



FIQIH ABG

"Tetap Gaul Tanpa Keluar Jalur"



FIQIH ABG
"Tetap Gaul Tanpa Keluar Jalur"

Devi Rina Maysaroh, S.Pd.I.



Tahta Media Group

UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

FIQIH ABG
“Tetap Gaul Tanpa Keluar Jalur”

Penulis:
Devi Rina Maysaroh, S.Pd.I.

Desain Cover:
Tahta Media

Editor:
Tahta Media

Proofreader:
Tahta Media

Ukuran:
ix, 208, Uk: 15,5 x 23 cm

ISBN: 978-634-262-237-7

Cetakan Pertama:
Juni 2026

Hak Cipta 2026, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

Copyright © 2026 by Tahta Media Group
All Right Reserved

PENERBIT TAHTA MEDIA GROUP

Perumahan Mitra Utama Residence 3 Blok A no 1, Sawahan, Tempel,
Kec. Gatak, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57557
email: tahtaliterasimedia@gmail.com
website: <http://store.tahtamedia.co.id/>
Anggota IKAPI (216/JTE/2021)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Alhamdulillahirabbil ‘alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan nikmat iman, kesehatan, kesempatan, dan kekuatan sehingga buku FIQIH ABG “Tetap Gaul Tanpa Keluar Jalur” ini dapat diselesaikan. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Sosok teladan terbaik yang mengajarkan bahwa Islam adalah agama yang penuh kasih sayang, kemudahan, dan petunjuk hidup bagi setiap zaman, termasuk bagi remaja masa kini.

Menjadi remaja di zaman sekarang bukan hal yang mudah. Dunia berubah sangat cepat. Media sosial seolah tidak pernah berhenti bergerak. Standar hidup semakin tinggi. Tekanan pergaulan semakin besar. Banyak remaja akhirnya tumbuh di tengah kebingungan, overthinking, rasa insecure, kecanduan media sosial, kehilangan arah hidup, bahkan merasa jauh dari dirinya sendiri.

Di sisi lain, tidak sedikit remaja yang sebenarnya ingin menjadi baik, ingin dekat dengan Allah, ingin memperbaiki diri, tetapi sering merasa takut dihakimi, merasa belum pantas, atau menganggap belajar agama itu rumit dan membosankan. Karena itulah buku ini ditulis. Buku ini hadir bukan untuk menggurui, bukan untuk menghakimi, dan bukan untuk membuat remaja merasa paling berdosa. Buku ini hadir sebagai teman ngobrol teman yang ingin mengajak remaja memahami bahwa Islam bukan sekadar aturan yang membatasi hidup, tetapi petunjuk yang menjaga kehidupan.

Melalui buku ini, penulis ingin menyampaikan bahwa fiqih tidak selalu harus terasa berat dan kaku. Fiqih bisa dibahas dengan bahasa yang dekat dengan kehidupan remaja, tetap ilmiah, tetapi nyaman dibaca dan mudah dipahami. Sebab pada kenyataannya, remaja hari

ini hidup di dunia yang berbeda dengan generasi sebelumnya. Tantangannya berbeda, lingkungannya berbeda, bahkan cara berpikir dan cara berinteraksinya juga berbeda. Karena itu, pembahasan dalam buku ini tidak hanya membahas hukum-hukum dasar dalam Islam, tetapi juga realita kehidupan remaja modern, seperti:

- pubertas dan perubahan diri,
- haid, istihadhah, dan nifas,
- rasa malas beribadah,
- pengaruh circle pertemanan,
- kecanduan media sosial,
- menjaga pandangan,
- menjaga aurat dan harga diri,
- overthinking,
- insecure,
- hingga bagaimana menjadi remaja yang punya arah hidup dan akhlak mulia.

Semua pembahasan dalam buku ini disusun dengan pendekatan fiqih, akhlak, psikologi remaja, dan realita kehidupan sehari-hari agar pembaca tidak hanya memahami hukum, tetapi juga memahami hikmah dan alasan di baliknya.

Penulis menyadari bahwa menjadi baik di zaman sekarang memang tidak mudah. Menjaga diri di tengah dunia yang serba bebas bukan perkara sederhana. Akan ada rasa lelah, jatuh, gagal, bahkan kecewa terhadap diri sendiri. Namun melalui buku ini, penulis ingin mengingatkan satu hal penting: Tidak ada manusia yang langsung sempurna. Semua orang sedang berproses, semua orang pernah salah, dan semua orang punya kesempatan untuk berubah menjadi lebih baik.

Menjadi remaja yang dekat dengan Allah bukan berarti harus menjadi manusia tanpa dosa. Yang terpenting adalah terus mau belajar, memperbaiki diri, dan tidak menyerah meskipun sering jatuh. Penulis juga berharap buku ini dapat menjadi pengingat bahwa menjadi remaja muslim bukan berarti harus kehilangan masa muda. Remaja tetap boleh bermimpi besar, berprestasi, berkarya, bergaul, dan mengikuti perkembangan zaman tetapi tetap memiliki batas, prinsip, dan arah hidup yang benar.

Akhirnya, penulis menyadari bahwa buku ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan karya ini di masa mendatang. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat, menenangkan hati, membuka pemahaman, dan menjadi teman perjalanan bagi remaja yang sedang bertumbuh menjadi pribadi yang lebih baik. Karena pada akhirnya, dunia ini tidak hanya membutuhkan generasi yang pintar, tetapi juga generasi yang memiliki akhlak mulia, hati yang baik, dan iman yang kuat.

Selamat membaca. Semoga setiap halaman dalam buku ini bisa menjadi langkah kecil menuju versi terbaik dari dirimu.

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	vii
BAB 1 WELCOME TO DUNIA ABG.....	2
A. Masa Remaja: Bukan Sekadar Fase, Tapi Titik Awal.....	2
B. Baligh: Kriteria Kedewasaan Dalam Islam Dan Implikasinya Bagi Remaja	6
C. “Mulai Sekarang, Semua Tercatat”: Kesadaran Baru Setelah Baligh.....	11
D. Perubahan Fisik & Emosi: Tenang, Kamu Normal	14
E. Antara “Pengen” Dan “Harus”: Belajar Mengendalikan Diri Di Usia Remaja	17
F. Mitos Vs Fakta Dunia Remaja: Biar Nggak Salah Arah	21
G. Jadi Remaja Yang Punya Arah: Nggak Asal Jalan, Tapi Punya Tujuan	24
BAB 2 THAHARAH: UPGRADE DIRI DIMULAI DARI BERSIH & SUCI	28
A. Kenalan Dulu Dengan Thaharah	28
B. Pengertian Thaharah (Secara Bahasa & Istilah)	29
C. Kenapa Thaharah Itu Penting?	29
D. Ruang Lingkup Thaharah (Apa Saja Yang Dipelajari?)	29
E. Thaharah Bukan Sekadar Bersih, Tapi Latihan Disiplin.....	57
BAB 3 SHALAT vs RASA MALAS	61
A. Kenali Dulu Shalatmu, Baru Lawan Rasa Malasmu	61
B. Antara Niat, Alarm, Dan Realita Remaja	66

