan yang *ketiga* adalah orang yang berkata, "Saya kadang-kadang benar dan kadang-kadang juga salah." Cobalah menjadi tipe yang terakhir. Menerima kesalahan merupakan sebuah kebesaran hati dan ini juga membantu menjernihkan kesadaran akan kesalahan-kesalahan yang telah kita lakukan.

19. Nyatakan diri Anda

Menyatakan perasaan merupakan kunci menuju kesehatan mental yang baik. Perasaan tidak pernah salah. Perasaan merupakan refleksi kejujuran dalam diri Anda. Menahan perasaan membuat kita terbebani dan kita mulai berperilaku dengan cara yang tidak alami. Oleh karena itu, bebaskan perasaan Anda dengan mempertimbangkan situasi dan keadaan. Mengungkapkan perasaan kita memang baik karena ini memberi ruang yang lebih bagi perasaan yang segar dan sehat.

20. Jangan biarkan hati Anda menguasai kepala Anda

Berpikir dan berpikirlah lagi. Apakah yang benar-benar Anda pikirkan? Biarkan perilaku mengarah pada pikiran, bukan pada emosi yang diakibatkannya.

21. Terimalah tantangan

Takdir bukan merupakan masalah kesempatan, tetapi ini adalah masalah pilihan. Takdir bukan merupakan sesuatu yang harus ditunggu. Ini merupakan sesuatu yang harus diraih. Jangan lari dari situasi yang gawat. Teruslah dan beraksilah.

22. Hindari ketergantungan

Beljarlah untuk mandiri. Mandiri dalam pikiran, perkataan, dan perbuatan. Jika Anda tidak belajar untuk percaya pada diri sendiri, Anda tidak akan bisa mempercayai orang lain. Biarkan setiap perilaku mandiri yang Anda miliki tumbuh dan berkembang.

23. Jangan buat alasan yang bodoh

Banyak orang terbiasa membuat alasan bodoh untuk membenarkan tindakannya. Rangkaian kebiasaan ini terlalu lemah untuk dirasakan dan sebaliknya terlalu kuat untuk dipatahkan. Oleh karena itu, perhatikan hal itu sebelum terlambat. Membuat alasan yang bodoh tidak akan membantu Anda berkembang dan bertumbuh. Terimalah kebenaran dan tanggung jawab daripada membuat alasan bodoh.

24. Bersikaplah baik terhadap orang lain

Perbuatan baik, seberapa pun kecilnya, tidak akan pernah sia-sia. Ada pepatah yang menyatakan bahwa Tuhan membantu orang yang membantu diri mereka sendiri. Saya tidak sepenuhnya setuju dengan hal ini. Saya percaya Tuhan juga membantu orang yang membantu orang lain. Jadi, keluarlah untuk membantu orang lain yang sedang dalam kesulitan dan alamilah kepuasan dan kebahagiaan yang menyertainya.

25. Anda bukannya tidak diperlukan

Jangan pernah mempunyai pendapat yang salah bahwa Anda adalah orang yang tidak diperlukan. Terimalah fakta bahwa akan selalu ada orang yang lebih baik daripada Anda di segala bidang. Jika Anda mulai berpikir diri Anda tidak diperlukan, ini merupakan akhir dari perjalanan Anda. Berikan ruang kepada diri sendiri sebagaimana juga kepada orang lain untuk tumbuh. Jangan biarkan Anda berdiam diri. Menerima hal ini akan membuat Anda berjuang keras ke depan menuju gambaran diri yang positif.

26. Jangan turuti kata hati untuk menyanjung

Orang yang suka menyanjung adalah orang yang paling berbahaya. Mereka jarang mempunyai

pendapat yang baik tentang orang yang mereka sanjung. Seseorang menyanjung demi kebaikan atau kepentingan dirinya sendiri, dan bukan demi kebaikan orang yang disanjungnya. Orang seperti itu jarang berbicara kebaikan di belakang orang yang mereka sanjung. Jadi, jangan pernah membesarkan hati atau mempercayai para penyanjung dan jangan pernah turuti kata hati untuk menyanjung. Satu kata untuk para penyanjung, "Jangan coba katakan kepada saya seperti apa saya ini karena saya lebih tahu siapa diri saya ini."

27. Ingat, orang tidak pernah kalah

Jika Anda tengah mengerjakan suatu tugas dan Anda gagal mencapai hasil yang diinginkan, jangan pernah berpikir Anda sudah kalah. Evaluasilah seluruh situasi dan kondisi. Temukan apa yang membuat Anda merasa bingung dan coba perbaiki. Dengan begitu, Anda telah belajar, dan belajar bukanlah suatu kekalahan. Anda hanya perlu meraihnya.

