



30 HARI · PANDUAN UNTUK MOMMY MUSLIMAH

# Menuntun Si Kecil *mencintai Sholat*



*Untuk ibu muda yang anaknya baru berusia 6-7 tahun  
— fase emas yang tidak akan terulang —*

[mommysalma.com](http://mommysalma.com)



SEBENTAR YA, MOM — ADA CERITA UNTUKMU



# Aku mau cerita tentang seorang ibu.

*Sebut saja namanya Bu Rina.*

---

Bu Rina sekarang udah 55 tahun. Anak tunggalnya — namanya Rafi — udah kerja di perusahaan ternama di Jakarta. Sukses. Gaji lumayan. Mobil pribadi. Dari luar, hidup Bu Rina kelihatan tenang: rumah bagus di kampung, anak sukses, tinggal menikmati masa tua.

Tapi kalau Mom ngobrol lebih dalam dengan Bu Rina — Mom akan lihat matanya berkaca-kaca.

Karena Rafi — anak yang beliau banggakan itu — **susah banget dihubungi**. Bu Rina WA, dibaca, tapi nggak dibalas sampai berhari-hari. Ditelepon jarang diangkat — dijawab "*maaf Ma, lagi meeting*" terus-terusan. Diajak pulang pas Lebaran pun, selalu ada alasan: "*kerjaan banyak Ma, next time ya.*"

Sekali setahun Rafi pulang. Paling lama 2 hari, terus balik lagi ke Jakarta.

### SUATU HARI, BU RINA MENGUNJUNGI RAFI...

Beliau datang diam-diam ke kosan Rafi di Jakarta. Bawa rendang buatannya — kesukaan Rafi sejak kecil. Pingin ngejutin.

Dia masuk kamar Rafi. Bersih. Rapi. Koleksi buku bagus. Laptop baru di meja. Kemeja kerja tergantung rapi. Anak yang membanggakan.

Tapi satu hal yang Bu Rina cari di kamar itu...

**nggak ada.**

### Sajadah.

Beliau cari-cari. Di lemari — nggak ada. Di rak — nggak ada. Di kolong kasur — juga nggak ada.

Di pojok atas lemari, akhirnya Bu Rina nemu satu sajadah. Tapi... **masih dibungkus plastik. Belum pernah dibuka.** Hadiah dari Lebaran 3 tahun yang lalu — yang Bu Rina sendiri kasih ke Rafi.

Saat maghrib tiba, Bu Rina nanya pelan:

*"Fi, sholat dulu yuk."*

Rafi agak kaget. Ngelirik HP-nya.

Matanya bingung — kayak lagi ngitung dalam kepalanya.

*"Eh... ini maghrib ya, Ma?"*

Bu Rina diem.

*"Maaf Ma... Rafi udah lama gak sholat."*

Rafi garuk kepala pelan.

*"Jumat kemarin juga ketinggalan. Sibuk deadline."*

*"Kapan terakhir kamu sholat, Fi?"*

Rafi mikir lama. Senyum canggung.

*"Rafi... lupa Ma. Mungkin Lebaran kemarin."*

**Lebaran — 5 bulan yang lalu.**

Bu Rina senyum paksa. Masuk kamar.  
Sholat sendiri di atas **jaket kerja Rafi**.  
Tanpa sajadah.

Karena sajadah baru yang tadi Bu Rina temukan...  
*masih berbungkus plastik.*

mommysalma.com

**DAN DI SUJUD TERAKHIR...**

Bu Rina bisik ke Allah:

**“Ya Allah...  
anakku ini pintar. Sukses. Sayang sama aku.**

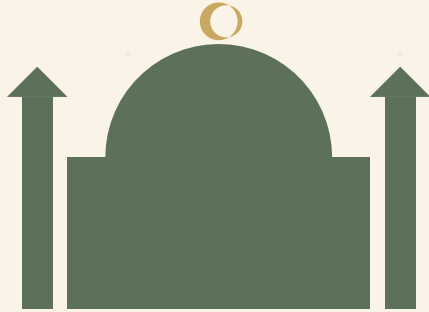
**Tapi dia nggak bisa sholat.  
Dia nggak ngerti sholat itu untuk apa.  
Dia nggak pernah merasakan dekat sama-Mu...”**

**“Dulu waktu dia kecil —  
aku sibuk ngurus rumah. Masak. Nyuci.  
Pas dia umur 7 atau 8, aku pikir  
*'nanti juga dia belajar sendiri dari sekolah.'***

**Ternyata... nggak, ya Allah.”**

**“Aku terlalu capek. Aku lupa.  
Aku nggak pernah serius ngajarin dia sholat...”**

YANG BIKIN HATI BERGETAR...



*Sabda Rasulullah SAW:*

**“Perintahkanlah anak-anakmu  
untuk melaksanakan sholat  
ketika mereka berusia tujuh tahun.”**

*— HR. Abu Dawud (hadits hasan sahih)*



**Tujuh tahun, Mom.**

Bukan sepuluh.

Bukan "nanti kalau sudah besar."

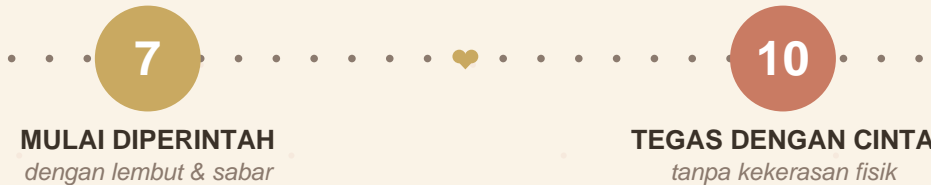
Bukan "tunggu dia ngerti sendiri."

**Tujuh tahun** — angka yang Rasulullah SAW sebutkan dengan sangat spesifik, 1.400 tahun yang lalu. Bukan karena angka itu lucu. Tapi karena beliau tahu persis kapan hati kecil seorang anak paling siap untuk mulai mencintai Allah.

## TIGA TAHUN EMAS YANG TIDAK AKAN TERULANG

### 3 TAHUN EMAS

*window waktu yang Allah berikan*



“...dan pukullah mereka karena meninggalkan sholat  
ketika berusia sepuluh tahun,  
dan pisahkanlah tempat tidur mereka.”

— HR. Abu Dawud

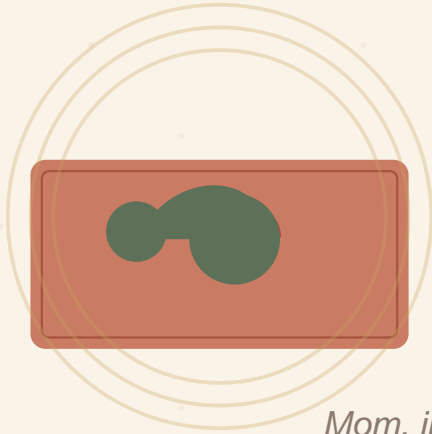
Mom, ngerti maksud Rasulullah SAW kan?

Usia 7: dibimbing dengan lembut tapi konsisten.

Usia 10: **tegas dengan cinta — tanpa kekerasan fisik.**

Artinya — Mom cuma punya **3 tahun window emas** untuk menanam kebiasaan ini ke dalam hati si kecil. 3 tahun yang Allah kasih. 3 tahun yang *tidak akan pernah terulang*.

KALAU ALLAH BERTANYA...



*Mom, ini pertanyaan yang jarang kita berani tanya ke diri sendiri.*

Suatu hari nanti, pasti ada saatnya Mom berdiri di hadapan Allah.

**Apa jawabanmu ketika Dia bertanya:**

**“Anak yang Aku titipkan padamu — yang Aku amanahkan keselamatannya di dunia dan akhirat di tanganmu —**

**sudahkah dia BISA sholat?”**

TAPI TENANG, MOM.



# Kamu masih punya waktu.

*Dan kamu nggak sendirian.*

Kurikulum 30 hari ini dibuat khusus untuk Mommy muslimah yang punya anak pertama usia 6-7 tahun. Yang kadang merasa:

- “Aku belum tahu cara ngajarin dia sholat yang benar.”
- “Aku sendiri masih belum konsisten sholat.”
- “Takut salah ngajarin, takut bikin dia trauma.”
- “Kadang capek banget, pengen menyerah.”

**Mom, kamu bukan ibu yang gagal.**

**Kamu cuma belum punya peta.**

PDF ini adalah peta itu. 30 hari. 15 menit per hari.

Baca pelan-pelan. Rasakan. Praktikkan. Insya Allah, rumahmu akan berubah. *Hatimu dulu yang berubah.*

Nanti kalau Mom udah sampai di hari ke-30 dan ngerasa PDF ini beneran mengubah hidup Mom —  
**bagi ke ibu-ibu muda lain yang Mom sayangi.**

*Karena pahala share-mu,  
bisa jadi, akan menyelamatkan anak orang lain juga.*

SURAT JUJUR DARI MOMMY SALMA

*Mom, sebelum Mom lanjut ke panduan 30 hari —*

# aku mau jujur dulu tentang KESALAHAN-KESALAHANKU.

Aku bukan ustadzah, Mom. Bukan parenting expert hebat. Aku ibu yang sedang berjuang dan terus belajar setiap hari — ingin memberikan yang terbaik untuk si kecil, sama seperti Mom.

Aku punya 2 anak: Nawyan (6 tahun) dan Nasheera (baru 2 bulan). Dan panduan 30 hari ini lahir dari **KESALAHAN-KESALAHAN** yang aku dan suami buat waktu mendidik Nawyan di tahun-tahun awalnya. Aku mau cerita ke Mom beberapa yang paling kami sesali.

## KESALAHAN PERTAMA

Waktu Nawyan masih bayi — 6 bulan, 8 bulan, 1 tahun — **babanya** suka paksa bawa dia ke masjid subuh-subuh. Niatnya baik: "biar dia terbiasa suasana masjid sejak bayi". Nawyan diangkat dari tidurnya, naik mobil jam 4:30 pagi, kadang nangis karena ngantuk. Aku saat itu capek seharian ngurus rumah, nggak sempat banyak mikir — aku pikir suamiku lagi jalanin ibadah yang baik.