C. Drama Bangun Subuh: Dari “Snooze Ke Succes”	68
D. Shalat Di Sekolah: Malu, Ribet, Atau Nggak Ada Tempat?	70
E. Telat & Bolong Shalat Apa Solusinya?	71
F. Tips Biar Nggak Males Ibadah	72
BAB 4 TEMAN, CIRCLE, DAN PENGARUHNYA.....	79
A. Kenapa Teman Sangat Berpengaruh Dalam Hidup Remaja? ...	79
B. Teman Bisa Menarik Ke Surga Atau Sebaliknya	83
C. Circle Toxic Vs Circle Sehat.....	87
D. Bullying Dan Body Shaming Di Kalangan Remaja	92
E. Kenapa Remaja Takut Dijauhi?	95
F. Fomo Dan Kebiasaan Ikut-Ikutan.....	98
G. Cara Menolak Ajakan Negatif Tanpa Kehilangan Teman	102
H. Menjadi Teman Yang Baik Dalam Islam.....	105
I. Lingkungan Yang Membantu Kita Bertumbuh	108
BAB 5 IMAN DI ERA SCROLL & VIRAL	115
A. Ketika Layar Jadi Dunia Kedua Remaja.....	116
B. Dampak Kecanduan Media Sosial Pada Remaja	118
BAB 6 OVERTHINKING, INSECURE, DAN HATI YANG LELAH ...	123
A. Overthinking: Ketika Pikiran Tidak Mau Diam.....	124
B. Insecure: Ngerasa Kurang Terus	125
C. Hati Yang Lelah (Emotional Burnout Remaja).....	128
BAB 7 MENJAGA HATI DI ERA DIGITAL (PANDANGAN, PERGAULAN, DAN HARGA DIRI REMAJA MUSLIM)	133
A. Pengertian Menjaga Pandangan (Ghaddul Bashar).....	133
B. Kenapa Pandangan Harus Dijaga?	137
C. Fashion, Tren, Dan Tekanan Sosial Remaja.....	149

E. Hijab Bukan Sekadar Kain	157
F. Menjaga Aurat Di Era Media Sosial.....	160
G. Cara Belajar Menjaga Aurat Tanpa Merasa Terpaksa	164
H. Menutup Aurat Karena Allah, Bukan Karena Manusia.....	168
BAB 9 ABG PUNYA ARAH (<i>MENJADI REMAJA SHALIH, BERAKHLAK MULIA, DAN BERANI MENGGAPAI MASA DEPAN</i>)	175
A. Kenapa Remaja Harus Punya Arah Hidup?	175
B. Siapa Itu Remaja Shalih Dan Shalihah?	179
PENUTUP MOTIVASI	203
DAFTAR PUSTAKA	204
PROFIL PENULIS.....	207



BAB 1

**Welcome to
Dunia
ABG**

BAB 1

WELCOME TO DUNIA ABG

A. MASA REMAJA: BUKAN SEKADAR FASE, TAPI TITIK AWAL

Pernah merasa hidup tiba-tiba berubah? Dulu santai, sekarang jadi lebih banyak mikir. Dulu cuek, sekarang gampang kepikiran. Kadang semangat banget, tapi di lain waktu bisa merasa lelah tanpa alasan. Kalau kamu pernah merasakan itu, tenang itu bukan aneh. Itu tanda kamu sedang memasuki masa remaja.

Apa Itu Remaja dan Pubertas?

Pernah nggak sih kamu merasa:

- tiba-tiba gampang marah,
- jadi malu sama tubuh sendiri,
- mulai suka lawan jenis,
- atau merasa ingin dimengerti tapi bingung cerita ke siapa?

Kalau pernah, tenang... kamu nggak aneh.

Itu adalah bagian dari pubertas fase ketika seorang remaja mulai mengalami perubahan menuju kedewasaan.

Pubertas bukan cuma perubahan fisik. Banyak remaja mulai merasa emosinya naik turun, mudah overthinking, dan bingung memahami

dirinya sendiri. Dalam Islam, fase ini bukan tanda kelemahan, tetapi bagian dari proses menuju kedewasaan.

Secara umum, remaja adalah fase peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Dalam ilmu pengetahuan, masa ini sering dikaitkan dengan pubertas, yaitu proses perubahan biologis yang menandai kesiapan tubuh untuk berkembang secara reproduktif. Dalam kajian Psikologi Perkembangan, para ahli menjelaskan bahwa masa remaja biasanya dimulai sekitar usia 10–13 tahun dan berlangsung hingga usia 18–21 tahun, tergantung pada kondisi masing-masing individu.

Masa pubertas bukan hanya soal tubuh yang berubah. Banyak remaja mulai mengalami perubahan emosi:

- lebih sensitif,
- mudah overthinking,
- ingin diperhatikan,
- kadang merasa insecure,
- bahkan bingung memahami dirinya sendiri.

Dalam Islam, perubahan ini adalah bagian alami dari proses menuju kedewasaan dan tanggung jawab.

Pubertas sendiri adalah bagian dari masa remaja yang ditandai dengan perubahan fisik (pertumbuhan tinggi badan, perubahan suara, dll), perkembangan organ reproduksi, munculnya ketertarikan terhadap lawan jenis, perubahan emosi yang lebih intens. Menurut Adolescent Psychology, masa ini adalah fase penting karena seseorang mulai membentuk identitas diri, cara berpikir yang lebih matang, serta kemampuan mengambil keputusan.

Dalam Islam, masa remaja memiliki makna yang lebih dalam daripada sekadar perubahan fisik. Masa ini berkaitan erat dengan konsep baligh, yaitu saat seseorang mulai dikenai tanggung jawab syariat.

Allah berfirman:

“Dan apabila anak-anakmu telah sampai umur baligh, maka hendaklah mereka meminta izin...” (QS. An-Nur: 59)

Ayat ini menunjukkan bahwa ketika seseorang telah mencapai usia baligh, ia tidak lagi diperlakukan seperti anak kecil, tetapi mulai dianggap sebagai individu yang memiliki tanggung jawab.

Dalam Fath al-Qarib dijelaskan bahwa baligh merupakan tanda dimulainya kewajiban ibadah secara penuh, seperti shalat, puasa, dan menjaga diri dari hal yang dilarang. Selain itu, dalam Ihya' Ulumuddin dijelaskan bahwa masa muda adalah fase paling penting dalam pembentukan akhlak. Hati seorang remaja diibaratkan seperti tanah yang masih bersih dan mudah menerima apa pun yang ditanamkan.

Kenapa Masa Remaja Itu Penting?

Masa remaja bukan sekadar fase “cari jati diri”, tapi fase menentukan arah hidup. Di masa inilah seseorang mulai memilih pergaulan, membentuk kebiasaan, dan menentukan nilai hidup.

Rasulullah ﷺ bersabda:

“Tidak akan bergeser kedua kaki seorang hamba pada hari kiamat sampai ia ditanya tentang umurnya untuk apa dihabiskan, dan masa mudanya untuk apa digunakan...” (HR. Tirmidzi)

Hadis ini menunjukkan bahwa masa muda memiliki nilai khusus di sisi Allah. Bahkan akan dimintai pertanggungjawaban secara khusus. Dalam Riyadhush Shalihin juga dijelaskan pentingnya memanfaatkan waktu dengan baik, terutama di masa muda, karena waktu tersebut tidak akan terulang kembali.

Remaja: Antara Potensi Besar dan Tantangan Besar

Di satu sisi, masa remaja adalah masa yang penuh potensi: Energi besar, semangat tinggi, dan rasa ingin tahu yang kuat. Namun di sisi lain, masa ini juga penuh tantangan: Mudah terpengaruh lingkungan, emosi belum stabil, ingin mencoba hal baru tanpa berpikir Panjang. Dalam Ta'lim al-Muta'allim dijelaskan bahwa lingkungan dan pergaulan sangat memengaruhi karakter seseorang, terutama di usia muda. Karena itu, remaja perlu memiliki arah dan prinsip, agar tidak mudah terbawa arus. Jadi, Kamu Sedang di Fase Penting.