28. Selalu berbicara positif

Seseorang dikenal dari bahasanya. Cobalah untuk menghindari menggunakan kata-kata negatif. Tata urutan kata yang dipilih seseorang menunjukkan proses berpikirnya. Jika bahasanya kompleks, ini menandakan kompleksitas individu itu. Ambiguitas dalam bahasa juga harus dihindari. Pernyataan harus mencerminkan isi pemikiran yang positif. Saat berbicara, ikuti prinsip SAAD, yaitu: *simple* (sederhana), *active* (aktif), *affirmative* (afirmatif) dan *declarative* (deklarasi). Gunakan kata-kata dan pernyataan-pernyataan yang sederhana, secara tata bahasa aktif, afirmatif, dan deklaratif. Berpikir dan berbicaralah secara positif.

29. Bersikaplah positif

Secara matematis, dua negatif jika dikali akan menjadi positif. Tidak ada akhir dari pemikiran dan perbuatan positif. Semua kebaikan di dunia ini adalah positif. Semua keburukan di dunia ini juga mempunyai sisi yang positif jika kita bisa mengambil hikmahnya. Kita harus mencari kebaikan. Jika kita melakukan hal ini, sesuatu yang buruk akan terhapus. Oleh karena itu, biarkan kita selalu berpikir tentang sisi kehidupan yang lebih cerah.

Be Positive, Be You

C. Smart Mengakhiri Masa Lajang

Banyak kasus perceraian yang terjadi, seperti yang sering tersiar di media-media massa. Persidangan turut menggelar berbagai motif di balik fenomena perceraian. Konflik sosial melonjak di mana-mana. Gambaran permasalahan sosial yang terjadi menjadi sorotan utama bagi para sosok manusia dewasa yang belum menikah.

Bagi para *singlers*, pernikahan merupakan jenjang baru dalam melepas status lajang. Masih banyak bekal yang harus dipersiapkan untuk melepas masa lajang tersebut. Begitu beragam impian, harapan, cita, dan tujuan hidup lajang, begitu beragam pula kriteria lajang dalam memilih pasangan. Urusan pernikahan bukanlah hal yang mudah bagi para lajang. Berdasarkan penjelasan pada bab-bab sebelumnya, banyak faktor yang kerap menghinggapi kehidupan lajang. Tekanan sosial turut ambil bagian dari *intermezzo* pelengkap dunia lajang. Unik, kompleks, dan fenomenologis.

Ada hal yang perlu anda ingat dalam mengakhiri masa lajang. Janganlah Anda melepas masa lajang Anda karena hal-hal berikut.

1. Dikejar target

Setiap orang punya target. Akan tetapi, apakah menikah harus dicapai dengan target? Bagaimana jika pendamping hidup Anda sama sekali tidak cocok dengan Anda?

2. Tekanan sosial

Hanya karena perasaan malu dengan pertanyaan usil seputar pernikahan atau status, Anda lalu memutuskan untuk segera menikah dengan siapa pun yang menyukai Anda meskipun itu tidak didasari rasa cinta Anda.

3. Anak

Apakah karena alasan ingin segera mempunyai anak, Anda ingin cepat menikah? Hanya karena faktor usia dan *menopause*? Apakah tujuan menikah hanya karena itu? Bagaimana jika pasangan Anda bukan sosok yang tepat untuk itu?

4. Uang

Apakah karena alasan materi, Anda memutuskan untuk menikah? Ini hanya akan membawa dampak buruk bagi keberlangsungan hidup Anda.

Berikut ini beberapa paparan opiniers lajang usia 28 – 40 tahun tentang tips-tips sebelum melepas masa lajang.

1. Rita, 28, guru

"Yang dipersiapkan melepas masa lajang, ya banyak: materi lahir batin, harus benar-benar siap, dan juga kesehatan."

2. Devi, 30, mahasiswa

"Mempersiapkan lahir dan batin, fisik, dan mental. Dari segi lahir, seperti lebih merawat diri, memperhatikan kesehatan, kecantikan atau kegantengan, dan kemampuan diri. Sedangkan, dari aspek batin, seperti lebih mendekatkan diri dengan Ilahi, menguatkan mental, dan

siap mempertanggungjawabkan segala sesuatunya. Dari segi materi dan finansial disesuaikan dengan kebutuhan-kebutuhan dalam memasuki kehidupan rumah tangga.”

3. Ina, 30, guru
"Apa, ya? Tentunya persiapan semuanya. Dari mental, fisik, dan materi si lajang."
4. Wono, 28, penulis
"Teka-teki yang gampang banget. Siapkan calon pasangan."
5. Ari, 29, karyawan
"Kesiapan mental untuk hidup berpasangan, memahami peraturan hak dan kewajiban suami-istri."
6. Sita, 28, pengusaha
"Niat untuk membentuk keluarga sakinah. Siap lahir batin, siap menerima kekurangan dan kelebihan pasangan, materi, dan yang tak kalah penting, restu orang tua ... sip."
7. Roki, 37, karyawan
"Melepas masa lajang? Perlu diperhatikan beberapa hal berikut ini.
 - a. Agama
 - b. Sudah bekerja tetap atau berpenghasilan tetap
 - c. Membuat perjanjian yang jelas dan bertanggung jawab
 - d. Berani untuk mandiri
 - e. Saling membantu satu sama lain
 - f. Percaya satu sama lain
 - g. Jangan saling membuka aib
 - h. Tidak terpengaruh orang lain, baik dari pihak keluarga maupun pihak lain
 - i. Komunikasi
 - j. Saling menghormati

- k. Ikut asuransi
- l. Keluar dari keluarga orang tua

Keep smiling and keep trying your best ...