## Padahal Mom... itu KURANG TEPAT.

Bayi fase tidurnya paling penting untuk tumbuh kembang otak. Dipaksa bangun subuh, dibawa ke suasana ramai, itu stress untuk bayi. Dan yang bikin kami menyesal — **Rasulullah SAW aja nunggu sampai usia 7 tahun** baru perintahkan sholat. Bukan sejak bayi.

## TAPI ITU BELUM YANG PALING KAMI SESALI...

### KESALAHAN KEDUA

Waktu Nawyan masuk 4-5 tahun, aku mulai paksa dia sholat. Setiap waktu sholat. Tarawih juga — yang rakaatnya banyak sekali, padahal dia masih 4 tahun! Aku sering ancem: "*Kalau nggak sholat, nggak boleh main HP*", "*Allah nanti marah*".

### **Aku pikir ini parenting Islami yang benar. Ternyata... ini trauma untuk anak.**

Aku lihat sendiri efeknya, Mom. Nawyan mulai kabur kalau denger adzan. Dia pura-pura tidur biar nggak diajak sholat. Kalau disuruh, dia sholatnya cepet-cepet asal selesai. Semua karena aku salah pendekatan — aku tegang, aku ngancem, aku lupa bahwa anak seumuran itu belajarnya lewat **rasa senang**, bukan rasa takut.

Pelan-pelan aku mulai baca hadits-hadits parenting Rasulullah.

Dan aku belajar — oh ternyata, kami udah jalanin

**5 tahun pertama Nawyan** dengan cara yang kurang tepat.

## KENAPA AKU TULIS PANDUAN INI UNTUK MOM

### Nawyan sekarang udah 6 tahun.

Setahun lagi dia masuk usia 7 — masa emas yang Rasulullah maksud.

Dan aku masih terus belajar, **setiap hari**.

Bahkan dengan Nasheera yang baru 2 bulan, aku coba nggak ulangin kesalahan yang sama.

Mom — panduan 30 hari ini, aku tulis dari **SEMUA kesalahan itu**.

Biar kalau Mom punya si kecil usia 6-7 tahun (fase yang sama dengan Nawyan sekarang), Mom nggak perlu ngulang apa yang aku lalui. Biar Mom nggak perlu menyesali 5 tahun pertama anak Mom, seperti aku menyesali 5 tahun pertama Nawyan.

**Ini bukan panduan dari ustadzah.**

***Ini surat dari ibu ke ibu.***



Dengan cinta,

**Mommy Salma**

*Ibu dari Nawyan (6 th) & Nasheera (2 bln)*

# PENGANTAR

*Sebelum mommy memulai perjalanan ini...*



*Bismillahirrahmanirrahim.*

Mom, panduan ini lahir dari satu keyakinan sederhana: **sebelum kita berhasil menuntun si kecil mencintai sholat, kita sebagai ibu harus lebih dulu meluruskan dan menguatkan hati kita sendiri.**

Banyak program parenting islami langsung masuk ke teknik — gerakan sholat, cara menghafal bacaan, bikin jadwal. Semua itu penting. Tapi tanpa fondasi hati yang kuat dan motivasi yang terus menyala, teknik-teknik itu akan mudah ditinggalkan di tengah jalan — saat kita lelah, saat si kecil menolak, saat lingkungan nggak mendukung.

Kurikulum 30 hari ini fokus pada **2 hal utama**:

**(1) Mindset & Motivasi Mommy** — meluruskan niat, memperkuat alasan, menjaga api semangat tetap menyala untuk jangka panjang.

**(2) Parenting Islami Berbasis Usia** — memahami bahwa cara mengajari anak 4 tahun, 7 tahun, dan 12 tahun itu *sangat* berbeda. Dan kalau salah approach, bisa bikin anak trauma.

**Cara pakai panduan ini:**

Baca **satu materi per hari**. Jangan buru-buru selesai dalam sekali baca — ini bukan buku yang dibaca, ini program yang dijalani. Setiap hari mommy akan menemukan: materi inti, tindakan konkret, dan pertanyaan refleksi.

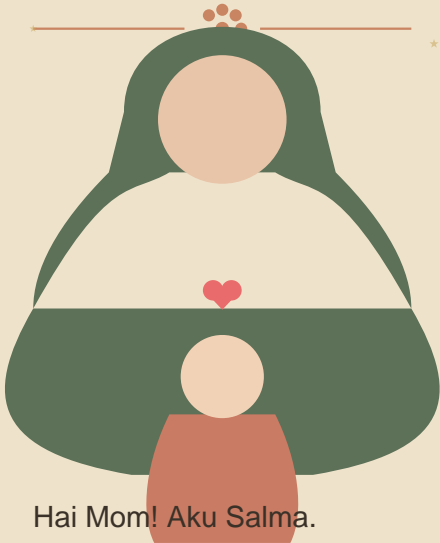
Luangkan 10–15 menit setiap hari. Lakukan tindakannya. Renungkan pertanyaannya. Catat insight-mu di jurnal, notes HP, atau di pinggir halaman PDF ini.

Setelah 30 hari, mommy akan punya fondasi mindset yang kuat, pemahaman yang jelas tentang kebutuhan si kecil sesuai usianya, dan kebiasaan-kebiasaan baru yang akan jadi warisan keluarga.

Semoga Allah memberi kemudahan, kesabaran, dan keistiqamahan dalam perjalanan ini. Semoga si kecil tumbuh menjadi *qurrota a'yun* — penyejuk mata dan hati mommy di dunia dan akhirat.

# TENTANG MOMMY SALMA

*Seorang ibu yang terus belajar*



Hai Mom! Aku Salma.

Aku seorang ibu yang, sama seperti Mom, **masih terus belajar setiap hari** untuk jadi ibu terbaik buat anak-anakku. Aku nggak pernah ngaku diri sebagai "parenting expert" — karena menurutku, jadi ibu itu bukan profesi yang bisa lulus. Setiap hari ada pelajaran baru.

Aku dianugerahi dua anak yang jadi alasan aku terus belajar:

## **Nawyan El Xavier Pratama**

*Anak pertamaku, 6 tahun*

Bocah ganteng yang bikin aku belajar banyak tentang kesalahan dalam parenting — dan tentang betapa Allah Maha Pemaaf ketika kita mau memperbaiki diri. Sebentar lagi dia masuk usia 7 — fase emas yang Rasulullah maksud.

## **Nasheera Shaza El Xaviera**

*Anak keduaku, baru 2 bulan*

Bayi mungilkku yang bikin aku punya kesempatan kedua — untuk nggak ngulang kesalahan yang dulu aku buat sama Nawyan. Aku belajar, sama dia kali ini aku akan menunggu fase yang tepat.

*DI LUAR JADI IBU...*

**Kepala Sekolah**  
PAUD Permata Harapan

**Latar Belakang Akademik**  
S1 Pendidikan Anak Usia Dini (S.Pd)  
S1 Keperawatan (S.Kep)

Di sekolah, aku berinteraksi dengan anak-anak usia 3-6 tahun. Di rumah, aku jadi ibu untuk anak-anakku. Kombinasi ini yang bikin aku punya *perspektif ganda* — sebagai pendidik sekaligus sebagai ibu yang juga masih terus belajar.

Tapi Mom — **gelar dan jabatan itu bukan yang bikin aku layak nulis PDF ini**. Yang bikin aku nulis ini adalah **kesalahan-kesalahan yang aku buat sendiri**, dan pelajaran yang Allah kasih melalui Nawyan.

Aku tulis PDF ini dengan niat:

- (1) Biar kesalahanku jadi pelajaran untuk Mom.
- (2) Biar kebenaran parenting Islami yang aku temukan, bisa sampai ke mommy lain yang butuh.
- (3) Biar Allah catat sebagai amal jariyah untukku dan keluargaku.

Kalau Mom merasa PDF ini bermanfaat — aku minta tolong, **bagikan ke mommy lain**. Semoga setiap share-mu jadi pahala jariyah untuk Mom juga.

Kalau Mom punya pertanyaan, cerita, atau butuh support dalam perjalanan ini — aku nunggu di komunitas WhatsApp mommysalma (nomornya ada di akhir PDF). Kita saling menguatkan di sana.

*Dengan cinta dan doa tulus,*

**Mommy Salma**  
mommysalma.com

# DAFTAR ISI

30 hari perjalanan mommy bersama si kecil



## MINGGU 1 — MELURUSKAN MINDSET

- Hari 1** • Muhasabah — Sholatku Sendiri Gimana, Mom?
- Hari 2** • Pahala Dahsyat yang Mengalir Sampai ke Kubur
- Hari 3** • Warisan Terbaik Bukan Harta, Mom
- Hari 4** • Sholat Itu Benteng Karakter Si Kecil
- Hari 5** • Belajar Parenting dari Rasulullah SAW
- Hari 6** • Refleksi & Komitmen Minggu Pertama
- Hari 7** • Tanggung Jawab Terbesar Kita, Mom

## MINGGU 2 — MEMAHAMI SI KECIL SESUAI USIANYA

- Hari 8** • Setiap Anak Lahir Sudah Mengenal Allah
- Hari 9** • Usia 0-3 Tahun — JANGAN Paksa Ibadah, Mom!
- Hari 10** • Usia 3-5 Tahun — Fase Pengenalan & Teladan
- Hari 11** • Usia 5-7 Tahun — Membentuk Kebiasaan dengan Sabar
- Hari 12** • Usia 7 Tahun — Perintah Sholat Dimulai (Serius, Mom!)
- Hari 13** • Usia 10+ Tahun — Tegas dengan Cinta, Bukan Kekerasan
- Hari 14** • Refleksi Minggu Kedua

## MINGGU 3 — MENGHADAPI TANTANGAN

- Hari 15** • Kenapa Si Kecil Menolak Sholat?
- Hari 16** • Kesalahan yang Sering Kita Buat (Aku juga Pernah!)
- Hari 17** • Sabar & Konsisten — Kunci Utama, Mom
- Hari 18** • Peran Ayah & Ibu — Nggak Bisa Solo, Mom
- Hari 19** • Lingkungan Si Kecil Mempengaruhinya, Mom
- Hari 20** • Strategi Jitu Hadapi Si Kecil yang Malas
- Hari 21** • Refleksi Minggu Ketiga