Kalau saat ini kamu merasa lagi banyak berubah, lagi banyak mikir, atau lagi mencari jati diri. Itu artinya kamu sedang berada di fase yang sangat penting dalam hidupmu. Bukan fase untuk asal jalan, tapi fase untuk mulai menentukan mau jadi pribadi seperti apa, Mau dekat atau jauh dari Allah, Mau ikut arus atau punya prinsip. Allah sudah memberi kamu akal dan hati. Tinggal bagaimana kamu menggunakannya.

Masa remaja adalah awal perjalanan menjadi pribadi yang bertanggung jawab, bukan hanya di dunia, tapi juga di hadapan Allah. Jadi, nikmati prosesnya tapi jangan lupa arah tujuannya. Karena dari sinilah, cerita hidupmu benar-benar dimulai.

B. BALIGH: KRITERIA KEDEWASAAN DALAM ISLAM DAN IMPLIKASINYA BAGI REMAJA

1. Pengertian Baligh dalam Perspektif Fiqih dan Ilmu Perkembangan

Dalam Islam, pubertas bukan cuma tanda tubuh bertumbuh. Ada satu fase penting yang disebut baligh. Baligh adalah masa ketika seorang anak mulai memiliki tanggung jawab di hadapan Allah.

Artinya:

- shalat mulai wajib,
- puasa mulai wajib,
- dan semua amal mulai dicatat sebagai tanggung jawab pribadi.

Dalam kajian Islam, istilah *baligh* merujuk pada kondisi ketika seseorang telah mencapai batas kedewasaan tertentu sehingga dikenai kewajiban hukum syariat (*taklif*). Dengan kata lain, baligh menjadi penanda bahwa seseorang telah beralih status dari anak-anak menjadi individu yang bertanggung jawab secara penuh atas seluruh perbuatannya di hadapan Allah SWT.

Secara etimologis, kata *baligh* berasal dari bahasa Arab yang berarti “sampai” atau “mencapai”. Dalam terminologi fiqih, para ulama mendefinisikan baligh sebagai tercapainya seseorang pada batas usia atau tanda biologis tertentu yang menjadikannya layak menerima beban hukum. Penjelasan ini dapat ditemukan dalam Fath al-Qarib yang merupakan salah satu rujukan dasar dalam fiqih mazhab Syafi’i.

Sejalan dengan itu, dalam Al-Fiqh al-Manhaji dijelaskan bahwa seseorang yang telah baligh disebut *mukallaf*, yaitu individu yang

wajib menjalankan perintah agama seperti shalat, puasa, serta kewajiban lainnya, dan meninggalkan segala bentuk larangan.

Dari sudut pandang ilmiah, konsep baligh memiliki keterkaitan erat dengan istilah pubertas, yaitu fase perkembangan biologis yang ditandai dengan kematangan organ reproduksi. Dalam kajian Psikologi Perkembangan, pubertas dipahami sebagai periode transisi yang melibatkan perubahan hormonal, fisik, kognitif, dan emosional secara signifikan. Menurut Adolescence, pubertas pada umumnya terjadi pada rentang usia 10 – 13 tahun pada perempuan dan 12–15 tahun pada laki-laki, meskipun terdapat variasi individual yang dipengaruhi oleh faktor genetik, nutrisi, dan lingkungan.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa baligh dalam Islam tidak hanya berkaitan dengan perubahan biologis, tetapi juga membawa konsekuensi spiritual dan moral, yaitu dimulainya tanggung jawab sebagai hamba Allah yang sadar akan kewajiban dan larangan-Nya.

2. Dasar Hukum Baligh dalam Al-Qur'an dan Hadis

Konsep baligh memiliki dasar yang kuat dalam Al-Qur'an dan hadis. Allah SWT berfirman:

“Dan apabila anak-anakmu telah sampai umur baligh, maka hendaklah mereka meminta izin sebagaimana orang-orang yang sebelum mereka meminta izin... (QS. An-Nur: 59)

Ayat ini menunjukkan adanya perubahan status sosial dan moral ketika seseorang telah mencapai baligh. Dalam Tafsir Ibnu Katsir dijelaskan bahwa ayat ini menegaskan pentingnya adab dan

tanggung jawab setelah seseorang mencapai kedewasaan. Selain itu, Rasulullah ﷺ bersabda:

“Pena (pencatat amal) diangkat dari tiga golongan: dari orang tidur sampai ia bangun, dari anak kecil sampai ia baligh, dan dari orang gila sampai ia sadar.” (HR. Abu Dawud, Tirmidzi, dan Ahmad)

Hadis ini menjadi landasan utama bahwa tanggung jawab hukum dalam Islam dimulai sejak seseorang mencapai baligh.

3. Kriteria dan Tanda-Tanda Baligh

Para ulama fiqih menetapkan beberapa kriteria yang menjadi tanda seseorang telah baligh.

a. Tanda Baligh pada Laki-Laki

- ✓ Keluarnya Mani (Ihtilam/Mimpi Basah)

Keluarnya mani, baik dalam keadaan sadar maupun saat tidur, merupakan tanda utama baligh pada laki-laki. Dalam fiqih, peristiwa ini disebut *ihtilam* dan menjadi indikator pasti dimulainya taklif.

- ✓ Tumbuhnya Rambut di Area Kemaluan

Tumbuhnya rambut kasar di sekitar kemaluan juga menjadi tanda baligh menurut mayoritas ulama.

Apabila tanda-tanda biologis belum terlihat, maka usia 15 tahun dijadikan sebagai batas maksimal baligh. Adapun perubahan fisik seperti suara membesar, pertumbuhan otot, dan perubahan tinggi badan termasuk dalam tanda pubertas secara ilmiah, namun tidak dijadikan indikator utama dalam penetapan hukum fiqih.

b. Tanda Baligh pada Perempuan

✓ Haid (Menstruasi)

Haid merupakan tanda utama dan paling jelas bagi perempuan. Ketika seorang perempuan mengalami haid pertama, maka ia telah baligh dan wajib menjalankan kewajiban agama.

✓ Tumbuhnya Rambut di Area Kemaluan

Sama seperti laki-laki, tanda ini juga diakui dalam fiqh sebagai indikator baligh.

Jika seorang perempuan belum mengalami haid, maka usia 15 tahun tetap menjadi batas maksimal penetapan baligh. Dalam Al-Fiqh al-Manhaji dijelaskan bahwa haid merupakan tanda biologis yang secara langsung berkaitan dengan kesiapan reproduksi dan menjadi indikator utama dalam penentuan baligh.

4. Implikasi Baligh dalam Kehidupan Remaja

Baligh tidak hanya merupakan perubahan biologis, tetapi juga memiliki implikasi yang luas dalam kehidupan seorang muslim. Setelah baligh, seseorang memiliki kewajiban untuk: Melaksanakan shalat lima waktu, menunaikan puasa Ramadan, menjaga aurat dan kehormatan diri, dan menghindari perbuatan yang dilarang dalam Islam. Langkah awal menuju kehidupan yang baik adalah memahami kewajiban diri dan melaksanakannya secara konsisten. Selain itu, dalam Madarij as-Salikin dijelaskan bahwa pengendalian diri setelah baligh menjadi salah satu bentuk kesempurnaan iman seseorang.