D. Kiat Mengelola Keuangan dan Berinvestasi Secara Efektif Selagi Anda Masih Lajang

Kesibukan kerja dan berkarier merupakan bagian penting dalam aktivitas lajang untuk memenuhi kebutuhan hidup. Dalam hal membeli sesuatu, para lajang biasanya tidak perlu repot mempertimbangkan pengeluaran uang. Namun, bagi yang sudah berkeluarga, perlu ekstra berhati-hati dalam membelanjakan uang dan perlu pertimbangan yang matang karena banyaknya kebutuhan dan biaya hidup berkeluarga. Nah, lalu bagaimana cara mengelola keuangan dan berinvestasi yang efektif selagi masih lajang? Ini sangat diperlukan untuk bekal hidup berkeluarga dan persiapan hari tua Anda nanti. Berikut paparan Elwin G. Masassaya, seorang Praktisi Keuangan.

Cara mengelola keuangan bagi para lajang sebenarnya sama dengan yang sudah berkeluarga, hanya kondisi dan perlakuannya saja yang beda. Ada tiga langkah yang harus dilakukan bagi para lajang dalam mengelola uang.

Buat prioritas dalam tujuan keuangan Anda. Konkretnya, bagaimana mendayagunakan penghasilan Anda untuk memenuhi tujuan keuangan berdasarkan urutan tertentu. Termasuk di dalamnya apakah Anda telah atau akan mengumpulkan dana dalam jumlah cukup untuk membiayai pernikahan? Jika jawabannya belum, menyiapkan dana pernikahan sudah semestinya menjadi salah satu prioritas keuangan Anda dalam jangka waktu tertentu. Artinya, suka tidak suka, Anda harus menyisihkan sebagian pendapatan Anda dalam bentuk tabungan untuk persiapan pernikahan.

Sebagaimana lazimnya hidup manusia, kebutuhan yang mendasar adalah sandang, pangan, dan papan. Oleh karena itu, penghasilan yang saat ini telah dimiliki harus dialokasikan paling tidak untuk memenuhi kebutuhan mendasar itu. Jadi, ada penghasilan yang harus dipergunakan untuk konsumsi sehari-hari (sandang dan pangan), dan ada juga yang mesti disisihkan untuk memenuhi kebutuhan papan. Belakangan, aspek ini juga diperluas menjadi alat transportasi. Pertanyaannya, bagaimana caranya memenuhi kebutuhan akan rumah dan kendaraan bagi para lajang?

Untuk menjawab pertanyaan tersebut kembali kepada masing-masing orang, mana yang menjadi prioritas. Jika saat ini sudah memiliki kendaraan atau tidak masalah menggunakan kendaraan umum, yang mestinya menjadi prioritas adalah bagaimana memiliki tempat tinggal. Bagi sebagian lajang yang mungkin saat ini masih tinggal bersama orang tua, mengontrak rumah, atau malah "indekos", tempat tinggal adalah hal yang paling dulu dipikirkan selain kebutuhan lain.

Jika demikian, hendaknya dipahami hal tersebut adalah kondisi sementara, di mana suatu ketika Anda tetap membutuhkan rumah sendiri tatkala sudah menikah. Oleh karena itu, memiliki rumah mestinya menjadi salah satu tujuan keuangan. Hal yang sama juga berlaku pada para lajang yang belum memiliki kendaraan dan merasa kendaraan umum hanyalah untuk sementara.

Lalu, apa yang harus dilakukan? Hal yang paling sederhana adalah sisihkan sebagian pendapatan Anda untuk dimasukkan ke dalam sebuah rekening dan setelah mencapai jumlah tertentu, gunakan untuk membeli rumah atau kendaraan.

Mungkin Anda akan mengatakan, jika sarannya seperti itu semua orang juga tahu. Oke, Anda benar. Akan tetapi, apakah pernah terbayang dalam benak Anda yang dimaksud sebagai rekening tidak selalu mesti rekening tabungan. Anda

tetap mesti menyisihkan sebagian pendapatan, tetapi bukan sebagai tabungan, melainkan sebagai pembayaran cicilan pembelian rumah atau kendaraan.

Konkretnya, jika Anda bermaksud memiliki rumah dan kendaraan, sebenarnya Anda bisa melakukannya dengan pembayaran angsuran. Dengan cara seperti itu, Anda akan memiliki rumah dan kendaraan lebih cepat. Tentu saja ketika Anda menikah, Anda mesti menceritakan keadaan tersebut kepada pasangan Anda. Jika pasangan Anda bekerja, ia akan dapat membantu untuk turut membayar angsurannya.