## MINGGU 4 — MOTIVASI BERKELANJUTAN

- Hari 22** • Bertahan untuk Jangka Panjang
- Hari 23** • Investasi Dunia & Akhirat Sekaligus
- Hari 24** • Doa Ibu — Senjata Rahasia Kita, Mom
- Hari 25** • Mom, Si Kecil Itu Cerminanmu
- Hari 26** • Rayakan Progres Kecil Si Kecil, Mom
- Hari 27** • Ketika Mom Lelah & Pengen Nyerah
- Hari 28** • Pasangan Hidup, Tim Terbaik Kita
- Hari 29** • Visi Keluarga Sakinah yang Sholat Berjamaah
- Hari 30** • Komitmen Seumur Hidup & Langkah Selanjutnya

## MINGGU 1 — MELURUSKAN MINDSET

## HARI 1

# Muhasabah — Sholatku Sendiri Gimana, Mom?

*"Mengapa kamu suruh orang lain (mengerjakan) kebajikan, sedang kamu melupakan diri (kewajiban)mu sendiri?"  
(QS. Al-Baqarah: 44)*

**◆ KUTIPAN PARENTING**

*"Anak-anak adalah peniru ulung. Mereka tidak mendengarkan yang kamu katakan — mereka merekam yang kamu lakukan."*

— Haim Ginott, Psikolog Anak

**MATERI HARI INI**

Mom, hari ini hari paling berat di minggu pertama. Hari ini kita nggak ngomongin si kecil. Hari ini kita ngomongin **diri kita sendiri**.

Jawab dengan jujur, Mom. Cuma kamu yang tahu jawabannya:

Kapan terakhir kamu sholat subuh tepat waktu? Kapan terakhir kamu sholat dengan khushyuk, bukan cepet-cepet asal selesai sambil mikirin masakan? Kapan terakhir kamu nangis dalam sholat? Berapa kali kamu nunda sholat karena ngurus anak, kerjaan, drama Korea, atau scroll IG?

**Fakta pahit, Mom:** si kecil nggak bodoh. Mereka lihat ketika Mama nyuruh sholat tapi sendirinya sholat di ujung waktu sambil terburu-buru. Mereka lihat ketika Mama bilang sholat itu wajib tapi telat sholat ashar karena masak. Mereka diem-diem mencatat semua itu.

Kamu nggak bisa ngasih apa yang kamu nggak punya, Mom. Kalau sholatmu sendiri masih asal-asalan, jangan heran si kecil menganggap sholat juga nggak terlalu penting.

Tapi Mom — jangan putus asa. Hari ini bukan tentang menyalahkan diri. Hari ini adalah **titik balik**. Mulai dari diri sendiri dulu. Perbaiki sholatmu. Dalam sebulan, si kecil akan lihat perubahan di matamu, di gerakanmu, di cara kamu sebut nama Allah. Dan itulah parenting yang sebenarnya, Mom.

**TINDAKAN MOMMY HARI INI**

1. Tulis di notes HP: kondisi sholatku sekarang — jujur, tepat waktu atau sering telat?
2. Tulis 1 target perbaikan sholatku di 30 hari ke depan

3. Malam ini sujud terakhir — minta maaf ke Allah: 'aku mau perbaiki sholatku dulu'

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Kalau Allah ngasih nilai untuk sholatku bulan lalu, kira-kira nilainya berapa dari 100?*

mommysalma.com

## MINGGU 1 — MELURUSKAN MINDSET

## HARI 2

# Pahala Dahsyat yang Mengalir Sampai ke Kubur

*"Apabila anak Adam meninggal, terputuslah amalnya kecuali tiga: sedekah jariyah, ilmu yang bermanfaat, dan anak sholeh yang mendoakannya."  
(HR. Muslim)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Investasi terbesar untuk akhirat bukan harta yang kamu tinggalkan, tapi anak sholeh yang mendoakanmu."*

— Ustadz Hanan Attaki

## MATERI HARI INI

Mom, hadits ini sering banget kita dengar. Tapi jarang kita renungkan pelan-pelan.

Coba kita pelan-pelan bareng. Kata kuncinya: "**anak sholeh**". Bukan anak pintar. Bukan anak kaya. Bukan anak terkenal. **Anak sholeh**. Dan nggak ada anak sholeh yang nggak sholat.

Mom, bayangkan ini: kita udah meninggal 20 tahun. 40 tahun. 60 tahun. Tubuh kita udah jadi tanah. Tapi setiap si kecil sholat, setiap dia mendoakan kita, setiap cucu-cucu kita sholat karena kebiasaan yang kita tanamkan ke ibunya/bapaknya — **pahalanya mengalir terus ke kubur kita**.

Investasi apa di dunia ini yang returnnya nggak pernah putus sampai akhirat? Nggak ada, Mom. Saham bisa crash. Properti bisa hancur. Tabungan bisa habis. Tapi anak yang sholat? Dia akan terus mendatangkan pahala untukmu — bahkan saat kamu sudah nggak ada.

Ibnu Qayyim Al-Jauziyah bilang: *"Betapa banyak orangtua yang membuat anaknya sengsara di dunia dan akhirat karena mereka mengabaikan dan tidak mendidiknya dengan adab yang baik."*

Mom, jangan sampai kita termasuk yang menyesal di akhirat. Karena semua waktu yang kita habiskan untuk karier, uang, hobi, self-care — ternyata nggak sebanding dengan **15-30 menit sehari** yang seharusnya kita luangkan untuk nemenin si kecil sholat.

## TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Hitung jujur: hari ini berapa menit Mom habiskan untuk HP/sosmed, dan berapa menit untuk ibadah sendiri?

2. Tulis 3 hal yang paling Mom harapkan untuk si kecil di masa depan. Apakah 'jadi anak sholeh yang mendoakan aku' masuk di dalamnya?

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Kalau aku meninggal hari ini, amalan apa yang akan terus mengalir dari anakku?*

mommysalma.com

## MINGGU 1 — MELURUSKAN MINDSET

## H A R I 3

# Warisan Terbaik Bukan Harta, Mom

*"Tidak ada pemberian seorang ayah kepada anaknya yang lebih utama daripada adab (pendidikan) yang baik."  
(HR. Tirmidzi)*

#### ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Betapa banyak orangtua yang membuat anaknya sengsara di dunia dan akhirat, karena mereka cuma sibuk mewariskan harta — bukan adab dan agama."*

— Ibnu Qayyim Al-Jauziyah

#### MATERI HARI INI

Mom, banyak dari kita (aku juga dulu!) bekerja keras membangun warisan: rumah, tanah, tabungan pendidikan anak, asuransi. Semua itu baik. Tapi kita sering lupa — **harta bisa habis dalam 1 generasi. Tapi kebiasaan sholat bisa diwariskan sampai 7 turunan.**

Coba liat sejarah, Mom. Keluarga-keluarga yang melahirkan generasi ulama besar itu bukan keluarga kaya. Imam Syafi'i yatim sejak kecil. Imam Bukhari hidup sederhana. Yang mereka warisi adalah **tradisi ibadah**, bukan harta.

Sebaliknya — aku sering lihat keluarga yang secara finansial kaya raya, tapi anak-cucunya hancur. Kenapa? Karena nggak ada fondasi spiritual. Harta tanpa sholat justru memperbesar masalah.

Nabi Ibrahim AS aja berdoa: *"Ya Tuhanku, jadikanlah aku dan anak cucuku orang-orang yang tetap mendirikan sholat."* (QS. Ibrahim: 40). Mom, perhatikan — seorang NABI yang punya akses doa langsung ke Allah, bukan minta harta, bukan minta kekuasaan untuk anak cucunya. Yang beliau minta: **anak cucu tetap sholat.**

Mom, coba bayangkan 100 tahun lagi. Rumahmu mungkin udah dijual. Bisnismu mungkin bangkrut. Tabunganmu mungkin habis. Tapi kalau kamu berhasil menanamkan sholat di hati si kecil, lalu dia menurunkannya ke cucumu, ke cicit cicit — **kamu mewariskan sesuatu yang lebih berharga dari emas.**

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Tulis di notes HP: 'Apa yang paling aku ingin anakku warisi dari aku?' Jawab jujur — mau itu kebiasaan baik, nilai hidup, atau iman.

2. Bilang ke si kecil hari ini: 'Nak, Mama doakan kamu sukses, rezekinya lancar, DAN tetap jadi anak yang rajin sholat. Dua-duanya penting buat Mama.'

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Aku lebih sibuk mewariskan apa — harta, prestasi, atau ibadah?*

mommysalma.com

## MINGGU 1 — MELURUSKAN MINDSET

## HARI 4

# Sholat Itu Benteng Karakter Si Kecil

"Sesungguhnya sholat itu mencegah dari (perbuatan) keji dan mungkar."  
(QS. Al-Ankabut: 45)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

"Sholat lima waktu bukan cuma ibadah — dia adalah latihan mengalahkan hawa nafsu lima kali sehari. Anak yang terbiasa sholat, punya benteng dari dalam dirinya sendiri."

— Ustadz Adi Hidayat

## MATERI HARI INI

Mom, jujur — kita semua pasti pernah khawatir: "Gimana nanti kalau anakku kena narkoba? Kena pergaulan bebas? Ikut geng? Kena bullying?" Jawabannya sebenarnya sederhana (walau nggak mudah): **pastiin sholatnya benar dulu.**

Mom, riset psikologi modern udah nunjukin: disiplin rutin ibadah 5 kali sehari itu membentuk (1) disiplin waktu, (2) pengendalian diri, (3) ketenangan emosi, (4) rasa tanggung jawab, dan (5) kesadaran moral. Ini modal karakter yang **nggak bisa didapat dari les manapun**, Mom.