5. Baligh sebagai Momentum Pendidikan Karakter

Dalam perspektif pendidikan Islam, baligh merupakan momentum penting untuk membentuk karakter (*akhlaq*). Masa ini menjadi titik awal bagi remaja untuk mengembangkan kesadaran spiritual, tanggung jawab moral, serta kedewasaan dalam mengambil keputusan. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Tidak akan bergeser kedua kaki seorang hamba pada hari kiamat sampai ia ditanya tentang umurnya, dan tentang masa mudanya untuk apa dihabiskan...” (HR. Tirmidzi)

Hadis ini menunjukkan bahwa masa muda, khususnya setelah baligh, memiliki nilai yang sangat penting dalam penilaian amal seseorang. Dalam Riyadhush Shalihin juga dijelaskan bahwa masa muda merupakan waktu terbaik untuk menanamkan kebiasaan baik, karena pada fase ini seseorang memiliki energi, semangat, dan potensi yang besar.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa baligh merupakan fase penting dalam kehidupan seorang muslim yang menandai dimulainya tanggung jawab hukum, moral, dan spiritual. Penentuan baligh didasarkan pada tanda-tanda biologis seperti keluarnya mani dan haid, serta dapat pula ditetapkan berdasarkan usia apabila tanda tersebut belum muncul.

Dengan memahami konsep baligh secara benar, remaja diharapkan mampu menyadari bahwa fase ini bukan sekadar perubahan fisik, tetapi merupakan awal dari kehidupan yang penuh tanggung jawab dan kesadaran sebagai hamba Allah SWT. Oleh karena itu, masa setelah baligh hendaknya dimanfaatkan secara

optimal untuk membangun kebiasaan baik, memperkuat iman, serta mempersiapkan diri menjadi pribadi yang matang secara spiritual dan sosial.

C. “MULAI SEKARANG, SEMUA TERCATAT”: KESADARAN BARU SETELAH BALIGH

Setelah memahami apa itu baligh, sekarang ada satu hal penting yang perlu kamu sadari dan ini sering bikin remaja kaget sekaligus mikir:

“Berarti sekarang semua yang aku lakukan... dicatat?”

Jawabannya: iya. Eeeit Tapi jangan langsung tegang dulu. Ini bukan untuk menakut-nakuti, justru untuk membuat hidup kamu jadi lebih bermakna dan terarah.

1. Konsep Pencatatan Amal dalam Islam

Dalam Islam, setiap perbuatan manusia tidak pernah sia-sia. Semua tercatat dengan sangat rapi dan adil oleh malaikat yang ditugaskan oleh Allah. Allah SWT berfirman:

“Padahal sesungguhnya bagi kamu ada malaikat-malaikat yang mengawasi, yang mulia (di sisi Allah) dan mencatat (amal perbuatanmu). Mereka mengetahui apa yang kamu kerjakan.”
(QS. Al-Infitar: 10–12)

Ayat ini menegaskan bahwa setiap aktivitas manusia baik yang terlihat oleh orang lain maupun yang dilakukan secara diam-diam tetap berada dalam pengawasan Allah. Dalam Tafsir Ibnu Katsir dijelaskan bahwa malaikat pencatat amal (Raqib dan Atid) tidak

pernah lalai dalam mencatat setiap perbuatan manusia, baik yang besar maupun yang kecil.

2. Bukan Sekadar Diawasi, Tapi Dihargai

Mungkin kamu berpikir, “Wah, berarti kayak diawasi terus dong?”

Sebenarnya, konsep ini bukan tentang “diawasi”, tapi tentang dihargai. Kenapa? Karena dalam Islam: Kebaikan kecil tetap dihitung, niat baik tetap bernilai, dan usaha yang mungkin nggak dilihat orang lain, tetap tercatat. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Bertakwalah kepada Allah di mana pun kamu berada, dan iringilah keburukan dengan kebaikan, niscaya kebaikan itu akan menghapusnya...” (HR. Tirmidzi)

Dalam Riyadhus Shalihin dijelaskan bahwa setiap amal baik, sekecil apa pun, memiliki nilai di sisi Allah, selama dilakukan dengan niat yang benar. Jadi sekarang, bahkan hal sederhana seperti: Menahan diri untuk tidak berkata kasar, membantu teman tanpa diminta, dan menyelesaikan tugas dengan jujur. Hal tersebut mempunyai nilai pahala.

3. Sendirian Bukan Berarti Bebas

Ini bagian yang penting banget buat dipahami. Kadang kita berpikir: “Kalau nggak ada yang lihat, berarti aman.” Tapi dalam Islam, konsepnya berbeda. Allah berfirman:

“Dia mengetahui (pandangan) mata yang khianat dan apa yang disembunyikan oleh hati.” (QS. Ghafir: 19)

Artinya, bahkan hal yang tidak terlihat oleh manusia tetap diketahui oleh Allah. Dalam Madarij as-Salikin dijelaskan bahwa

kesadaran bahwa Allah selalu melihat disebut sebagai muraqabah, yaitu merasa diawasi oleh Allah sehingga seseorang menjaga dirinya dari perbuatan yang tidak baik. Jadi, ketika kamu sendirian dan memilih tetap melakukan yang benar di situlah nilai kamu di hadapan Allah justru semakin tinggi.

4. Jangan Takut Salah, Tapi Jangan Santai dengan Kesalahan

Setelah tahu bahwa semua dicatat, mungkin muncul rasa takut: “Kalau aku sering salah gimana?” Tenang. Islam itu bukan agama yang hanya fokus pada kesalahan, tapi juga memberi jalan kembali. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Setiap anak Adam pasti berbuat salah, dan sebaik-baik orang yang bersalah adalah yang bertaubat.” (HR. Tirmidzi)

Dalam Mukhtashar Minhajul Qashidin dijelaskan bahwa taubat adalah bentuk kasih sayang Allah kepada manusia, agar mereka tidak terjebak dalam kesalahan. Jadi konsepnya bukan:

✗ Harus sempurna tanpa salah

✓ Tapi mau sadar dan kembali ketika salah

5. Hidup Jadi Lebih Punya Arah

Kalau kamu memahami konsep ini dengan benar, sebenarnya hidup jadi lebih “jelas”. Kamu jadi punya alasan untuk: Berbuat baik walaupun tidak dilihat orang, menahan diri walaupun sulit, dan tetap jujur walaupun tidak ada yang tahu. Karena kamu sadar: hidup ini bukan cuma tentang dilihat manusia, tapi dinilai oleh Allah. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Sesungguhnya amal itu tergantung pada niatnya...” (HR. Bukhari dan Muslim)

Dalam Al-Arba'in An-Nawawiyah dijelaskan bahwa niat menjadi dasar utama dalam penilaian amal. Artinya, bahkan hal biasa seperti belajar, membantu orang tua, atau berbuat baik bisa bernilai ibadah kalau niatnya benar. Jadi, sejak kamu baligh, hidup kamu bukan lagi sekadar “berjalan begitu saja”. Tapi sudah menjadi:

- ✓ Perjalanan yang bermakna
- ✓ Penuh nilai
- ✓ Dan selalu tercatat

Bukan untuk membuat kamu takut, tapi untuk membuat kamu sadar bahwa: Setiap langkah kecilmu sekarang, sedang membentuk masa depanmu di dunia dan di akhirat.