Kehidupan juga harus diproteksi. Hal yang kerap dilupakan para lajang adalah seolah-olah hidup tidak memiliki risiko dan kemudian merasa tidak membutuhkan asuransi. Hal ini keliru sebab suatu saat nanti para lajang akan menikah dan pasangan atau keturunannya perlu dilindungi. Oleh karena itu, kaum lajang juga perlu menginvestasikan sebagian penghasilan dalam bentuk asuransi, khususnya asuransi jiwa.

Pada saat masih membujang, yang menjadi ahli waris bisa saja orang tua atau orang yang ditunjuk. Namun, setelah menikah, ahli waris bisa dipindahkan kepada pasangan atau keturunannya. Salah satu keuntungan mengambil asuransi kala masih membujang adalah preminya akan lebih murah sebab jangka waktunya relatif lebih panjang.

Selain memperhatikan beberapa hal di atas sebagai prioritas tujuan keuangan para lajang, tentu saja masih banyak hal lain, termasuk pilihan investasi. Namun, pada dasarnya, menjadi lajang bukan berarti boleh mengelola keuangan secara sembarangan. Kebanyakan orang masih beranggapan status lajang adalah sementara. Menikah hakikatnya akan menjadi salah satu tujuan hidup. Dan, pada gilirannya, tujuan keuangan pun sebaiknya disesuaikan dengan tujuan hidup tersebut.

Be Smart, Be You

Melepas Belunggu

JOMBLO

(Warna-Warni Lajang)

E. Kiat Mencari Jodoh

Lagi-lagi soal jodoh. Para lajang kerap dihindangi sekelumit pertanyaan-pertanyaan tentang pernikahan. Sebutan perawan tua dan perjaka tua sudah tidak asing lagi terdengar. Bukan berarti lajang tanpa usaha atau tidak laku-laku. Banyak usaha yang dijalankan para lajang dalam mencari jodoh, tetapi jodoh belum kunjung datang atas ridha-Nya.

Siti Aisyah Nurmi (2008:1-2) dalam majalah *Era Muslim* telah memberikan tips-tips bagi para "singlers" (yang masih belum berpasangan) yang ingin melihat kemungkinan mencari jodoh adalah sebagai berikut.

Pertama, pahami sifat takdir secara umum, yaitu ditentukan oleh Allah, baik siapa-nya maupun kapan-nya. Apapun yang kita usahakan, baik mengarahkan keinginan dan usaha ke orang tertentu maupun menentukan waktu tertentu, akhirnya yang terlaksana adalah yang sudah ditentukan Allah SWT. Alhamdulillah sebagai manusia, kita tidak mengetahui yang gaib kecuali yang diberi tahu Allah. Dalam keadaan "tidak mengetahui" tersebut, terbukalah ruang doa dan usaha yang cukup luas. Dengan menyadari bahwa pemilik segala urusan adalah Allah, seluruh harapan kita sebaiknya dikerahkan kepada-Nya semata.

Kedua, pelajari sebanyak mungkin apa saja yang menjadi tanggung jawab suami atau istri dalam sebuah rumah tangga Islami, kemudian cobalah mengukur seberapa jauh diri kita sanggup memenuhi bagian kita. Jika Anda wanita, apakah sudah siap menjadi istri salehah yang diharapkan seorang suami yang saleh? "Siap berusaha menjadi" Bukan berarti sudah memastikan diri sudah saleh atau salehah. Manusia tidak akan mencapai titik sempurna, tetapi setiap usaha ke arah kebaikan akan disambut Allah dengan kesanggupan. Hal yang penting adalah kita sudah termotivasi sesuai dengan pemahaman yang benar.

Ketiga, bekalilah Anda dengan pengetahuan tentang profil rumah tangga Islami, kemudian buatlah semacam perencanaan atau gambaran kasar rumah tangga macam apa yang Anda inginkan bersama pasangan hidup Anda kelak. Hal itu tentu disesuaikan dengan faktor-faktor budaya dan selera Anda pada ruang-ruang yang dimungkinkan syariat Islam. Gambaran kasar ini insya Allah akan berguna pada saat sang calon sudah ada. Perencanaan atau gambaran kasar ini sebaiknya digunakan sebagai bahan diskusi dengannya. Banyak orang ketika sudah punya calon pendamping (misal pacar) kemudian mendiskusikan berbagai hal yang kurang penting, misalnya rumah seperti apa yang akan dipilih, bagaimana desain kamar tidur, atau siapa nama anak nanti. Hendaknya diskusikanlah hal-hal yang prinsipil dan terpenting, seperti komitmen untuk menegakkan Islam dalam rumah tangga dan bagaimana cara menyelesaikan konflik.