Anak yang terbiasa sholat 5 waktu dari kecil itu punya "kompas internal" yang terus mengingatkannya. Kalau dia tergoda berbuat buruk, ada suara dalam dirinya: "*Nanti sholatku gimana?*" Ini bukan dogma — ini efek psikologis nyata dari kebiasaan spiritual.

Sebaliknya, Mom — anak yang nggak sholat cenderung kehilangan "rem". Nggak ada yang menahannya dari perbuatan buruk kecuali pengawasan kita. Dan pengawasan kita nggak bisa 24 jam. Tapi Allah? Maha Melihat 24 jam. Dan anak yang sholat menyadari ini.

Mom, anggap sholat itu benteng. Dunia hari ini penuh "peluru" — pornografi, narkoba, pergaulan bebas, depresi, trend toksik di TikTok. Sholat adalah benteng paling ampuh yang bisa kita kasih ke si kecil. Bukan kursus. Bukan sekolah mahal. Sholat.

## TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Review jujur: apa 3 kekurangan atau kebiasaan si kecil yang paling Mom khawatirkan saat ini? Tulis di notes — ini PR kita untuk diperbaiki pelan-pelan.
2. Puji si kecil hari ini — saat dia sholat, atau saat dia melakukan kebaikan lain (misal: berbagi, jujur, membantu). Pujian spesifik: 'Mama bangga kamu tadi \_\_\_\_'

**PERTANYAAN DARI HATI KE HATI**

*Hari ini, 1 kebaikan apa yang si kecil lakukan? Apakah aku sudah pujinya langsung?*

mommysalma.com

## MINGGU 1 — MELURUSKAN MINDSET

## HARI 5

# Belajar Parenting dari Rasulullah SAW

"Sungguh telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu..."  
(QS. Al-Ahzab: 21)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

"Tidak ada metode parenting yang lebih sempurna daripada cara Rasulullah mendidik — tegas dalam prinsip, lembut dalam cara. Cukup kita teladani beliau."

— Ustadz Budi Ashari, Pakar Parenting Nabawiyah

## MATERI HARI INI

Mom, kita nggak perlu mencari metode parenting baru. Parenting terbaik udah dicontohkan 14 abad yang lalu oleh orang terbaik sepanjang sejarah: Rasulullah SAW.

**Prinsip 1 — Teladan sebelum perintah.** Rasulullah nggak pernah nyuruh sahabat sholat tahajjud sampai kaki bengkok, sementara beliau tidur nyenyak. Beliau sholat tahajjud DULU, baru para sahabat ikuti. Anak-anak sama, Mom: mereka nggak ikuti *apa yang kita katakan*, mereka ikuti *apa yang kita lakukan*.

**Prinsip 2 — Lembut, sabar, nggak terburu-buru.** Mom, ini favoritku. Waktu cucu Rasulullah (Hasan & Husain) naik ke punggung beliau saat sujud, beliau malah memperlama sujudnya supaya mereka nggak jatuh. Nggak diusir. Nggak dimarahi. Ini mengajarkan: **libatkan si kecil dalam sholat, jadikan masjid sebagai tempat yang menyenangkan.**

**Prinsip 3 — Doa yang nggak pernah putus.** Rasulullah mendoakan cucunya, umatnya, anak-anak yang jadi sahabatnya. Mom, doa ibu itu senjata yang nggak bisa ditandingi program parenting manapun. Serius.

**Prinsip 4 — Hargai si kecil.** Rasulullah memanggil anak-anak dengan panggilan sayang, mengusap kepala mereka, mencium pipi mereka. Anak yang merasa dicintai akan lebih mudah menerima ajaran. Anak yang merasa dibentak dan dipaksa akan membenci apa yang dipaksakan — *termasuk sholat*.

Parenting Rasulullah itu kombinasi **ketegasan prinsip + kelembutan cara**. Banyak dari kita (dan aku sendiri dulu pernah!) gagal karena terlalu tegas tanpa kelembutan — anak jadi trauma. Atau terlalu lembut tanpa ketegasan — anak jadi nggak disiplin.

## TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Pilih 1 prinsip Rasulullah hari ini, praktikkan

2. Baca 1 kisah parenting Rasulullah, ceritakan ke pasangan

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Dari prinsip parenting Rasulullah tadi — mana yang belum aku terapkan ke si kecil, dan mau mulai hari ini?*

mommysalma.com

## MINGGU 1 — MELURUSKAN MINDSET

## HARI 6

# Refleksi & Komitmen Minggu Pertama

*"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri."  
(QS. Ar-Ra'd: 11)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Hisablah dirimu sendiri sebelum engkau dihisab. Timbang amalmu sebelum ditimbang."*

— Umar bin Khattab RA

## MATERI HARI INI

Mom, selamat! Kamu berhasil sampai di hari ke-6. Percaya deh, banyak mommy lain menyerah di hari ke-3 atau ke-4. Kamu udah melewati mereka.

Minggu ini kita udah belajar:

- Tanggung jawab terbesar sebagai ibu muslimah
- Pahala dahsyat mengajarkan sholat
- Sholat sebagai warisan terbaik
- Sholat sebagai benteng karakter
- Cara Rasulullah mendidik
- Muhasabah diri sendiri

Mom, minggu pertama ini adalah fondasi. Tanpa mindset yang benar, teknik apapun nggak akan bekerja. Dan mindset yang benar bukan sekadar "tahu" — tapi **merasa**, **meyakini**, dan **terbakar** untuk bertindak.

Minggu depan kita akan masuk ke hal praktis: memahami si kecil berdasarkan usianya. Karena ternyata, mengajarkan sholat ke anak 4 tahun dan anak 10 tahun itu **sangat berbeda**. Kalau salah pendekatan, malah bisa bikin trauma — sesuatu yang pernah aku alami sendiri dan sangat aku sesali. (Ceritanya nanti di minggu-minggu selanjutnya ya, Mom.)

Tapi sebelum lanjut, luangkan hari ini untuk refleksi mendalam dulu.

## TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Review catatan hari 1–5
2. Tulis 'Surat untuk Diri Sendiri'

### 3. Sholat hajat malam ini

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Setelah 6 hari belajar mindset, apa 1 komitmen konkret yang akan aku pegang selama 30 hari ke depan?*

mommysalma.com

## MINGGU 1 — MELURUSKAN MINDSET

## HARI 7

# Tanggung Jawab Terbesar Kita, Mom

*"Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka..."*

(QS. At-Tahrim: 6)

#### ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Anak adalah amanah di tangan orangtuanya. Hatinya yang suci adalah permata yang masih polos, siap menerima apa yang diukirkan padanya."*

— Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*

## MATERI HARI INI

Mom, aku mau ngobrol santai sama kamu hari ini. Selama ini kita suka mengukur kesuksesan jadi ibu dari hal-hal yang kelihatan: nilai sekolah, prestasi, kecerdasan, sekolah favorit, bahasa Inggris, kursus ini-itu. Semua itu penting, Mom — aku nggak bilang nggak penting.

Tapi ada satu hal yang **jauh lebih penting** dan sering kita anak-tirikan: apakah si kecil tumbuh jadi pribadi yang menegakkan sholat?

Coba baca lagi ayat di atas pelan-pelan. Allah mulai dengan perintah **jaga diri sendiri dulu**, baru jaga keluarga. Ini artinya, Mom — tanggung jawab terbesar kita sebagai ibu muslimah bukan sekadar ngasih makan, nyekolahkan, atau nabung dana pendidikan. Tanggung jawab terbesar kita adalah **menyelamatkan anak dari neraka**. Dan pintu utama keselamatan itu adalah sholat.

Rasulullah SAW bersabda: *"Perintahkanlah anak-anakmu untuk melaksanakan sholat ketika mereka berusia tujuh tahun..."* (HR. Abu Dawud). Mom, ini bukan sekadar anjuran lembut — ini **perintah langsung kepada kita sebagai orangtua**.

Coba pikir sebentar, Mom. Kalau kita pulang kerja capek, lalu sibuk scroll HP sementara si kecil belum sholat — siapa yang akan ditanyai Allah nanti di akhirat? Kita. Setiap anak yang tidak sholat, ada ibunya yang akan dimintai pertanggungjawaban.

Ini berat, aku tahu. Tapi Mom — justru karena kita sayang banget sama anak kita, kita harus sadar: **mencintai anak tanpa menuntun dia sholat adalah cinta yang kurang lengkap**.

## TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Bayangkan 20 tahun lagi si kecil dewasa — apa yang paling Mom sesali kalau dia tumbuh jauh dari Allah? Tulis 1 kalimat jujur di notes.

2. Hari ini, sholat 1 waktu bareng si kecil — meski cuma berdiri di samping Mom. Biar dia lihat dan merekam bahwa Mom pun serius sama ibadah ini.

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Apakah sholat masuk 3 kekhawatiran teratasku untuk si kecil?*

mommysalma.com

## MINGGU 2 — MEMAHAMI SI KECIL SESUAI USIANYA

## H A R I 8

# Setiap Anak Lahir Sudah Mengenal Allah

*"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah."  
(HR. Bukhari Muslim)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Anak bukanlah kertas putih, tetapi ia adalah benih yang harus kita siram dengan kesabaran."*

— Kak Seto, Psikolog Anak

## MATERI HARI INI

Mom, sebelum kita bahas usia demi usia, aku mau kamu pahami satu hal fundamental: **si kecil udah lahir dengan fitrah yang mengenal Allah**. Kamu bukan sedang memasang agama ke dalam dirinya yang kosong. Kamu sedang **menjaga dan menumbuhkan** apa yang udah ada.

Mom, ini mengubah cara pandang. Kamu nggak perlu "menjejalkan" sholat ke si kecil seperti nyuapin sayur yang dia nggak suka. Kamu cuma perlu **membuka jalan** biar fitrah itu tumbuh alami.

Masalahnya, fitrah itu bisa "tertutup" oleh banyak hal: tontonan yang nggak pantas, pergaulan yang buruk, orangtua yang nggak ngasih contoh, lingkungan yang menjauhkan dari agama. Tugasmu, Mom, adalah menjaga fitrah itu tetap bersih.