D. PERUBAHAN FISIK & EMOSI: TENANG, KAMU NORMAL

Pernah nggak sih kamu ngerasa kayak gini: Tiba-tiba gampang kesel padahal sesuatu hal yang sepele, kadang semangat banget, tapi besoknya drop, mulai suka sama seseorang tanpa tahu kenapa, atau overthinking cuma gara-gara hal kecil. Kalau iya, santai... kamu nggak aneh. Kamu cuma lagi ada di fase yang namanya: remaja (pubertas).

1. Apa yang Sebenarnya Terjadi pada Dirimu?

Secara ilmiah, masa remaja adalah fase ketika tubuh mengalami perubahan besar karena pengaruh hormon. Proses ini disebut pubertas. Dalam kajian Psikologi Perkembangan dijelaskan bahwa pubertas adalah masa ketika terjadi perubahan biologis, kognitif, dan emosional secara cepat. Menurut Adolescence, perubahan pada masa ini meliputi: Peningkatan hormon (testosteron & estrogen),

perubahan fisik (tinggi badan, bentuk tubuh), perkembangan cara berpikir, emosi yang lebih intens dan sensitive. Jadi kalau kamu merasa “berbeda dari dulu” itu bukan masalah, tapi proses tumbuh.

2. Perubahan Fisik: Tubuhmu Lagi “Upgrade”

Perubahan fisik adalah hal paling terlihat di masa remaja.

Pada laki-laki: Suara jadi lebih berat, tumbuh jakun, badan lebih tinggi dan berotot. Sedangkan perubahan pada perempuan: Perubahan bentuk tubuh, mulai haid, dan pertumbuhan fisik lebih cepat di awal. Semua ini adalah tanda bahwa tubuh sedang berkembang menuju kedewasaan. Perubahan ini dipengaruhi oleh aktivitas hormon yang meningkat secara signifikan. Lebih pastinya tubuh kamu sedang “di-upgrade” meskipun kadang terasa aneh.

3. Perubahan Emosi: Kenapa Jadi Lebih Sensitif?

Nah, ini yang sering bikin bingung. Kenapa tiba-tiba: Gampang baper, mudah marah, dan seringkali cepat berubah mood. Hal tersebut disebabkan oleh hormon yang memengaruhi emosi. Dalam *The Developing Person Through the Life Span* dijelaskan bahwa masa remaja adalah fase di mana emosi menjadi lebih kuat karena perkembangan otak belum sepenuhnya stabil. Dalam Islam, kondisi ini tetap dianggap sebagai bagian dari fitrah manusia. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah...” (HR. Bukhari dan Muslim)

Dalam *Jami' Ulum wal Hikam* dijelaskan bahwa fitrah manusia cenderung kepada kebaikan, namun perlu dijaga dan diarahkan.

Jadi, emosi itu bukan musuh. Tapi perlu dikendalikan dan diarahkan.

4. Perasaan ke Lawan Jenis: Normal, Tapi Ada Aturannya

Mulai tertarik sama seseorang? Mulai mikir tentang “dia”? Tenang... itu juga normal. Dalam psikologi, ini disebut sebagai bagian dari perkembangan sosial-emosional remaja. Dalam Adolescence dijelaskan bahwa ketertarikan pada lawan jenis adalah bagian alami dari pubertas. Dalam Islam, perasaan ini tidak dilarang. Tapi yang diatur adalah cara menyikapinya. Allah berfirman:

“Katakanlah kepada laki-laki yang beriman agar mereka menahan pandangannya...” (QS. An-Nur: 30)

Ayat ini menunjukkan bahwa yang dijaga bukan sekadar tindakan, tapi juga proses menuju tindakan.

5. Antara Overthinking dan Kedewasaan Berpikir

Satu lagi yang sering terjadi di masa remaja yaitu overthinking. Mikirin masa depan, pendapat orang, bahkan hal kecil bisa jadi besar. Dalam *The Developing Person Through the Life Span* dijelaskan bahwa remaja mulai memiliki kemampuan berpikir abstrak, sehingga lebih banyak mempertimbangkan kemungkinan dan risiko. Ini sebenarnya bagus karena kamu mulai belajar dewasa. Tapi dalam Islam, pikiran juga perlu dijaga agar tidak berlebihan. Allah berfirman:

“Wahai orang-orang yang beriman, jauhilah banyak dari prasangka...” (QS. Al-Hujurat: 12)

Jadi tidak semua yang kita pikirkan itu benar. Jadi semua sikap kita perlu dikontrol dengan baik.

6. Kunci Penting: Mengelola, Bukan Menolak

Islam tidak mengajarkan kita untuk menghilangkan perasaan. Tapi mengajarkan kita untuk mengelolanya. Dalam Madarij as-Salikin dijelaskan bahwa pengendalian diri adalah bagian dari perjalanan menuju kedewasaan iman. Contoh sederhana:

Marah → tarik napas, diam, ingat Allah

Sedih → curhat ke Allah, bukan pelampiasan negatif

Suka seseorang → jaga batas, fokus perbaiki diri

Jadi bukan “jangan merasa”, tapi “belajar mengarahkan perasaan.” Kalau sekarang kamu merasa: Lebih sensitive, lebih banyak mikir, lebih mudah berubah suasana hati. Itu bukan tanda kamu lemah. Itu tanda kamu sedang bertumbuh. Yang penting bukan menghindari perubahan, tapi belajar menghadapinya dengan benar. Karena remaja yang hebat bukan yang tidak punya emosi tapi yang bisa mengelola emosinya dengan baik, sesuai dengan nilai Islam.

E. ANTARA “PENGEN” DAN “HARUS”: BELAJAR MENGENDALIKAN DIRI DI USIA REMAJA

Pernah ngalamin momen kayak gini?

Alarm subuh bunyi... tapi “5 menit lagi deh”

Lagi emosi... pengen banget balas chat pedas

Teman ngajak sesuatu yang “seru” tapi kamu tahu itu nggak benar

Lagi scroll medsos... niatnya sebentar, eh keterusan

Kalau iya, selamat. Kamu sedang menghadapi salah satu tantangan terbesar dalam hidup. Yes, Guys kamu harus bisa mengendalikan diri.

1. Apa Itu Pengendalian Diri? (Bukan Sekadar Nahan, Tapi Mengarahkan)

Dalam Islam, kemampuan mengendalikan diri dikenal dengan istilah mujāhadah an-nafs, yaitu usaha sungguh-sungguh untuk mengarahkan keinginan diri agar tetap sesuai dengan aturan Allah. Allah SWT berfirman:

“Dan adapun orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sungguh surgalah tempat tinggalnya.” (QS. An-Nazi’at: 40–41)

Dalam Madarij as-Salikin dijelaskan bahwa nafs (keinginan diri) tidak selalu buruk, tetapi harus dikendalikan agar tidak membawa manusia kepada hal yang merugikan.

Dari sisi ilmiah, dalam kajian Psikologi Perkembangan, pengendalian diri dikenal sebagai *self-control*, yaitu kemampuan seseorang untuk mengatur emosi, pikiran, dan perilaku dalam menghadapi godaan atau dorongan. Menurut Adolescence, masa remaja adalah fase di mana kemampuan self-control masih berkembang karena bagian otak (prefrontal cortex) belum sepenuhnya matang. Jadi kalau kamu masih sering “kalah sama diri sendiri”, itu bukan gagal tapi tanda kamu sedang belajar.

Kenapa Pengendalian Diri Itu Penting Banget?