Keempat, mulailah "perburuan jodoh" yang sebenarnya. Berburu? Ya, tetapi dengan cara yang benar. Berburulah di waktu-waktu sepertiga malam terakhir, di atas sajadah dengan segala kerendahan hati, mengiba kepada Sang Pemilik Urusan, yaitu Allah. Ketika sedang berdoa, sebutkanlah secara lengkap kriteria seperti apa yang Anda inginkan dan bagaimana gambaran rumah tangga yang Anda harapkan dan akhirlah dengan pernyataan: "Jika itu semua baik menurut-Mu ya, Allah, kabulkanlah segera dan mudahkanlah. Namun, jika itu kurang baik menurut-Mu, tunjukkanlah kepadaku yang lebih baik, dan siapkanlah diriku menerimanya, Amin."

Dengan memasang hati seperti ini, insya Allah siapa pun siap menerima takdir dan insya Allah mendapat yang terbaik sebab Allah tidak pernah menyalahkan hamba-Nya yang berbuat baik.

Dalam langkah keempat ini, ada beberapa kiat yang perlu dicatat. Dalam tahapan berburu melalui doa, hendaknya

mempelajari keadaan-keadaan apa saja yang termasuk saat-saat *mustajab* dalam berdoa, misalnya saat hujan baru mulai turun, saat sedang mengalami kesulitan, saat sedang sakit, saat sedang ada jenazah, antara adzan dan iqamat setiap waktu shalat wajib, dan saat tengah malam ketika tahajjud. Khususkanlah membaca doa untuk berburu jodoh ini pada saat-saat tersebut. Jika Anda kebetulan sedang haji, akan lebih banyak lagi alternatif tempat dan saat mustajab sepanjang perjalanan mulia tersebut.

Ada kisah, seorang yang akan berangkat haji diminta oleh tetangganya untuk mendoakan agar anak gadis si tetangga itu segera mendapat jodoh. Sang calon haji ini kemudian berangkat dan di setiap waktu dan kesempatan, dia pun membaca doa-doa titipan handai taulan. Ia melakukannya dengan bersungguh-sungguh setelah membaca doa-doanya sendiri. Sepanjang perjalanan hajinya yang berlangsung selama 30 hari, ia berkali-kali membaca doa tetangganya tersebut, termasuk di depan Kakbah dan di hari Arafah. Ia pun kembali pulang, setelah meninggalkan tanah air selama sebulan. Ketika sampai di rumah, betapa terkejutnya ia melihat ada bekas-bekas pesta perkawinan di sekitar rumahnya. Ternyata, tetangganya kemarin baru saja menikahkan anak gadis mereka tersebut. Ia tidak diundang sebab baru pulang keesokan harinya. Rupanya, proses lamaran dan akad sedemikian cepat dan lancar hingga dalam jarak kurang dari sebulan sudah selesai, padahal sebelum meminta doa kepada tetangganya itu, sang anak gadis dan orang tuanya sama sekali belum punya gambaran siapa calonnya. *Subhanallah*, begitulah kekuatan doa.

F. Kiat Membina Hubungan Baik dengan Pasangan

Pakar psikologi, Zainoel Biran, mengungkapkan bahwa lamanya pacaran tidak menjamin kelanggengan hubungan

pasangan. Berikut tips-tips bagaimana membina hubungan baik dengan pasangan.

1. Saling menyesuaikan diri

Untuk membangun relasi hubungan yang baik, diperlukan kesediaan untuk saling menyesuaikan diri. Penyesuaian diri kedua belah pihak bukan sesuatu yang bersifat sementara, sekadar untuk memikat atau mendapatkan cinta pasangan. Justru harus dipertanyakan niat yang bersangkutan. Mau sekadar dapat perhatian cinta atau mempertahankan, sekaligus melanjutkan hubungan lebih jauh?

2. Tanggalkan topeng

Banyak pasangan yang gagal menjaga keutuhan rumah tangga meski sudah pacaran lama sehingga timbul pertanyaan, "Jadi, selama itu mereka *ngapain aja?*" Jawabannya, mungkin mereka hanya sibuk bicara yang "manis-manis" alias yang ada di permukaan. Sementara, untuk hal-hal yang bersifat mendalam, justru enggan digali lebih jauh.

3. Kualitas pengenalan

Untuk bisa masuk ke tahap yang jauh lebih serius, dituntut keterbukaan dan kejujuran dari kedua belah pihak. Bukan cuma hal-hal yang menyenangkan, melainkan hal-hal menyedihkan atau menakutkan juga harus dibicarakan sebelum perkawinan. Itu penting untuk mulai menumbuhkan kesediaan berbagi antarpasangan.

4. Jalani dan nikmati kebersamaan

Kedua belah pihak harus menemukan dan menjalani hal-hal baru secara bersama-sama. Lebih jelasnya bersama-sama menikmati proses yang membuat mereka kaya secara emosional karena bersama-sama membangun suatu dunia yang membuat mereka *fit in*, saling mengerti dan melengkapi.