Hadits lengkapnya gini: *"Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, maka kedua orangtuanyalah yang menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi."* Perhatikan, Mom — **orangtua yang mengubah fitrah itu**. Anak lahir sebagai muslim. Kalau dia tumbuh nggak sholat, bukan karena fitrahnya rusak sejak lahir — tapi karena ada yang mengubahnya di perjalanan.

Pertanyaan yang harus selalu kita tanyain, Mom: **apakah aku sedang menjaga fitrah si kecil, atau justru pelan-pelan merusaknya?** Tontonan yang kita izinkan, bahasa yang kita pakai, sholat yang kita lalaikan — semua itu lagi memahat fitrahnya.

## TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Perhatikan si kecil hari ini — kapan dia spontan nyebut 'Allah', takjub lihat langit, atau nanya soal agama? Tulis 1 contoh yang Mom lihat.
2. Hari ini, putar murottal pelan-pelan di rumah (saat main, makan, atau tidur siang) — biar fitrah si kecil terpanggil lewat suasana.

### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Aku memperlakukan si kecil sebagai 'kanvas kosong' atau 'benih yang sudah ada'?*

mommysalma.com

## MINGGU 2 — MEMAHAMI SI KECIL SESUAI USIANYA

## HARI 9

# Usia 0-3 Tahun — JANGAN Paksa Ibadah, Mom!

*"Sesungguhnya Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya..."*  
(QS. Al-Baqarah: 286)

#### ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Di usia dini, anak membutuhkan pelukan, tidur yang cukup, dan ketenangan — bukan tuntutan ibadah. Tanamkan cinta pada Allah lewat kehangatan dulu, bukan lewat kewajiban."*

— Dr. Aisah Dahlan, Psikolog Keluarga

## MATERI HARI INI

Mom, ini bagian yang paling aku sesali dari parenting-ku sendiri. Jadi aku perlu banget kamu baca ini pelan-pelan.

Waktu Nawayan masih bayi — 6 bulan, 8 bulan, 1 tahun — aku suka paksa bawa dia ke masjid subuh-subuh. Aku pikir "biar dia terbiasa sejak bayi". Aku angkat dia dari tidurnya, naik mobil jam 4:30 pagi, kadang dia nangis karena ngantuk. Aku pikir aku ibu sholehah. **Ternyata aku SALAH.**

Mom, bayi dan balita (0-3 tahun) itu fase tumbuh kembang otaknya yang paling krusial — dan tidurlah yang paling dibutuhkan. Dipaksa bangun subuh, dibawa ke suasana ramai, itu justru stress untuk bayi. Allah sendiri bilang: *"tidak membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya."*

Di usia 0-3, si kecil **belum wajib** apa-apa, Mom. Rasulullah bahkan memerintahkan sholat mulai usia 7 tahun — bukan sejak bayi. Jadi jangan paksa.

### Yang seharusnya kita lakukan di usia 0-3 tahun:

- (1) **Ciptakan suasana Islami yang hangat.** Putar murottal pelan saat si kecil tidur. Ucapkan bismillah saat makan. Kasih nama Allah di percakapan harian. *Tanpa paksaan.*
- (2) **Biarkan dia lihat kita sholat.** Sholatlah di tempat yang dia bisa lihat. Kalau dia datang ke sajadah, biarkan. Kalau dia naik ke punggungmu saat sujud, tiru Rasulullah — **jangan diusir.**
- (3) **Peluk, cium, berikan cinta.** Ini fase dasar attachment. Anak yang dapat cinta penuh di 3 tahun pertama akan jadi anak yang secure emotionally — dan anak yang secure lebih mudah menerima nilai-nilai nanti.

**(4) Tidur yang cukup.** Jangan korbankan tidur bayimu demi "sekadar membiasakan ke masjid". Itu bukan ibadah — itu justru menzalimi amanah.

Mom, kalau kamu sekarang punya bayi atau balita — **nikmati fase ini untuk membangun ikatan**, bukan untuk menekan ibadah. Waktu serius akan datang — di usia 7 tahun. Sekarang, cukup dengan cinta.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Kalau Mom punya bayi: jangan paksa — cukup sholat di hadapannya
2. Pastikan tidur bayi cukup

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Apakah aku pernah 'memaksa' ibadah ke anakku di usia belum tepat?*

## MINGGU 2 — MEMAHAMI SI KECIL SESUAI USIANYA

## H A R I 10

# Usia 3–5 Tahun — Fase Pengenalan & Teladan

*"Anak kecil itu belajar dari apa yang dia lihat, bukan dari apa yang didengarnya."*

*(Prinsip parenting klasik)*

### ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Anak tidak belajar agama dari yang kita ceramahkan — dia belajar dari yang kita praktikkan di depan matanya setiap hari."*

— Dr. Aisah Dahlan, Psikolog Keluarga

### MATERI HARI INI

Mom, di usia 3-5 tahun, otak si kecil kayak spons. Mereka menyerap **semua** yang ada di sekitarnya — tanpa filter. Ini **masa emas** untuk memperkenalkan sholat, bukan dengan perintah, tapi dengan *suasana*.

#### Yang harus Mom lakukan:

**(1) Sholat di depan mereka dengan terlihat.** Jangan sholat di kamar tertutup. Biarkan mereka lihat kamu sholat setiap hari. Mereka akan otomatis meniru — ruku, sujud, angkat tangan. Kalau mereka naik ke punggungmu saat sujud (kayak cucu Rasulullah), **jangan dimarahi**.

**(2) Ajak ikut sholat, meski cuma 1 menit.** Kasih sajadah kecil, mukena cantik, peci lucu. Ini bukan soal sah atau nggak sah sholatnya — ini soal **asosiasi positif**. Anak yang di usia 4 tahun pakai mukena dengan senyum, di usia 14 tahun nggak akan malu pakai mukena.

**(3) Cerita-cerita sebelum tidur tentang Allah & Nabi.** Bukan ceramah, tapi cerita yang seru. Kisah Nabi Ibrahim, Nabi Muhammad kecil, bagaimana malaikat selalu nemenin orang yang sholat.

**(4) Puji setiap percobaan kecil.** Anak 4 tahun sujud? Peluk dia. Bilang: "Wah, kamu keren banget sujud kayak gitu! Allah pasti senang." Anak ini akan tumbuh mengasosiasikan sholat dengan **kebanggaan dan cinta**, bukan paksaan.

**YANG HARUS DIHINDARI, Mom:** Jangan paksa anak 4 tahun sholat lengkap 4 rakaat dengan tertib. Jangan marahi ketika dia main-main di sajadah. Jangan hukum karena nggak sholat — karena memang **belum wajib**. Tekanan di usia ini akan menanam **kebencian jangka panjang** — dan aku bersaksi ini terjadi, karena aku pernah melakukannya sama Nawyan. Nyesel sampai sekarang.

**TINDAKAN MOMMY HARI INI**

1. Sholat di ruang tamu hari ini (bukan kamar)
2. Siapkan sajadah/mukena warna yang dia suka

**PERTANYAAN DARI HATI KE HATI**

*Apakah sholatku terlihat oleh si kecil, atau 'tersembunyi'?*

mommysalma.com

## MINGGU 2 — MEMAHAMI SI KECIL SESUAI USIANYA

## HARI 11

# Usia 5–7 Tahun — Membentuk Kebiasaan dengan Sabar

*"Kebiasaan adalah pakaian kedua manusia. Tanam pakaian yang baik di usia dini, dia akan memakainya seumur hidup."*

(Hikmah)

#### ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Ceritakan padaku — aku lupa. Ajarkan padaku — aku ingat. Libatkan aku — aku benar-benar belajar."*

— Benjamin Franklin

## MATERI HARI INI

Mom, di usia 5-7 tahun, si kecil mulai bisa diajak berdiskusi ringan, memahami konsep sederhana, mulai punya rasa tanggung jawab. Ini fase **transisi dari meniru ke berlatih serius**.

**Fokus utama usia ini: pembentukan habit, bukan kesempurnaan, Mom.**

- (1) **Ajarkan gerakan yang benar secara bertahap.** Bukan dengan ceramah panjang, tapi dengan *"Yuk, ikutin Mama ya, takbir... Allahu Akbar."* Si kecil belajar dengan imitasi aktif.
- (2) **Hafalan bacaan pendek.** Mulai dari Al-Fatihah, surat-surat pendek (An-Nas, Al-Falaq, Al-Ikhlâs). Jadikan kayak permainan — nyanyi bareng di mobil, lomba hafalan dengan pelukan sebagai hadiah.
- (3) **Sholat bersama keluarga.** Usahakan minimal 1 waktu sholat berjamaah di rumah (biasanya maghrib). Ayah imam, ibu dan si kecil di belakang. Ini menumbuhkan **kebersamaan** dan kebanggaan keluarga.
- (4) **Reward system yang sehat.** JANGAN "kalau sholat dapat uang 10 ribu" — itu ngajarin ibadah transaksional. Tapi "kalau kamu sholat subuh seminggu penuh, Sabtu kita ke taman bareng." Rewardnya **quality time**, bukan materi.
- (5) **Libatkan adzan.** Ajarkan anak laki-laki adzan. Putar adzan di rumah saat waktu sholat. Si kecil akan mengasosiasikan suara adzan = waktu spesial keluarga.

**PERINGATAN, Mom:** di usia ini, si kecil **belum wajib** sholat. Jangan tegang. Kalau dia lupa, ingatkan dengan lembut. Kalau dia belum fokus, wajar. Yang penting **momentum terus jalan**. Ini fase "Mom sebagai pembimbing", bukan "Mom sebagai polisi".