Karena hampir semua keputusan dalam hidup itu berawal dari sini. Rasulullah ﷺ bersabda

“Orang yang kuat bukanlah yang pandai bergulat, tetapi yang mampu menahan marah.” (HR. Bukhari dan Muslim)

Dalam Al-Adab Al-Mufrad dijelaskan bahwa kekuatan sejati adalah kemampuan mengendalikan emosi, bukan kekuatan fisik. Artinya: Masa depan kamu ditentukan oleh pilihan kecil dan pilihan kecil ditentukan oleh kontrol diri.

Ilustrasi Sederhana: “Pengen vs Harus”

Supaya lebih kebayang, coba lihat tabel ini:

Situasi Sehari-hari	“Pengen” (Dorongan)	“Harus” (Pilihan Benar)	Hasil Jangka Panjang
Alarm subuh bunyi	Tidur lagi	Bangun shalat	Disiplin & pahala
Dihina teman	Balas marah	Diam / respon baik	Dihormati & tenang
Diajak teman negatif	Ikut biar nggak dikucilkan	Menolak dengan baik	Lingkungan sehat
Scroll medsos	Lanjut terus	Batasi waktu	Fokus & produktif

Dari sini kita bisa lihat: yang enak sekarang belum tentu baik ke depan dan yang terasa berat sekarang, sering kali justru yang terbaik.

Kenapa Remaja Sering “Kalah”?

Kadang muncul pertanyaan: “Kenapa sih aku tahu itu salah, tapi tetap dilakukan?” Yes, yang pasti Jawabannya ada pada perkembangan otak.

Bagian otak yang mengatur kontrol diri belum berkembang sempurna pada remaja. Kibatnya diantaranya yaitu: Emosi lebih dominan, Impuls lebih kuat, dan keputusan kadang spontan. Tapi ini bukan alasan untuk menyerah. Justru ini alasan kenapa kamu perlu melatih diri dari sekarang.

Cara Melatih Pengendalian Diri. Berikut beberapa cara yang bisa kamu coba:

a. Pause Sebelum Bertindak

Kalau lagi emosi atau pengen melakukan sesuatu, coba berhenti sejenak. Rasulullah ﷺ mengajarkan untuk diam saat marah (HR. Ahmad).

b. Ingat Konsekuensi

Tanya ke diri sendiri: “Kalau aku lakukan ini, dampaknya apa?” Ini melatih berpikir sebelum bertindak.

c. Ganti Lingkungan

Kalau lingkungan sering mendorong ke arah negatif, pelan-pelan cari circle yang lebih baik. Dalam Riyadhush Shalihin dijelaskan bahwa teman itu sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang dalam bersikap atau bertindak dalam kehidupan.

d. Dekat dengan Allah

Shalat, dzikir, dan doa membantu menenangkan hati dan menguatkan kontrol diri. Allah berfirman:

“Sesungguhnya shalat itu mencegah dari perbuatan keji dan mungkar...”
(QS. Al-Ankabut: 45)

Pengendalian Diri = Investasi Masa Depan

Mungkin sekarang terasa berat: Bangun pagi, menahan emosi, dan menolak ajakan negative. Tapi semua itu adalah investasi. Dalam Bidayatul Hidayah dijelaskan bahwa kebiasaan kecil yang dilakukan terus-menerus akan membentuk karakter seseorang.

Jadi.....

Hari ini kamu menahan diri

Besok kamu jadi pribadi yang kuat

Nanti kamu jadi orang yang sukses dunia & akhirat

Perlu kalian tahu bahwa, pengendalian diri itu bukan tentang jadi kaku atau nggak bebas. Tapi tentang:

- ✓ Memilih yang benar, bukan yang sekadar enak
- ✓ Mengatur diri, bukan dikendalikan nafsu
- ✓ Punya arah, bukan ikut arus

Karena pada akhirnya, remaja yang benar-benar “**KEREN**” bukan yang selalu mengikuti keinginan tapi yang mampu mengendalikan dirinya dengan baik sesuai nilai Islam.

F. MITOS VS FAKTA DUNIA REMAJA: BIAR NGGAK SALAH ARAH

Di masa remaja, kita sering banget dengar “kata orang” dari teman, media sosial, bahkan lingkungan sekitar. Masalahnya, nggak semua yang sering didengar itu benar. Kalau nggak hati-hati, kita bisa ikut arus tanpa sadar.

Makanya penting banget buat remaja punya kemampuan: membedakan mana mitos dan mana fakta.

1. Kenapa Remaja Mudah Terpengaruh?

Dalam kajian Psikologi Perkembangan, remaja berada pada fase di mana mencari identitas diri, ingin diterima lingkungan, mudah terpengaruh kelompok (peer pressure).

Menurut Adolescence, pengaruh teman sebaya sangat kuat pada masa remaja, bahkan bisa lebih besar daripada keluarga dalam beberapa situasi. Jadi, jika kamu tidak punya prinsip, kamu akan mudah ikut arus.

2. Mitos vs Fakta yang Sering Terjadi

Mitos: “Masih muda, santai aja soal agama.”

Fakta: Justru masa muda adalah waktu terbaik untuk mendekat kepada Allah. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Tujuh golongan yang akan mendapat naungan Allah... salah satunya adalah pemuda yang tumbuh dalam ibadah kepada Allah.” (HR. Bukhari dan Muslim)

Dalam Riyadhush Shalihin dijelaskan bahwa masa muda adalah fase emas untuk membentuk kebiasaan baik. Jadi bukan nanti, tapi sekarang.

Mitos: “Nanti aja berubah kalau sudah tua.”

Fakta: Tidak ada yang tahu umur seseorang.

Dalam Ihya' Ulumuddin dijelaskan bahwa kebiasaan yang ditanam sejak muda akan sulit diubah di masa tua. Kalau nunggu nanti, bisa jadi... nggak pernah mulai.

Mitos: “Yang penting baik hati, ibadah belakangan.”

Fakta: Dalam Islam, akhlak dan ibadah itu satu paket.

Rasulullah ﷺ bersabda:

“Sesungguhnya amal itu tergantung pada niatnya...” (HR. Bukhari dan Muslim)

Dalam Al-Arba'in An-Nawawiyah dijelaskan bahwa amal (termasuk ibadah) adalah inti dari keimanan. Baik hati tanpa ibadah itu belum lengkap.

Mitos: “Ikut-ikutan biar nggak dijauhin.”

Fakta: Teman yang baik justru akan membawa kamu ke arah yang baik.

Rasulullah ﷺ bersabda:

“Seseorang itu tergantung agama temannya...” (HR. Abu Dawud dan Tirmidzi)

Dalam Riyadhush Shalihin dijelaskan pentingnya memilih teman yang baik. Lebih baik sendirian daripada salah arah.

3. Tips Biar Nggak Gampang Ikut Arus

- ✓ Punya prinsip (tahu mana yang benar dan salah)
- ✓ Berani bilang “tidak” dengan cara baik
- ✓ Pilih teman yang mendukung kebaikan
- ✓ Ingat tujuan hidup (bukan sekadar ikut tren)

Ingat ya Guys... “Ikut arus itu mudah, tapi punya prinsip itu yang bikin kamu beda”.

Dunia remaja itu penuh warna, tapi juga penuh jebakan. Kamu nggak harus jadi “berbeda” untuk terlihat keren. Tapi kamu harus punya prinsip supaya tidak tersesat. Karena pada akhirnya, yang

menentukan masa depan kamu bukan kata orang tapi pilihan kamu sendiri.

