



Kesempitan Menjadi Keleluasaan

Pelangi » Risalah | Rabu, 29 Mei 2013 21:00

Penulis : @ Arda Dinata

Tiap manusia, saya yakin tidak bisa terlepas dari masalah dalam hidupnya. Begitupun yang saat ini sedang dirasakan oleh kita maupun orang lain. Pertanyaannya, apa yang meski kita lakukan ketika menghadapi masalah (berat) dalam hidup ini?

Dalam kacamata Hasan Al-Bashri, masalah itu dipetakan dalam tiga kelompok besar, yaitu masalah lingkungan hidup, masalah sarana atau kebutuhan hidup, dan masalah teman hidup.

Masalah lingkungan hidup ini, bisa menyangkut tentang masalah kekeringan, kesulitan air bersih, banjir, bencana alam, dan lainnya. Adapun yang menyangkut masalah sarana atau kebutuhan hidup itu biasanya terkait dengan kesulitan mendapatkan penghasilan dan masalah kemiskinan dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, menyangkut masalah teman hidup, tidak lain adalah seputar problematika dan romantika dalam usaha mendapatkan pasangan hidup yang halal dan kita perlukan dalam hidup bermasyarakat.

Untuk itu, dalam kehidupan ini seharusnya kita tidak usah takut dan ragu dalam menyikapi suatu masalah. Dan sebaliknya, kita pun tidak boleh meyepelekan suatu masalah yang kita hadapi, sekecil apapun masalah itu. Pokoknya, bersikaplah secara proposional dan bijaksana.

Di sini, kuncinya kita harus berusaha berfikir secara menyeluruh dan terbuka. Artinya, sesungguhnya masalah itu muncul ke permukaan, pasti sadar ataupun tidak sadar ada pemicunya. Ada sebab musababnya, ada aksi ada reaksi. Dan dari kesadaran inilah, makanya kita harus mencari jalan ke luar (jawabannya) dan menyelesaikan masalah tersebut. Bukannya sebaliknya, kita menyerah begitu saja tanpa ada usaha yang berarti. Ingat janji Allah, inna ma'al 'usri yusran, sesungguhnya di balik kesulitan itu ada kemudahan.

Kiat Menghadapi Masalah

Kalau kita mau jujur, sesungguhnya masalah atau kesusahan itu diapit oleh dua kemudahan sebagai solusinya. Dan di sini, kuncinya tergantung dari sikap kita dalam menyikapi masalah tersebut. Bukankah, Allah itu menimpakan suatu masalah pada umatnya, hal itu sesuai dengan kemampuan umat yang bersangkutan?

Berikut ini ada beberapa kiat yang dapat dilakukan dalam menghadapi suatu masalah dalam hidup manusia, yaitu:

1. Memetakan Masalah

Langkah pertama yang dapat dilakukan agar dapat ke luar dari suatu masalah adalah dengan melakukan pemetaan terhadap segala masalah yang kita hadapi. Dengan melakukan pemetaan masalah tersebut, maka kita dapat mengetahui masalah-masalah apa saja yang sedang kita hadapi, derajat ringan-beratnya dari masalah, apakah masalah itu bersifat pribadi atau umum dirasakan oleh orang banyak, dan lainnya?

Dengan terpetakannya masalah yang kita hadapi, tentu sedikit banyak secara psikologis telah mengurangi beban masalah itu sendiri. Sebab, adakalanya masalah itu muncul dari suatu masalah sebelumnya yang tidak terselesaikan. Untuk itu, segera lakukan pemetaan masalah yang dihadapi dalam hidup ini.

2. Mencari Alternatif Penyelesaian Masalah

Saya punya keyakinan, kalau setiap masalah itu ada jalan penyelesaiannya. Di sini, kuncinya tergantung masalah waktu saja. Semakin gigih kita berusaha ke luar dari masalah itu, maka semakin cepat masalah hidup itu kita selesaikan. Untuk itu, setelah kita mampu menyusun peta masalah yang kita hadapi, lalu kita coba segera menyusun alternatif-alternatif apa saja yang dapat menjadi jalan ke luar dari penyelesaian masalah tersebut.

Apalagi, pada era globalisasi saat ini, sungguh banyak sarana dan referensi yang dapat menjadi inspirasi dan masukkan dalam menyusun alternatif sebagai jalan ke luar dari masalah yang kita hadapi. Kuncinya, ada pada mau tidak kita berusaha mencari sumber-sumber solusi tersebut. Lagi pula, dalam hidup ini kita hanya dituntut untuk selalu berusaha, dan hasil akhirnya kita serahkan pada keputusan Allah SWT.

Semakin banyak kita mendapatkan alternatif-alternatif penyelesaian masalah, maka kita akan semakin optimis untuk ke luar dari masalah tersebut. Dan yang jelas, makin berkurang saja beban (pikiran) kita dari problem masalah tersebut. Bukankah dengan banyaknya alternatif itu, kita bisa mencoba dari beberapa alternatif (yang telah kita susun) itu, mulai dari yang ringan sampai dengan yang tersulit sekalipun.

3. Berusaha dan Bersabar

Langkah ketiga ini merupakan langkah perwujudan dari langkah-langkah sebelumnya. Inilah langkah nyata yang harus dilakukan oleh kita yang ingin ke luar dari suatu masalah. Caranya, berusahalah untuk mencoba menerapkan alternatif-alternatif penyelesaian masalah yang telah disusun sebelumnya secara sungguh-sungguh. Sebab, melalui usaha sungguh-sungguh itulah suatu perubahan akan didapat. Begitu pun, bila kita menginginkan ke luar dari suatu masalah, maka berusahalah secara maksimal dan sungguh-sungguh untuk ke luar dari masalah yang dihadapi tersebut.

Setelah kita berusaha sungguh-sungguh dalam menyelesaikan masalah yang kita hadapi, maka tugas kita selanjutnya adalah berdo'a kepada pemilik jalan ke luar dari masalah itu, yaitu Allah SWT, agar diberi jalan ke luar secepatnya. Untuk itu, setelah berusaha dengan keras dan cerdas agar ke luar dari masalah, maka kita harus bersabar menerima hasilnya. Karena Allah itu bersama orang-orang yang sabar.

4. Lakukan Istighfar

Langkah selanjutnya, yang tidak boleh dilupakan ketika kita menghadapi suatu masalah dalam hidup ini adalah melakukan istighfar. Yakni mengucapkan "Astaghfirullah". Inilah amalan baik yang dilakukan setelah kita melakukan amal tercela.

Beristighfar itu perlu dan harus, bukan karena kita sering berbuat khilaf. Namun, karena istighfar itu sendiri memiliki kemuliaan dan punya banyak keutamaan tersendiri, yang barang kali tidak bisa mendapatkannya kecuali dengan membiasakannya selalu beristighfar.

Pokoknya, istighfar itu selalu memberi jalan ke luar bagi suatu masalah. Islam tidak pernah membiarkan satu lubang kesulitan pada manusia (lebih-lebih hal itu terkait dengan masalah karakter manusia yang memiliki banyak kekurangan), lalu lubang itu dibiarkannya menganga tanpa upaya untuk menutupnya.

Akhirnya, beristighfarlah setiap saat, karena ia mengangkat bencana, menghilangkan kesusahan, dan memudahkan rezeki. Untuk itu, bila kita ingin kesempatan (baca : masalah) menjadi keleluasaan, maka beristighfarlah. "Barangsiapa yang selalu beristighfar, maka Allah akan menjadikan keluh kesah sebagai kegembiraan, kesempatan menjadi keleluasaan." (HR. Ahmad dan Abu Daud).