**TINDAKAN MOMMY HARI INI**

1. Buat jadwal sholat berjamaah keluarga 1x sehari
2. Papan progress dengan stiker di kulkas

**PERTANYAAN DARI HATI KE HATI**

*Kebiasaan apa yang udah aku tanamkan — yang baik dan kurang baik?*

mommysalma.com

## MINGGU 2 — MEMAHAMI SI KECIL SESUAI USIANYA

## HARI 12

# Usia 7 Tahun — Perintah Sholat Dimulai (Serius, Mom!)

*"Perintahkanlah anak-anakmu sholat ketika berumur tujuh tahun..."*  
(HR. Abu Dawud — hasan sahih)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Usia tujuh tahun adalah masa emas — bukan karena anak sudah mengerti segalanya, tapi karena hatinya masih paling terbuka menerima cinta pada Allah. Jangan sia-siakan."*

— Ustadz Salim A. Fillah

## MATERI HARI INI

Mom, INI hari yang paling penting di minggu ini. Baca pelan-pelan ya.

Usia 7 tahun adalah **batas yang ditentukan syariat** untuk mulai memerintahkan sholat secara serius. Nawyan-ku sendiri sekarang 6 tahun. Setahun lagi dia masuk fase ini. Dan aku lagi siap-siap.

Perhatikan kata "**perintahkan**" — bukan cuma "ajak" atau "saranin". Artinya, di usia 7, Mom punya otoritas untuk menuntut sholat sebagai kewajiban di rumah.

**Tapi penting banget dipahami:** "perintah" di sini HARUS dibedakan dari "kekerasan" atau "paksaan kasar". Rasulullah memerintahkan dengan **ketegasan yang lembut**, bukan bentakan atau hukuman fisik.

### Strategi efektif usia 7-10, Mom:

**(1) Buat aturan yang jelas & adil di rumah.** Contoh: "Di keluarga kita, adzan = semua berhenti aktivitas. Wudhu, lalu sholat. Nggak ada pengecualian kecuali sakit." Dan aturan ini berlaku juga untuk Mom dan Ayah — *wajib*.

**(2) Ajarkan KENAPA, bukan cuma HARUS.** Si kecil usia 7+ bisa bertanya kritis: "Kenapa harus sholat?" Siapkan jawaban — tentang syukur pada Allah, tentang komunikasi langsung dengan Tuhan. Jangan jawab "pokoknya harus" — anak akan memberontak diam-diam.

**(3) Konsekuensi yang mendidik, bukan menghukum.** Kalau si kecil ketahuan nggak sholat: **BUKAN** "dipukul" atau "dimarahi kencang". Tapi: "Sayang, sholat tadi kenapa belum? Ayo sekarang, Mama temani." Kalau masih menolak: ada konsekuensi sederhana (kurangi waktu main HP) — tapi **tanpa kekerasan**.

**(4) Ajari fiqih dasar dengan sabar.** Wudhu yang benar, gerakan yang benar, bacaan yang benar. Bisa dengan buku anak, video edukasi Islam, atau Mom sendiri ajarkan pelan-pelan.

**(5) Sholat berjamaah di masjid (khusus anak laki-laki).** Mulai latih untuk sholat maghrib atau isya. Jangan tunggu "baligh baru ke masjid" — itu terlambat.

Mom, yang penting di fase ini: **kesabaran maksimal**. Ribuan pengingat mungkin dibutuhkan sebelum sholat jadi kebiasaan otomatis. Dan itu NORMAL.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Review: si kecil udah sholat 5 waktu konsisten?
2. Duduk bicara: 'Menurut kamu kenapa kita sholat?'

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Apakah aku cukup tegas — tapi tetap dalam koridor kelembutan?*

## MINGGU 2 — MEMAHAMI SI KECIL SESUAI USIANYA

## HARI 13

# Usia 10+ Tahun — Tegass dengan Cinta, Bukan Kekerasan

"...dan pukullah mereka karena meninggalkan sholat ketika berusia sepuluh tahun, dan pisahkanlah tempat tidur mereka."  
(HR. Abu Dawud)

### ◆ KUTIPAN PARENTING

"Pukulan di sini adalah simbolis — tidak menyakiti, tidak meninggalkan bekas. Banyak ulama modern menganjurkan tidak memukul sama sekali."

— Syaikh Yusuf Al-Qaradawi

### MATERI HARI INI

Mom, hadits ini SERING banget disalahpahami. Banyak orangtua ngira ini artinya "kalau anak 10 tahun nggak sholat, pukul keras-keras!" Padahal **bukan itu maksudnya**.

Para ulama menjelaskan dengan sangat jelas: "**pukulan**" di sini adalah **pukulan simbolis — lemah lembut, tanpa menyakiti, tanpa meninggalkan bekas, tidak di wajah, dan hanya setelah semua cara lain gagal**. Tujuannya bukan fisik, tapi *pendisiplinan yang tegas tapi penuh kasih*.

Bahkan banyak ulama kontemporer (termasuk Yusuf Al-Qaradawi dan ulama parenting modern) menganjurkan untuk **tidak memukul sama sekali**, karena dampak psikologisnya bisa merusak. Mereka lebih merekomendasikan konsekuensi yang tegas tapi tanpa sentuhan fisik — seperti pengurangan privilege, komunikasi serius, atau dialog tegas dari hati ke hati.

Jadi Mom, yang sebenarnya dimaksud hadits ini adalah: di usia 10 tahun, **ketegasan harus naik level** — tapi tetap dalam koridor kelembutan dan cinta. Bukan "tanpa kompromi keras", tapi "batas yang jelas, konsekuensi yang mendidik, disampaikan dengan cinta".

**Mengapa usia 10 tahun krusial?** Karena sebentar lagi si kecil memasuki baligh (11-13 tahun). Kalau di usia 10 dia belum terbiasa sholat, masa baligh akan datang dengan kebiasaan buruk sudah mengakar. Dan saat itu **sholat wajib menjadi "hutang"** — setiap yang ditinggalkan adalah dosa.

### Strategi usia 10-13 (pra-baligh), Mom:

**(1) Ajak bicara sebagai "teman"**. Di usia ini si kecil mulai punya identitas sendiri. Berhenti memerintah kayak anak kecil. Mulai diskusikan: "Kamu sebentar lagi baligh, artinya dari Allah kamu udah dihitung amalnya sendiri. Kita siapkan yuk bareng-bareng."

**(2) Kenalkan konsekuensi akhirat dengan bijak.** Jelaskan tentang dosa, pahala, hari kiamat — tapi **seimbang dengan rahmat Allah**. **JANGAN** bikin anak takut sampai depresi. Buat dia paham bahwa ini serius, tapi Allah juga Maha Penyayang.

**(3) Kuatkan peran masjid (untuk anak laki-laki).** Di usia ini, sholat di masjid adalah investasi. Yang di usia 10 udah terbiasa ke masjid, di usia 20 akan tetap ke masjid.

**(4) Tegas pada sholat subuh.** Inilah sholat yang paling sering ditinggalkan. Bangunkan dengan lembut tapi konsisten. Jangan pernah biarkan si kecil tidur melewati subuh tanpa konsekuensi yang jelas.

**(5) Jangan menyerah kalau ada perlawanan.** Anak 10+ mulai memberontak. Itu wajar. Yang penting, **jangan berdebat di momen sholat**. Diskusi di luar waktu sholat. Saat waktu sholat: "Ini bukan debat, Sayang. Ini sudah kewajibanmu sekarang. Kita lakuin bareng ya."

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Duduk bicara dari hati minggu ini, bukan memerintah
2. Review apakah sholat subuh benar-benar dipatuhi semua anggota keluarga

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Kalau si kecil baligh bulan depan, apakah dia udah siap?*

## MINGGU 2 — MEMAHAMI SI KECIL SESUAI USIANYA

## HARI 14

# Refleksi Minggu Kedua

*"Dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat)."*  
(QS. Al-Hasyr: 18)

### ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Mendidik anak tanpa hadirnya hati orangtua sama saja menggarami lautan."*

— Elly Risman, Psikolog Parenting

### MATERI HARI INI

Mom, minggu kedua udah selesai. Kamu sekarang punya peta yang jauh lebih jelas:

- Usia 0-3: **JANGAN paksa ibadah** — fase tumbuh kembang, butuh tidur & cinta
- Usia 3-5: **fase pengenalan & teladan** — tampilkan sholat, jangan paksa
- Usia 5-7: **fase habit building** — konsisten, menyenangkan, bertahap
- Usia 7-10: **fase perintah** — tegas namun lembut, dengan alasan yang jelas
- Usia 10+: **fase persiapan baligh** — tegas-lembut, tanpa kekerasan fisik
- Fitrah anak — benih yang sudah ada, tinggal dirawat

Mom, hari ini luangkan waktu untuk **memetakan si kecil-mu**. Dia ada di fase mana? Apakah penanganan selama ini udah sesuai, atau ada yang perlu dikoreksi?

Pertanyaan penting, Mom: apakah si kecil "terlambat"? Misal, usianya udah 9 tahun tapi belum terbiasa sholat. **Nggak apa-apa** — masih ada waktu. Yang penting bukan kapan mulai, tapi bahwa kamu mulai *sekarang*.

Minggu depan kita akan masuk ke pembahasan yang lebih berat: bagaimana menghadapi tantangan — anak yang menolak, kesalahan yang sering kita buat sebagai orangtua (aku juga pernah!), kesabaran, dan peran pasangan.

### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Lihat si kecil dengan mata baru — di fase mana dia sekarang (0-3 / 3-5 / 5-7 / 7-10 / 10+)? Tulis 1 pendekatan yang paling cocok untuk fasenya.
2. Praktikkan 1 pendekatan itu hari ini — jangan nunggu besok. Contoh: kalau fase 5-7, ajak dia sholat maghrib bareng pakai mukena/sajadahnyanya.

**PERTANYAAN DARI HATI KE HATI**

*Dari semua fase yang dipelajari minggu ini, mana yang paling aku salah pahami selama ini tentang si kecil?*

mommysalma.com

## MINGGU 3 — MENGHADAPI TANTANGAN

## HARI 15

# Kenapa Si Kecil Menolak Sholat?

*"Ketahuilah bahwa kemenangan datang bersama kesabaran."  
(HR. Ahmad)*

#### ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Anak yang menolak ibadah bukan anak yang bermasalah — dia sedang memberi sinyal bahwa ada sesuatu yang perlu kita dengarkan lebih dalam."*

— Dr. Aisah Dahlan, Psikolog Keluarga

## MATERI HARI INI

Mom, kalau kamu lagi berjuang dengan si kecil yang menolak sholat — malas, menunda, bahkan berbohong — **kamu nggak sendirian**. Aku dulu juga gitu sama Nawyan. Ini masalah hampir semua mommy muslimah modern alami.