5. Hargai *privacy* pasangan

Kendati pasangan tidak mau membuka diri, kita sama sekali tidak boleh memaksanya. Jika pasangan dipaksa untuk membuka diri, akan terasa menyakitkan baginya. Dengan begitu, kita harus menghargai *privacy* dan keputusan pasangan untuk menyimpan rahasia pribadinya. Biarkan semuanya berjalan secara alamiah alias jangan pernah berusaha mengorek rahasia pasangan dengan segala macam cara. Toh jika hubungan sudah diwarnai oleh kepercayaan, kesediaan untuk membuka diri akan muncul dengan sendirinya.

6. Waspada yang terbiasa berkelit

Terhadap pasangan yang selalu bersikap defensif dan terbiasa berkelit, kita harus berani mempertanyakan kelanjutan hubungan. Jangan sampai hanya karena setelah sekian lama bersama dan dibebani rasa sungkan kita malu menanyakan kelanjutan hubungan.

Dari sekian banyak tips yang terlampir dalam bab ini, semoga dapat menjadi masukan konstruktif bagi para *singlers*. Terlampir pula pesan-pesan dari beberapa opiniers yang turut mewakili suara lajang.

1. Wito, 32, lajang, karyawan swasta
"Jalani saja hidup yang ada. *Nggak usah ngoyo*. Bila memungkinkan untuk berkeluarga, usia berapa pun baiknya segera menikah."
2. Mita, 39, lajang, pengusaha
"Berusaha, terus mencoba dan jangan putus asa karena masih muda."
3. Rida, 35, lajang, guru
"Jadilah orang yang bisa jadi diri sendiri. Tetap optimisasi diri."

4. Kieva, kepala 4, menikah, pemerhati pendidikan
"Kebahagiaan dan kenyamanan dalam menjalani hidup ini berpulang pada rasa masing-masing. Sebab itu, jika si lajang merasa nyaman atau bahagia dengan kelajangannya tetap perlu didukung."
5. Inu Lena Armando, 45, menikah, PNS
"Jika mencari pasangan idaman 100% seperti yang diidam-idamkan, berarti Anda mempertahankan status jomblo Anda."
6. Husni NST, 50, menikah, PNS
"Maju terus. Sebagai perempuan harus mandiri. Kita harus berkreasi, berani bersaing, dan berpikir positif."
7. Yandi, 29, lajang, karyawan
"Buru-buru deh, pilih pasangan yang siap menikah."
8. Vita, 30, lajang, guru
 - a. Janganlah mudah putus asa dalam mencari jodoh.
 - b. Allah SWT Mahatahu yang terbaik untuk kita. Jika sudah waktunya, pasti semua berakhir indah.
 - c. Karir boleh dicari, tetapi jangan lupa kita perlu pendamping dalam hidup untuk berbagi suka dan duka kehidupan ini.
 - d. Pantang menyerah dan terus mencari ya karena kita diciptakan Allah SWT berpasang-pasangan.
9. Tita, 33, lajang, guru
"Selalu ingat bahwa jodoh hanyalah ketentuan Allah, tetapi tetap berikhtiar. Namun, ketika jodoh belum datang, jangan berputus asa. Yakin dengan ketentuan Allah, insya Allah akan menjadi tenang."
10. Baidi, 29, lajang, karyawan
"Kalau sudah menemukan jodoh, sebaiknya segera menikah. Untuk yang masih sendiri, harus cari teman kenalan, pandai bergaul, dan banyak usaha."

11. Roni, 35, lajang, karyawan swasta
"Bila kedua belah pihak sudah saling mengenal keluarga masing-masing dan hubungan mereka telah direstui, lebih baik segera putuskan untuk menikah."
12. Frida, 29, lajang, karyawan
"Jangan jadi jomblo lama-lama. Nggak enak. Cepat-cepat *married*."
13. Veni, 30, lajang, mahasiswa
"Tetap berusaha dan berdoa."
14. Lintang, 28, lajang, penulis dan calon suami
"Menikahlah dengan persiapan matang. Tetapi jangan *nungguin* matang, *entar nggak* nikah-nikah."
15. Dira, 33, menikah, ibu rumah tangga
"Lajang itu menyenangkan apabila dijalani dengan ikhlas dan selalu dekat dengan Allah. Allah memberikan banyak waktu kepada kita yang dapat kita gunakan untuk berbagi ladang amal dan meningkatkan ibadah. Mumpung kita belum terhalang oleh banyak kendala, seperti harus berbagi dengan suami dan anak-anak, tetapi berkeluarga juga menyenangkan lho karena ladang amal ibadah kita juga ditambah oleh Allah. Lajang atau berkeluarga sama-sama menyenangkan kalau kita jalani semata-mata hanya karena Allah."
16. Vinta, 31, lajang, dosen
"Berusaha dan berdoa minta jodoh yang terbaik."
17. Endah, 28, lajang, guru
"Maju dan sukses walau cobaan menghadang. Jangan putus berdoa karena Allah Mahatahu kapan waktu yang terbaik untuk mendapatkan teman hidup. Ya, memang enak menjadi lajang, tetapi lebih enak punya pendamping hidup."

