

Quantum Belajar

**Membangun Gelora
untuk Hidup Bahagia**



QUANTUM BELAJAR
Membangun Gelora untuk Hidup Bahagia
© Genius Media, 2016

Penulis: Anggota Grup SPN - Sahabat Pena Nusantara
Penyunting: Aditya Akbar Hakim
Desain Grafis: @aba_tara

Cetakan Pertama, 2016
ISBN: 978-602-1033-18-0

Diterbitkan oleh

Penerbit GENIUS MEDIA
Puncak Permata Sengkaling B-9,
Sumbersekar Dau Malang 65151, Jawa Timur
E-mail: bukugeniusmedia@gmail.com
<http://www.geniusmedia.co.id>

Anggota IKAPI Jawa Timur
No. 153/JTI/2014

All rights reserved

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.
Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian
atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit



Daftar Isi

Pengantar dari Penyunting ~ v
Daftar Isi ~ vii

Belajar Adalah Belajar

Aku Belajar, Maka Aku Ada ~ 3
Oleh Bahrus Surur-Iyunk

Penyempitan Makna Belajar ~ 9
Oleh Syaiful Rahman

Belajar Memaknai Hidup ~ 12
Oleh Hidayatun Mahmudah

Belajar Berpikir Positif ~ 16
Oleh Abd Azis Tata Pangarsa

Belajar Introspeksi Diri ~ 19
Oleh Hayat

Keping Dinamika Kehidupan, Belajar dari Kegagalan ~ 24
Oleh Aditya Akbar Hakim

Belajar dari Hal Kecil ~ 27
Oleh Muhammad Ridha Basri

Belajar Mengeksistensi Diri

Menjadi Komunikator yang Baik: Belajar Mendengar ~ 33

Oleh Hernowo

Manusia Makhluk Membaca ~ 38

Oleh Muhammad Makmun Rasyid

Belajar Wicara/Menulis, Banyak Menyimak/Membaca ~ 42

Oleh Much Khoiri

Belajar Menulis, Lalu Menulis, dan Menulislah ~ 45

Oleh Abdul Halim Fathani

Belajar Mandiri, Biar Hebat ~ 50

Oleh Syaifullah Manshuroh

Belajar Mengolah Rasa

Syukur, Pangkal Hidup Makmur ~ 55

Oleh M Husnaini

Belajar Berkawan ~ 59

Oleh Prof Dr Muhammad Chirzin

Belajar Percaya Diri ~ 64

Oleh Dr Amie Primarni

Marahlah, Sebab Marah Itu Elegan ~ 66

Oleh Faidatur Robiah

Belajar Memaafkan ~ 69

Oleh Adzi JW

Belajar Sederhana ~ 72

Oleh Ahmad Jauhari

Belajar Berhemat YUK, Ini 10 Tipsnya! ~ 76

Oleh Nunung Nurrohmatul Ummah

Belajar Menyayangi ~ 79

Oleh Helmi Yani

Belajar Tersenyum ~ 84

Oleh M Nurroziqi

Belajar Banyak, Banyak Belajar

Belajar Menghargai Waktu ~ 91

Oleh Fatah Anshori

Belajar Mencari Rezeki ~ 94

Oleh Didi Junaedi

Belajar Makan ~ 97

Oleh Triana Dewi

Belajar Sehat ala Rasulullah ~ 102

Oleh Masruhin Bagus ~

Belajar Minum ~ 105

Oleh Ainul Faiz ~

Belajar Bersih ~ 108

Oleh Rika Budi Antawati

Belajar Berjalan ~ 112

Oleh Gunarto

Belajar Berenang ~ 116

Oleh Rita Audriyanti

Belajar dari Siapa pun dan Apa pun

Belajar Bahasa Inggris sebagai Bahasa Super Power ~ 125

Oleh Dr M Taufiqi

Belajar dari Facebook ~ 130

Oleh Dr Ngainun Naim

Menjadi Orang Tua Cerdas ~ 135

Oleh Erna Susilaningsih

Belajar Jadi Single Parent Hebat ~ 139

Oleh Abdisita Sandhyasosi

Belajar dari Anak Kecil ~ 143

Oleh Muhammad Choirur Rokhim

Bawa Bisnismu ke Surga ~ 147

Oleh Wildan Fuady

Komitmenku untuk Kesuksesanku ~ 150

Oleh Gigih Kurniawan

Belajar Mengoptimalkan Gadget ~ 153

Oleh Neng Jamilah

Belajar dari Perilaku Kucing ~ 157

Oleh Prof Dr Imam Suprayogo

Belajar Dekat dengan Tuhan

Belajar Menghadapi Kematian ~ 163

Oleh Syahrul

Mengenal Diri Jalan Menenal Tuhan ~ 169

Oleh Joyojuwoto

Belajar Keikhlasan ~ 172
Oleh Dr Hasan Basri Tanjung

Tips Sabar ~ 178
Oleh Abdul Muid Badrun

Belajar Istiqomah ~ 181
Oleh Dr M Arfan Mu'ammam

Belajar Tawakal ~ 184
Oleh KH Masruri Abd Muhit

Belajar Qonaah ~ 190
Oleh Rohmiyati

Belajar Jujur ~ 195
Oleh Afifuddin Aminin

Belajar Ibadah dari Tanah Suci ~ 199
Oleh Dr Eni Setyowati

Belajar dari Kaum Sufi ~ 204
Oleh Ahmad Fahrudin

Catatan Penutup: Perintah Belajar dalam Alquran ~ 210
Oleh KH Muhammad Dawam Saleh

Mengenal Penulis ~ 215

Sekilas Tentang SAHABAT PENA NUSANTARA ~ 229

Koleksi Buku Karya SAHABAT PENA NUSANTARA ~ 230

Belajar Istiqomah

Oleh Dr M Arfan Mu'ammam

"Etos kerja yang diajarkan oleh Islam, terus-menerus bekerja, tidak menunda-nunda pekerjaan, dan segera mengerjakan pekerjaan yang lain jika pekerjaan yang sebelumnya sudah selesai."