Tapi Mom, sebelum cari solusi, kita pahami dulu **akar masalahnya**. Si kecil nggak menolak sholat tanpa alasan. Biasanya ada salah satu (atau kombinasi) dari faktor berikut:

- (1) Nggak ada contoh yang konsisten di rumah.** Kalau Mom dan Ayah sholat bolong-bolong, si kecil akan nangkap pesan: "sholat itu nggak terlalu penting."
- (2) Pernah trauma dengan cara Mom nyuruh.** Bentakan, paksaan, hukuman — semua ini menciptakan asosiasi negatif. Aku bersaksi: Nawyan pernah kabur denger adzan, gara-gara aku dulu suka ancem dia kalau nggak sholat. Bertahun-tahun kemudian, otaknya masih menghubungkan sholat = situasi nggak nyaman.
- (3) Nggak paham *kenapa* harus sholat.** Anak hari ini lebih kritis. Mereka butuh alasan, bukan sekadar "pokoknya harus".
- (4) Terlalu banyak distraksi.** Game, YouTube, TikTok, temen chat. Di dunia yang penuh stimulasi, sholat terasa membosankan kalau nggak ditanamkan maknanya.
- (5) Pergaulan.** Kalau temen-temen terdekatnya nggak sholat, si kecil akan merasa "aneh" kalau dia sholat. Pressure temen sebaya lebih kuat dari pressure kita di usia tertentu.
- (6) Persepsi bahwa Allah jauh dan menakutkan.** Kalau dia dibesarkan dengan narasi "Allah marah, Allah menghukum" tanpa diseimbangkan dengan "Allah sayang, Allah dekat" — dia akan menghindari interaksi dengan Allah (termasuk sholat).

Yang perlu Mom lakukan pertama: **jangan langsung marahi penolakannya**. Cari **akarnya** dulu. Duduk bicara hati ke hati: "Nak, kenapa sih kamu susah sholat? Ceritain ke Mama."

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Ajak si kecil bicara tanpa emosi
2. Catat apa yang dia bilang

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Aku mendiagnosis dengan tepat, atau langsung judge 'kamu malas'?*

mommysalma.com

## MINGGU 3 — MENGHADAPI TANTANGAN

## H A R I 16

# Kesalahan yang Sering Kita Buat (Aku juga Pernah!)

*"Barangsiapa yang tidak menyayangi, maka dia tidak akan disayangi."  
(HR. Bukhari)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Menyiksa anak dengan kata-kata jauh lebih berbahaya daripada dengan pukulan.  
Kata bisa membekas seumur hidup."*

— Dr. Aisah Dahlan, Psikolog Keluarga

## MATERI HARI INI

Mom, hari ini kita jujur-jujuran. Banyak dari kita — dengan niat baik — justru melakukan hal-hal yang **merusak hubungan si kecil dengan sholat** dalam jangka panjang. Aku *pernah lakukan semua ini* ke Nawyan. Jadi ini aku tulis bukan untuk menghakimi, tapi untuk mengingatkan.

**Kesalahan #1: Membentak saat si kecil nggak sholat.** "Kamu ini GIMANA SIH! Udah diingetin berapa kali! SHOLAT!" Dia memang sholat saat itu — karena takut. Tapi dia akan mengasosiasikan sholat = Mama marah = nggak nyaman.

**Kesalahan #2: Pake sholat sebagai hukuman.** "Gara-gara kamu nakal, sholatnya tambah panjang!" Ini merusak makna sholat. Sholat harusnya anugerah, bukan beban.

**Kesalahan #3: Mempermalukan si kecil di depan orang lain.** "Itu anaknya nggak sholat lho!" di depan saudara atau tetangga. Si kecil akan dendam secara emosional.

**Kesalahan #4: Maksa sholat padahal Mom-nya sendiri nggak sholat.** Ini paling fatal, Mom. Si kecil akan melihat ini sebagai **hipokrisi**. "Ngapain aku harus sholat, Mama aja jarang sholat."

**Kesalahan #5: Bandingin dengan anak lain.** "Tuh liat, adikmu udah sholat! Kamu kapan?" Perbandingan membunuh motivasi internal. Si kecil akan benci adiknya **dan** benci sholat.

**Kesalahan #6: Mengabaikan usaha kecilnya.** Dia udah sholat tapi baru 2 rakaat dari 4 — Mom langsung marah. Padahal kalau dipuji 2 rakaatnya, besok dia mungkin mau 4 rakaat.

**Kesalahan #7: Terlalu fokus ke gerakan sempurna, abaikan hati.** "Itu rukumu kurang! Tanganmu salah! Ulangi!" — sampai si kecil stres dan benci sholat. Gerakan bisa diperbaiki pelan-pelan. Yang penting **hatinya nggak membenci sholat**.

**Kesalahan #8: Paksa ibadah di usia yang belum tepat.** Ini kesalahanku sama Nawyan — paksa bawa ke masjid subuh waktu dia bayi. Paksa sholat tarawih saat dia masih 4 tahun. Ancem konsekuensi. Semua dengan niat baik, tapi semua salah. Di fase itu, yang dibutuhkan bukan paksaan — tapi cinta dan teladan.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Review 1 minggu terakhir — pernah lakukan?
2. Kalau iya — minta maaf spesifik ke si kecil

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Dari 8 kesalahan, mana yang paling sering aku lakukan?*

mommysalma.com

## MINGGU 3 — MENGHADAPI TANTANGAN

## HARI 17

# Sabar & Konsisten — Kunci Utama, Mom

*"Dan perintahkanlah kepada keluargamu mendirikan sholat dan bersabarlah kamu dalam mengerjakannya..."*  
(QS. Thaha: 132)

### ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Kesuksesan mendidik anak bukan dari ledakan usaha sesekali, tapi dari kebiasaan kecil yang dilakukan dengan sabar setiap hari."*

— Ustadz Salim A. Fillah

## MATERI HARI INI

Mom, ayat di atas keren banget. Allah nyuruh kita perintahkan keluarga sholat — **lalu langsung menyambung dengan "bersabarlah"**. Kenapa? Karena Allah tahu, mendidik keluarga sholat itu nggak mudah. Butuh kesabaran panjang.

**Fakta brutal, Mom:** kamu mungkin akan mengingatkan si kecil untuk sholat **ribuan kali** sebelum dia sholat tanpa diingatkan. Dan itu normal. Itu bagian dari prosesnya.

Banyak mommy menyerah di titik yang salah. Setelah ngingetin 50 kali tanpa hasil, mereka bilang "ya udah, terserah kamu" — padahal mungkin di ingatan ke-51, habit itu akan terbentuk.

### Prinsip konsistensi:

**(1) Ingatkan dengan cara yang sama tiap waktu.** Adzan maghrib = "Nak, ayo wudhu." Konsisten. Nggak pake teori baru setiap minggu.

**(2) Jangan lewati satu hari pun.** Kalau satu hari kamu capek dan melewatkan, si kecil akan belajar: "Oh, ada hari di mana nggak diingatkan ternyata." Lebih baik singkat tapi tiap hari, daripada lama-lama tapi kadang.

**(3) Konsistensi = keamanan psikologis.** Si kecil butuh kejelasan aturan. Aturan yang berubah-ubah bikin dia bingung.

**(4) Sabar bukan pasif.** Sabar di sini bukan artinya diam aja dan menunggu. Sabar artinya **tetap bertindak dengan konsisten tanpa emosi negatif**.

**Cerita inspiratif dari kenalanku:** seorang ibu bertahun-tahun ngingetin anaknya sholat subuh. Anaknya sering kesal, kadang kasar. Sang ibu nggak pernah marah — cuma bangun dengan setia dan membangunkan anaknya. Di usia 23, sang anak bilang: "Ma, aku minta maaf. Kalau bukan karena

kamu yang membangunkanku ribuan kali, aku mungkin udah jadi anak yang hilang."

Mom, **kesabaranmu hari ini adalah warisanmu besok.**

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Ingatkan dengan cara sama tiap waktu
2. Kalau menolak: tarik nafas, senyum, 'kita sholat bareng'

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Aku nyerah terlalu cepat, atau sabar dengan cara salah?*

mommysalma.com

## MINGGU 3 — MENGHADAPI TANTANGAN

HARI 18

# Peran Ayah & Ibu — Nggak Bisa Solo, Mom

*"Seorang suami adalah pemimpin di keluarganya, dan ia bertanggung jawab atas mereka. Seorang istri adalah pemimpin di rumah suaminya dan atas anak-anaknya, dan ia pun bertanggung jawab atas mereka."*

(HR. Bukhari Muslim)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Ayah yang sering mengajak anaknya bicara dari hati tentang iman, punya pengaruh paling besar pada pertumbuhan spiritual anak itu."*

— Prof. Christian Smith, Universitas Notre Dame

## MATERI HARI INI

Mom, dalam Islam, ayah dan ibu punya peran yang **komplementer** — saling melengkapi, bukan saling menggantikan. Kalau salah satu nggak berperan, timpang. Kalau keduanya berperan sesuai fitrahnya, harmoni.

### Peran ayah dalam pendidikan sholat:

- (1) **Figur otoritas & ketegasan.** Ayah secara fitrah dipersepsi anak sebagai pemimpin. Kalau ayah tegas tentang sholat, si kecil nangkap pesan: "Ini serius."
- (2) **Pemimpin sholat berjamaah di rumah.** Ayah yang memimpin sholat maghrib untuk keluarga — ini membangun bonding spiritual yang luar biasa.
- (3) **Model laki-laki sholeh untuk anak laki-laki.** Anak laki-laki butuh tahu bahwa "laki-laki beneran itu sholat" — dan itu dia pelajari dari ayahnya, bukan dari buku.
- (4) **Pembawa anak laki-laki ke masjid.** Tradisi ayah-anak ke masjid adalah salah satu kenangan paling berpengaruh dalam hidup seorang laki-laki muslim.