G. JADI REMAJA YANG PUNYA ARAH: NGGAK ASAL JALAN, TAPI PUNYA TUJUAN

Setelah kita bahas semua tentang perubahan, baligh, emosi, dan pengendalian diri sekarang pertanyaannya:

“Aku mau jadi remaja seperti apa?”

Karena jujur saja, sebagian orang menjalani masa remaja... tanpa arah.

1. Hidup Tanpa Arah = Mudah Terombang-ambing

Kalau kamu nggak punya tujuan:

Kamu akan ikut tren

Kamu akan ikut teman

Kamu akan ikut suasana

Lalu apa.....endingnya? Kamu bisa kehilangan arah. Allah SWT berfirman:

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sampai mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.” (QS. Ar-Ra’d: 11)

Ayat ini menegaskan bahwa perubahan itu harus dimulai dari diri sendiri.

2. Masa Muda Itu Berharga Banget

Dalam Riyadhus Shalihin dijelaskan bahwa masa muda adalah waktu yang paling berharga karena penuh energi dan kesempatan. Jadi sayang banget kalau cuma dihabiskan tanpa tujuan.

3. Nggak Harus Sempurna, Tapi Harus Bergerak

Banyak remaja berpikir: “Aku belum baik, nanti aja berubah.”

Padahal dalam Islam, yang penting bukan langsung sempurna tapi mau mulai dan terus berusaha. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Setiap anak Adam pasti berbuat salah, dan sebaik-baik yang bersalah adalah yang bertaubat.” (HR. Tirmidzi)

Dalam Mukhtashar Minhajul Qashidin dijelaskan bahwa taubat adalah proses kembali kepada Allah yang harus terus dilakukan. Jadi, salah itu wajar. Tapi jangan berhenti di salah.

4. Mulai dari Hal Kecil

Kamu nggak perlu langsung berubah drastis. Mulai saja dari Shalat tepat waktu, ngurangin hal yang nggak penting, memperbaiki pergaulan, dan melakukan hal apa saja yang positif, paling penting istiqomah dalam kebaikan dan lebih jujur dalam hal kecil.

Dalam Bidayatul Hidayah dijelaskan bahwa amal kecil yang dilakukan terus-menerus lebih bernilai daripada amal besar yang tidak konsisten. Kunci perubahan itu: konsisten, bukan instan.

5. Kamu Bisa Jadi “Keren” Tanpa Keluar Jalur

Banyak yang berpikir: “Kalau taat, nanti nggak seru.”

Padahal kenyataannya:

- ✓ Kamu tetap bisa punya teman
- ✓ Tetap bisa punya mimpi besar

✓ Tetap bisa aktif dan kreatif

Tapi dengan satu tambahan penting: semua tetap dalam batas yang diridhai Allah. Jadi remaja itu bukan sekadar fase lewat saja akan tetapi bisa menjadi ABG yang keren, kreatif, inspiratif, dan berprestasi.

Dimana kalian jadi remaja sudah dalam tahap Fase menentukan arah hidup, fase membentuk karakter, dan fase menentukan masa depan Kamu nggak harus jadi orang lain. Kamu cukup jadi versi terbaik dari dirimu dengan nilai Islam sebagai panduan. Karena pada akhirnya, remaja yang benar-benar sukses bukan yang paling populer tapi yang paling tahu arah hidupnya dan dekat dengan Allah.



BAB 2

THAHARAH

Upgrade Diri
Bersih & Suci

BAB 2

THAHARAH: UPGRADE DIRI DIMULAI DARI BERSIH & SUCI

A. KENALAN DULU DENGAN THAHARAH

Sebelum masuk ke pembahasan yang lebih detail seperti haid, istihadhah, nifas, mandi wajib, dan jenis najis ada satu hal penting yang harus kamu pahami dulu:

Apa itu thaharah?

Dalam kehidupan sehari-hari, kita sering menganggap “bersih” itu cukup. Misalnya:

- badan tidak kotor
- pakaian rapi
- tidak bau

Tapi dalam Islam, bersih saja belum tentu cukup. Karena Islam mengenal dua istilah:

- bersih (secara fisik)
- suci (secara syariat)

Dan di sinilah konsep thaharah menjadi sangat penting.

B. PENGERTIAN THAHARAH (SECARA BAHASA & ISTILAH)

Secara bahasa, thaharah berarti: *bersih dan terbebas dari kotoran*. Sedangkan secara istilah dalam ilmu fiqih, thaharah adalah membersihkan diri dari hadas dan najis agar seseorang dapat melaksanakan ibadah yang disyaratkan dalam keadaan suci. Tidak semua yang terlihat bersih itu sudah suci menurut Islam. Dan tidak semua yang kotor menurut mata itu najis menurut syariat.

C. KENAPA THAHARAH ITU PENTING?

Coba kamu bayangkan! Kamu sudah:

- ✓ niat shalat
- ✓ pakai pakaian rapi
- ✓ datang tepat waktu

Tapi ternyata kamu belum suci. Maka shalatmu tidak sah. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Allah tidak menerima shalat tanpa bersuci.” (HR. Muslim)

Hal ini menunjukkan bahwa thaharah bukan sekadar tambahan, tapi syarat utama ibadah.

✨ Quote

“Ibadah bukan hanya tentang niat, tapi juga tentang kesiapan.”

D. RUANG LINGKUP THAHARAH (APA SAJA YANG DIPELAJARI?)

Dalam bab ini, kamu tidak hanya belajar satu hal, tapi beberapa hal penting yang saling berkaitan, yaitu:

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Abu Abdillah Ahmad bin Hanbal. 2001. *Musnad Ahmad bin Hanbal*. Beirut: Muassasah ar-Risalah.
- Al-Bukhari, Muhammad bin Ismail. 2002. *Shahih al-Bukhari*. Beirut: Dar Ibn Katsir.
- Al-Ghazali, Abu Hamid. t.t. *Ihya Ulumuddin*. Beirut: Dar al-Fikr.
- Al-Jauziyyah, Ibnul Qayyim. 1996. *Madarijus Salikin*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah.
- Al-Qaradawi, Yusuf. 2000. *Al-Halal wal Haram fil Islam*. Kairo: Maktabah Wahbah.
- Al-Qur'an al-Karim. 2019. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: Kementerian Agama Republik Indonesia.
- American Psychological Association. 2021. "Social Media and Teen Mental Health." *APA Journal of Psychology*, Vol. 78, No. 4.
- An-Nawawi, Yahya bin Syaraf. 1994. *Al-Adzkar*. Beirut: Dar al-Fikr.
- An-Nawawi, Yahya bin Syaraf. 2005. *Riyadhus Shalihin*. Beirut: Dar al-Minhaj.
- Asy-Syarbaji, Ali, Musthafa al-Khin, dan Musthafa al-Bugha. 2010. *Al-Fiqh al-Manhaji 'ala Madzhab al-Imam Asy-Syafi'i*. Damaskus: Dar al-Qalam.
- Bandura, Albert. 1977. *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice Hall.
- Computers in Human Behavior. 2020. "Fear of Missing Out (FOMO) and Social Media Engagement among Adolescents." Vol. 102.

- Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 2021. "Social Comparison and Self-Esteem in Teenagers Using Social Media." Vol. 24, No. 5.
- Daradjat, Zakiah. 2014. *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Goleman, Daniel. 1995. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Haidt, Jonathan. 2024. *The Anxious Generation*. New York: Penguin Press.
- Hamka. 2016. *Lembaga Budi*. Jakarta: Republika Penerbit.
- Ibnu Katsir, Ismail bin Umar. 1999. *Tafsir al-Qur'an al- 'Azhim*. Beirut: Dar Thayyibah.
- Journal of Adolescence. 2021. "Peer Pressure and Identity Development in Adolescents." Vol. 89.
- Journal of Adolescent Health. 2020. "The Impact of Bullying on Adolescent Mental Health." Vol. 67, No. 3.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. 2022. *Profil Generasi Milenial dan Kesehatan Mental Remaja Indonesia*. Jakarta: KPPPA RI.
- Langgulang, Hasan. 2003. *Asas-Asas Pendidikan Islam*. Jakarta: Pustaka Al-Husna.
- Lickona, Thomas. 1991. *Educating for Character*. New York: Bantam Books.
- Lickona, Thomas. 2004. *Character Matters*. New York: Simon & Schuster.
- Muslim, Abu Husain Muslim bin Hajjaj. 2006. *Shahih Muslim*. Beirut: Dar Ihya' at-Turats al-'Arabi.
- Nata, Abuddin. 2017. *Akhlaq Tasawuf*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

- Quraish Shihab, M. 2002. *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati.
- Rakhmat, Jalaluddin. 2007. *Psikologi Agama*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Santrock, John W. 2018. *Adolescence*. New York: McGraw-Hill Education.
- Steinberg, Laurence. 2017. *Adolescence*. New York: McGraw-Hill Education.
- Syamsu Yusuf. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Syatha, Sayyid Bakri. t.t. *I'anatuth Thalibin*. Beirut: Dar al-Fikr.
- Tafsir, Ahmad. 2010. *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Turkle, Sherry. 2011. *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. New York: Basic Books.
- Twenge, Jean M. 2017. *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood*. New York: Atria Books.
- UNICEF. 2021. *Adolescent Development and Participation Report*. New York: UNICEF.
- Wahbah az-Zuhaili. 2009. *Tafsir Al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Syari'ah wa al-Manhaj*. Damaskus: Dar al-Fikr.
- World Health Organization. 2022. *Adolescent Mental Health Report*. Geneva: WHO.

PROFIL PENULIS



Devi Rina Maysaroh atau yang akrab disapa Devi, lahir di Rembang, 31 Desember 1992. Penulis merupakan anak pertama dari pasangan Bapak Suparjan dan Ibu Suwati. Sejak kecil, penulis tumbuh di lingkungan sederhana yang menanamkan nilai pendidikan, akhlak, dan semangat belajar. Pendidikan dasar ditempuh di Desa Kerep. Setelah itu, penulis melanjutkan pendidikan di MTs dan MA Mu'allimin Mu'allimat Rembang.

Pada masa tersebut, penulis juga menempuh pendidikan pesantren yang menjadi bagian penting dalam perjalanan belajar dan pembentukan karakter hingga saat ini. Kecintaan penulis terhadap dunia pendidikan dan keislaman mendorongnya untuk melanjutkan studi sarjana (S1) di Universitas Wahid Hasyim Semarang pada program Pendidikan Agama Islam hingga memperoleh gelar S.Pd.I. Saat ini, penulis sedang melanjutkan pendidikan magister (S2) di Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebagai bentuk ikhtiar untuk terus belajar dan mengembangkan diri.

Di tengah kesibukan sebagai pendidik, penulis tetap memiliki perhatian besar terhadap perkembangan remaja di era modern, khususnya dalam menghadapi tantangan pergaulan, media sosial, kesehatan mental, dan pemahaman agama yang relevan dengan kehidupan masa kini. Dari kegelisahan dan kepedulian itulah lahir buku

FIQIH ABG: Tetap Gaul Tanpa Keluar Jalur. Bagi penulis, pendidikan bukan hanya tentang pengetahuan, tetapi juga tentang membentuk akhlak, menjaga nilai diri, dan membantu generasi muda agar tetap memiliki arah hidup yang baik di tengah perubahan zaman yang begitu cepat.

Alhamdulillah, penulis saat ini mengabdikan diri sebagai ASN di bidang Pendidikan. Penulis juga telah berkeluarga dan menikah dengan Nur Sholikin serta dikaruniai dua anak: Kakak Syihab dan Adik Sabrina. Kehidupan sebagai seorang ibu sekaligus pendidik semakin memberikan banyak pelajaran berharga tentang pentingnya pendidikan akhlak, komunikasi yang baik, dan pendampingan terhadap generasi muda.

Melalui buku ini, penulis berharap dapat menghadirkan bacaan yang dekat dengan kehidupan remaja, mudah dipahami, serta mampu menjadi teman bertumbuh bagi generasi muda agar tetap dekat dengan ilmu, akhlak, dan nilai-nilai Islam.

FIQIH ABG

"Tetap Gaul Tanpa Keluar Jalur"

Jadi remaja itu seru... tapi juga penuh tantangan.

Tentang perubahan diri yang kadang bikin bingung.

Tentang ingin diterima lingkungan, tapi takut kehilangan arah.

Tentang media sosial yang ramai, overthinking yang diam-diam melelahkan, toxic circle, insecure, body shaming, sampai perasaan suka yang mulai tumbuh seiring bertambahnya usia. Di tengah dunia yang terus berubah, banyak remaja akhirnya bertanya:

"Gimana sih caranya tetap jadi anak muda yang gaul, seru, punya mimpi besar, tapi tetap dekat sama Allah?"

Lewat FIQIH ABG, pembaca diajak memahami kehidupan remaja dari sudut pandang yang hangat, dekat, dan relate dengan kehidupan sehari-hari. Buku ini tidak hadir untuk menghakimi atau membuat remaja merasa paling salah, tetapi hadir sebagai teman perjalanan dalam memahami proses tumbuh menjadi pribadi yang lebih baik.

Di dalam buku ini, dibahas berbagai hal yang dekat dengan kehidupan remaja masa kini, seperti:

- pubertas dan pencarian jati diri,
- thaharah dan pentingnya menjaga kebersihan diri,
- shalat sebagai penguat hidup remaja,
- pergaulan dan circle pertemanan,
- bullying, insecure, dan overthinking,
- media sosial, validasi, dan FOMO,
- menjaga pandangan, aurat, dan kehormatan diri,
- hingga cara membangun masa depan dengan akhlak dan prinsip hidup yang baik.

Dengan bahasa yang ringan, hangat, dan mudah dipahami, buku ini memadukan fiqih Islam, psikologi remaja, serta realita kehidupan modern sehingga terasa lebih hidup dan dekat dengan pembaca dari berbagai kalangan.

Menjadi remaja baik bukan berarti harus menjadi sempurna. Menjadi keren juga bukan berarti harus mengikuti semua tren. Menjaga diri bukan berarti ketinggalan zaman. Kadang, hal paling hebat dari seorang remaja adalah ketika ia tetap mampu menjaga hati, akhlak, ibadah, dan prinsip hidupnya di tengah dunia yang terus berubah. FIQIH ABG bukan sekadar buku tentang aturan, tetapi tentang perjalanan tumbuh, belajar, jatuh, bangkit, dan menemukan arah hidup tanpa harus kehilangan jati diri sebagai remaja.



IKAPI
IKATAN KADER AKADESI INDONESIA

CV. Tahta Media Group

Sukoharjo, Jawa Tengah

Web : www.tahtamedia.co.id

Ig : tahtamedia group

Telp/WA : +62 896 5427 3996