ISTILAH yang mungkin tidak asing di telinga para mahasiswa maupun pelajar adalah SKS (sistem kebut semalam), yaitu mengerjakan suatu pekerjaan semalam suntuk bahkan hingga tidak tidur, karena keesokan hari harus sudah selesai.

SKS sering kali dilakukan bukan karena pada hari yang lain mereka tidak ada waktu. Namun mereka sering kali menunda-nunda pekerjaan, sehingga ketika *deadline* pekerjaan itu tiba. Maka pontang-pantinglah mereka mengerjakannya, karena dikerjakan dengan tergesa-gesa sehingga hasilnya pun pasti akan tidak maksimal.

Dalam sebuah hadis dijelaskan. *La tuakakhir amalaka ilal ghodi, ma taqdiru anta'malahul yauma*, "Jangan menunda-nunda pekerjaanmu hingga esok jika engkau bisa mengerjakannya hari ini". Terjadinya sistem SKS itu karena sering kali menunda-nunda pekerjaan disebabkan malas, padahal pekerjaan itu dapat dikerjakan hari itu juga.

Jika sudah selesai dalam mengerjakan satu pekerjaan, maka bersegeralah mengerjakan pekerjaan yang lain, sebagaimana firman Allah. "*Wa idza faroghta fanshob*", "Jika kamu telah selesai dalam satu urusan, maka kerjakan urusan yang lain".

Ayat itu menandakan bahwa kita tidak boleh bersantai ria setelah mengerjakan sesuatu. Karena pada hakikatnya. Jika satu pekerjaan sudah

selesai dikerjakan, maka pekerjaan yang lain sudah menunggu untuk dikerjakan. Kemudian ada pertanyaan, *Iha* terus kapan kita istirahat?

Ar-rohatu fil jannah. Istirahat itu di surga. Ada pepatah lain *ar-Rohatu hiya intiqolul 'amal ila 'amalin ukhro*”, “Istirahat itu adalah perpindahan satu pekerjaan ke pekerjaan yang lain”. Jangan dikira kita tidur itu bukan suatu pekerjaan, makan, minum, rekreasi, semua itu merupakan sebuah *'amal* atau pekerjaan. Karenanya pekerjaan itu akan selesai manakala kita sudah di surga atau sudah mati.

Begitulah etos kerja yang diajarkan oleh Islam, terus-menerus bekerja, tidak menunda-nunda pekerjaan, dan segera mengerjakan pekerjaan yang lain jika pekerjaan yang sebelumnya sudah selesai.

Namun, bagaimana pekerjaan itu dapat maksimal dikerjakan dan menghasilkan sesuatu yang berkualitas. Di situlah dibutuhkan keistiqomahan dalam pekerjaan. Istiqomah dapat diartikan sebagai *continuity*, komitmen dan prinsip.

Melakukan sesuatu dengan durasi yang sedikit namun berkelanjutan lebih baik dibanding melakukan sesuatu dengan durasi yang panjang namun tidak berkelanjutan. Membaca Alquran satu lembar perhari namun *continue*, lebih baik dibanding membaca langsung satu juz dalam sehari namun tidak *continue*. Membaca habis satu buku dalam satu bulan dan berkelanjutan lebih baik daripada membaca habis lima buku dalam satu bulan tapi setelah itu mandek.

Istiqomah sebagai sebuah komitmen dapat dilihat pada seorang pimpinan sebuah negara misalkan, jika di awal kepemimpinan berkomitmen untuk memperbanyak ekspor dibanding impor maka diakhir masa jabatan semestinya ketergantungan ekspor menurun. Jika di awal kepemimpinan berkomitmen memegang teguh pancasila, maka hal-hal yang bertentangan dengan pancasila harus dihindari. Istiqomah dalam berkomitmen, istiqomah dalam memegang prinsip dan Istiqomah dalam segala hal.

Jika kita bisa Istiqomah, tidak tanggung-tanggung Allah akan menurunkan ribuan malaikat kepadanya, *tatanazzalu 'alaihmul malaikatu*, seraya berkata *an la takhofu wa la tahzanu*, “Janganlah kamu takut dan janganlah kamu bersedih”. Jangan takut untuk tidak bisa makan, jika kita istiqomah untuk makan, makanan hasil kerja yang halal. Jangan bersedih jika dikeluarkan dari perusahaan, hanya karena menolak gratifikasi dari mitra bisnis.

Di pesantren sering kali santri dibiasakan salat berjamaah. Dibiasakan membaca Alquran selepas salat magrib, dibiasakan disiplin, dibiasakan berbahasa Arab dan Inggris. Karena sudah terbiasa maka sering kali di luar pondok tanpa dipaksa pun jika bertemu sesama teman pondok mereka akan bercakap menggunakan bahasa Arab. Setelah selesai salat magrib rasanya tidak enak jika tidak membaca Alquran.

Namun, ketahuilah bahwa kebiasaan-kebiasaan itu dahulunya merupakan sebuah keterpaksaan. Berawal dari keterpaksaan menjadi sebuah kebiasaan.

.....
Karenanya untuk bisa istiqomah dalam segala hal, memang harus ada sedikit paksaan dari diri kita, dengan harapan nantinya akan menjadi sebuah kebiasaan.
.....

Karenanya kita harus terus belajar untuk bisa istiqomah. Belajar ber-istiqomah dan belajar dengan istiqomah.