18. Rini, 28, lajang, guru
"Dengan melajang, kita masih diberi kesempatan melayani orang banyak. Jadi, pahalanya juga banyak. Jadi, tetap semangat para lajang!"
19. Ari, 31, lajang, dosen
"Tetap berpikir positif dan semangat. Allah Maha Menentukan kapan kita akan menikah. Tetap berdoa dan ikhtiar. Kembangkan produktivitas kemampuan Anda dan semangat selalu. Senyumlah dalam menghadapi segala cobaan hidup."
20. Winda, 28, lajang, mahasiswa
"Maju terus, pantang menyerah."
21. Ina, 28, lajang, karyawan
"Ada hal-hal yang membuat seseorang masih lajang atau memang memilih untuk lajang sementara. Banyak hal yang menyenangkan atau tidak pada masa lajang, sama rasanya dengan berkeluarga. Hal itu bergantung pada bagaimana kita menghadapinya. Jalani hidup dengan prasangka baik dan *always happy, euy ...*."
22. TM, 62, pengusaha bangunan
"Jangan kelewat khawatir karena kekhawatiran yang berkepanjangan menimbulkan kecemasan yang dapat mengganggu aktivitas dan kewajiban yang nyata dalam kehidupan sehari-hari."
23. Anwar, 65, karyawan
"Sebelum dan sesudahnya Tuhan Mahatahu sebab Dialah Yang Maha Menentukan. Yakinlah pada Tuhan. Semoga auramu terus bersinar. Semangat!!"

Daftar Pustaka



Al-Qur'an dan Terjemahnya.

Abraham, Amit. (2008). *Developing Your Personality by Positive Thinking*. Yogyakarta: Quills Books Publisher Griya Mahkota J-15 Kwarasan-Godean.

Amini, Ibrahim. (2008). *Kiat Memilih Jodoh Menurut Al-Qur'an dan Sunnah*. Jakarta: Lentera.

Basya, Hasan Syamsi. (2006). *Menemukan Kebahagiaan*. Jakarta: Pustaka Intermedia.

Giblin, Les. (2004). *The Art of Dealing with People*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Khalid, Amru Muhammad. (2003). *Meminta & Mencinta*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta.

Lieberman, David J. (2005). *Agar Siapa Saja Mau Berubah untuk Anda*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta.

Mustika, M. Shodiq dkk. (2007). *Istikharah Cinta*. Jakarta: Qultum Media.

Majalah *Media Kawasan* (2009).

Tentang Penulis



Muhammad Restu Sugiharto, S.Ag. akrab dipanggil "Ustaz Cinta". Dipanggil demikian karena beliau mengemas dakwahnya dengan tafsir cinta. Sebutan itu mulai populer tahun 2001, saat ustaz aktif menjadi dosen Studi Islam di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Awalnya dikenalkan oleh radio UNIMMA FM Magelang lewat rubrik "Manajemen Cinta Remaja". Setelah itu mulai dipopulerkan oleh seorang wartawati *Jawa Pos Radar Magelang*. Wartawati tersebut yang pada mulanya non-Muslim, akhirnya memeluk Islam (dengan izin Allah) karena sering meliput *roadshow* Ustaz Cinta. Gelar Ustaz Cinta semakin melekat di kalangan remaja Jawa Tengah setelah POLARIS FM membuka rubrik "*Ngedate* Bareng Ustaz Cinta," bahkan sebutan Ustaz Cinta akhirnya tidak hanya populer di kalangan remaja, tetapi juga orang tua. Hal ini terjadi setelah radio P FM membuka rubrik "Manajemen Cinta Keluarga" dan GKL FM mengontrak Ustaz Cinta untuk mengisi "Renungan Mutiara Cinta".

Akhir tahun 2005, Ustaz Cinta mulai go nasional. Saat itu, Ustaz Cinta berperan sebagai "Ustaz Cinta" dalam FTV Religi "Selagi Ada Waktu" bermain bersama bintang-bintang AFI di stasiun TV Indosiar. Beliau kemudian mengisi-sebulan dua kali-kuliah subuh "Cahaya Iman" di Indosiar.

Tepat pada Ramadan 2006, Ustaz Cinta dikontrak Indosiar untuk mengasuh rubrik "Klinik Cinta" sepanjang Ramadan. Mulai 2007, Ustaz Cinta mengisi program "Duet Tausiyah Cinta", setiap Senin subuh didampingi para da'i TPI secara bergiliran.

Ustaz Cinta yang lahir di Klaten, 8 Januari 1975 ini, sebelumnya sudah menulis 5 buah buku, yaitu: *Kalo Kamu Jatuh Cinta* (Qultum Media, 2005), *Dakwahnya Kekuatan Cinta* (Hikmah Mizan, 2007), *The Inner Power of Muslimah* (Hikmah Mizan, 2008), *Cara Mudah Cepat Nikah* (Salamadani, 2008) dan *Rabasia Menarik Jodoh* (Pustaka Iqro Internasional, 2009). Selain itu, ustaz lulusan Pondok Pesantren Al-Mukmin Ngruki Solo, UMS Solo, Pondok Mahasiswa Shobron Solo, serta LIPIA Jakarta ini juga telah menelurkan 18 kaset ceramah (Akurama Record dan Fatahillah Record, 2007).

Guna lebih menguatkan kiprah dakwahnya, tahun 2007 Ustaz Cinta bersama Mora-Techno Media mendirikan gerakan dakwah "*Mahabbah Movement*" dan berlangsung hingga April 2009. Ustaz Cinta merupakan pengisi tetap rubrik "Klinik Cinta" pada tabloid *Haji dan Umroh*, dan juga sering diundang sebagai narasumber pada acara "Titian Qalbu" di TVOne. Pada Ramadan dan Syawal 2009, dengan niat tulus ingin memberikan pencerahan islami di bidang perjodohan, Ustaz Cinta tampil sebagai komentator pada acara *Take Me Out* dan *Take Him Out Indonesia* di stasiun TV Indosiar. Ustaz Cinta mempunyai dua pengajian rutin, *pertama*, pengajian "Majelis Ta'aruf" di Masjid Al-Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, tiap minggu ke-4 hari Minggu jam 13.00 – 17.00 WIB, dan yang *kedua*, pengajian "Mujahadah Cinta Keluarga" di Masjid Imanuddin, Bintaro, Tangerang, pada tiap minggu ke-3 hari Minggu jam 09.00-12.00 WIB.

Menjelang akhir 2009 ini Ustaz Cinta mendirikan "Rumah Jodoh Indonesia" yang bertujuan untuk membantu para lajang atau mereka yang mengalami kesulitan dalam menjemput jodohnya. Ustaz Cinta dapat dihubungi via Nomor HP: 08121549121 atau e-mail: ustazrestu@gmail.com.

Heni Novita Sari, S.Pd., M.Pd., lahir di Jakarta, 4 Juli 1977 dan akrab dipanggil Heni. Meniti perjalanan panjang mulai dari tamatan SMTKN 1 jurusan Tata Kecantikan tahun 1996 dan pernah bekerja di salon kecantikan. Aktif berorganisasi sejak kelas 2 di FKPJ (Forum Komunikasi Pelajar Jakarta) wilayah Jakarta Timur. Semula mendapat kesempatan bekerja di Sariayu Martha Tilaar bagian *Beauty Consultant* daerah Batam dan di Puri Ayu, Bekasi. Ternyata takdir berkata lain, orang tua tidak mengizinkannya bekerja di sana dengan berbagai pertimbangan. Akhirnya ia lanjutkan studi S1 di UHAMKA Jakarta, jurusan FKIP Bahasa Inggris tahun 1997. Mulai semester 3 hingga saat ini pernah mengajar di sekolah, kursus, dan bimbel, sering berganti tempat kerja dengan proses berjalannya waktu. Di semester 4 mengikuti kegiatan workshop penulisan dan seni serta organisasi kampus. Di semester 7 juga pernah mengikuti penulisan artikel kampus, kemudian berlanjut mengajar dan melatih teater untuk kegiatan ekstrakurikuler sampai pementasan drama di MTs. Manba'ul Khair, Tangerang dan berkembang dengan menulis naskah drama dan suka menulis puisi.

Tahun 2003 ia masih aktif mengajar dan melanjutkan studi S2 di program pascasarjana UNJ jurusan Pendidikan Bahasa. Seiring aktivitas mengajar juga pernah mengikuti beberapa kegiatan seni dan lokakarya, beberapa di antaranya: workshop skenario film di BSP Pamulang, LA Night, dan Forum Lingkar Pena. Tahun 2008 lolos penulisan Penelitian

Dosen Muda tingkat DIKTI yang berjudul *Pengaruh Penggunaan Montague Grammar Terhadap Hasil Belajar Semantik Bahasa Inggris Mahasiswa UHAMKA*. Saat ini aktif mengajar di 3 perguruan tinggi. Silakan kontak via HP: 08159285241 atau e-mail: heninovita_sari@yahoo.com.

Sasetyo, S. Si. memiliki ketertarikan dalam dunia tulis-menulis sejak duduk di bangku SMP. Karya-karyanya pernah dimuat di majalah *Kartini*, majalah *Ghoib*, majalah *Sabili*, dan tabloid *Otomotif*. Sebelum bergabung dengan Manajemen Ustaz Cinta (sebagai *co. writer* buku-buku Ustaz Cinta), mantan Pemimpin Umum/Redaksi Lembaga Penerbitan Mahasiswa *BiOMA* ini tercatat sebagai editor majalah *Residence*.

Lulusan Fakultas Biologi, Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto ini bersama Ustaz Cinta telah menulis beberapa buah buku.