### Peran ibu dalam pendidikan sholat:

- (1) **Pemelihara suasana spiritual di rumah.** Mom ada 24 jam bersama si kecil (biasanya). Mom yang menyetel adzan, yang mengingatkan dengan lembut, yang bikin sholat terasa hangat.
- (2) **Guru fiqih pertama.** Mayoritas anak muslim belajar wudhu pertama kali dari Mama-nya, bukan Papa-nya. Mom yang ngajarin detail-detail awal.

**(3) Role model khusyuk untuk anak perempuan.** Anak perempuan mengamati Mom-nya — bagaimana Mom sholat, bagaimana Mom berdoa, bagaimana Mom sabar menanti waktu sholat.

**(4) Sumber doa yang nggak pernah putus.** Doa ibu punya posisi spesial dalam Islam. Mom yang selalu mendoakan si kecil di setiap sholat adalah senjata spiritual paling ampuh.

**Kalau salah satu nggak berperan:** Mom akan kewalahan ambil dua peran. **Solusi:** komunikasi & pembagian peran yang jelas dengan pasangan.

**Single mommy:** minta Allah menggantikan peran yang hilang. Cari support — kakek/nenek, paman/bibi, komunitas masjid — untuk membantu mengisi. Pahalamu dilipatgandakan karena berjuang sendirian.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Diskusi dengan pasangan: peran mana yang belum optimal?
2. Kalau merasa sendirian: bicara terus terang

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Kami 'satu tim', atau masing-masing jalan sendiri?*

## MINGGU 3 — MENGHADAPI TANTANGAN

H A R I 19

# Lingkungan Si Kecil Mempengaruhinya, Mom

*"Perumpamaan teman yang baik dan teman yang buruk adalah seperti penjual minyak wangi dan pandai besi..."*  
(HR. Bukhari)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Lingkungan adalah madrasah kedua bagi anak. Pilih sekolahnya, pilih temannya, pilih tontonannya — karena mereka ikut mendidik anakmu setiap hari."*

— Ustadz Budi Ashari

## MATERI HARI INI

Mom, si kecil nggak dibesarkan oleh kita aja. Dia juga dibesarkan oleh **lingkungan**. Dan lingkungan hari ini nggak ramah pada sholat — kecuali kita sengaja memilih dan membangunnya.

**Fakta, Mom:** si kecil yang tumbuh di lingkungan di mana semua temennya nggak sholat, akan merasa aneh kalau dia sholat. Sebaliknya, yang tumbuh di lingkungan di mana temennya ke masjid, akan otomatis ikut.

Ini bukan soal "membatasi pergaulan" — ini soal **memfasilitasi pergaulan yang baik**.

**Strategi membangun lingkungan yang mendukung:**

- (1) Pilih sekolah dengan cermat.** Sekolah yang sholat berjamaah nggak cuma mengajarkan sholat — mereka menormalisasinya. Di usia SD, temen sekolah lebih berpengaruh dari orangtua dalam membentuk "apa yang normal".
- (2) Aktifkan TPA/pengajian anak.** Walaupun sekolahnya umum, TPA sore bisa jadi penyeimbang. Di sini si kecil bertemu temen-temen sholeh, bermain sambil belajar agama.
- (3) Ajak ke masjid lingkungan.** Masjid bukan cuma tempat sholat — tempat si kecil bertemu temen seusianya yang sholat. Ini membentuk peer group positif.
- (4) Bangun komunitas keluarga sholeh.** Cari 3-5 keluarga yang visi parentingnya sama. Sering ketemu, makan bareng, jalan bareng. Anak-anak akan saling menginspirasi.
- (5) Hati-hati dengan keluarga besar yang nggak mendukung.** Kadang saudara/paman/bibi justru menertawakan si kecil yang sholat. "Alah, belum waktunya juga kok sholat terus!" Ini merusak, Mom. Lindungi si kecil dari komentar ini — dengan sopan.

**(6) Seleksi tontonan & konten.** Kalau content creator yang ditonton si kecil semua gaya hidup hedonis tanpa Islam, pelan-pelan kenalkan creator muslim yang inspiratif. Hari ini banyak pilihan — nggak ada alasan.

**Catatan keras, Mom:** kalau lingkungan tempat tinggalmu sangat sulit — anak-anak sekitar nggak ada yang sholat, tetangga nggak peduli — **pertimbangkan pindah.** Rasulullah pernah menyuruh orang pindah ke tempat yang lebih baik untuk agama. Ini bukan drama — ini serius.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Skor 1–10 lingkungan si kecil
2. Pilih 1 area terlemah, buat rencana

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Aku berusaha sendiri, atau manfaatkan kekuatan lingkungan?*

## MINGGU 3 — MENGHADAPI TANTANGAN

## H A R I 20

# Strategi Jitu Hadapi Si Kecil yang Malas

*"Sesungguhnya pertolongan itu datang bersama kesabaran..."*  
(HR. Ahmad)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Beri anak pilihan dalam batas yang wajar — dari situ mereka belajar ambil keputusan yang baik."*

— Jim Fay, *Love and Logic*

## MATERI HARI INI

Mom, ini materi paling praktis. Kalau kamu punya si kecil yang selalu ngulur-ngulur, nggak langsung sholat ketika diingetin, atau terang-terangan malas — ini untukmu.

**Strategi #1: Hilangkan friksi.** Kenapa dia malas? Kadang karena ada hambatan kecil yang besar di matanya. Sajadah susah dicari, air keran jauh, mukena kotor. Sederhanakan semuanya. Siapkan "pojok sholat" yang rapi.

**Strategi #2: Transisi, bukan instruksi mendadak.** Si kecil yang lagi asyik main tiba-tiba disuruh sholat akan resisten. Solusi: kasih warning 5-10 menit sebelumnya. "Nak, 10 menit lagi maghrib ya, mulai selesaikan mainanmu."

**Strategi #3: Sholat bareng, bukan nyuruh.** Kata "SHOLAT!" dari ruang lain = instruksi yang bisa diabaikan. Tapi kamu duduk di sampingnya, matikan TV, berdiri dan bilang "Ayo kita sholat sama-sama" — sulit ditolak.

**Strategi #4: Gamifikasi kecil.** Buat "sholat chart" seminggu dengan stiker. Isi bareng si kecil. Kalau sebulan penuh konsisten, ada reward yang disepakati (bukan materi berlebihan — tapi quality time kayak camping bareng).

**Strategi #5: Kaitkan dengan hal yang dia suka.** Si kecil suka sepakbola? Cerita bagaimana pemain bola muslim terkenal menghentikan latihan untuk sholat. Suka gaming? Ada game muslim dengan tokoh sholat.

**Strategi #6: Jangan marah di waktu sholat, diskusikan di waktu lain.** Saat dia malas, fokus ke "ayo sholat dulu" tanpa marah. Setelah sholat atau besoknya di waktu santai, duduk bicara: "Tadi kenapa sih susah banget diajak sholat?"

**Strategi #7: Cerita konsekuensi dengan dongeng, bukan ancaman.** Anak nggak terpengaruh ancaman langsung. Tapi mereka terpengaruh cerita. Cerita tentang orang yang menyesal ninggalin

sholat.

**Strategi #8: Tunjukkan doamu untuknya.** Bilang ke si kecil: "Mama mendoakan kamu setiap sholat. Mama mau lihat kamu di surga nanti." Ini bukan manipulasi — ini pengungkapan kasih sayang yang jujur.

**Strategi #9: Bikin sholat subuh spesial.** Setelah sholat subuh, ada waktu cerita pendek, minum coklat hangat, ngobrol santai sama Mom. Si kecil akan bangun dengan semangat karena tahu ada yang menyenangkan setelah sholat.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Pilih 2 strategi, terapkan hari ini
2. Evaluasi minggu depan

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Aku lebih banyak marah atau mencari strategi?*

## MINGGU 3 — MENGHADAPI TANTANGAN

## HARI 21

## Refleksi Minggu Ketiga

*"Barangsiapa bersungguh-sungguh, sesungguhnya kesungguhannya itu adalah untuk dirinya sendiri."  
(QS. Al-Ankabut: 6)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Kesabaran mendidik anak itu bukan sabar yang diam menunggu, tapi sabar yang terus bergerak."*

— Ustadz Abdullah Gymnastiar

## MATERI HARI INI

Mom, minggu paling "berat" udah dilewati. Kamu sekarang punya perangkat untuk menghadapi realitas — bukan sekadar teori.

Yang udah kita pelajari:

- Akar masalah kenapa si kecil menolak sholat
- 8 kesalahan fatal yang harus dihentikan
- Kekuatan sabar dan konsistensi
- Peran komplementer ayah & ibu
- Membangun lingkungan yang mendukung
- 9 strategi konkret menghadapi si kecil yang malas

**Pertanyaan jujur untuk hari ini, Mom:**

Udahkah kamu benar-benar *bertindak* dari minggu pertama? Atau kamu cuma baca dan ngangguk-angguk?

Perubahan sejati datang dari tindakan, bukan pengetahuan. Kalau sampai hari 21 belum ada yang berubah di rumahmu — itu alarm bahwa kamu perlu lebih serius.

Minggu depan kita masuk ke minggu terakhir: **motivasi berkelanjutan**. Karena satu hal yang paling sulit bukan memulai — tapi bertahan. Bulan pertama semangat, bulan kedua stabil, bulan ketiga mulai bosan. Kita akan belajar menjaga api tetap menyala.

## TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Tulis 1 perubahan positif yang Mom rasakan di rumah sejak mulai perjalanan ini.

2. Kasih diri sendiri apresiasi hari ini — me-time 30 menit: minum teh hangat, baca buku, atau apapun yang Mom sukai.

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Dari 21 hari ini, apa insight paling mengubah cara pandangku?*

mommysalma.com

## MINGGU 4 — MOTIVASI BERKELANJUTAN

H A R I 22

# Bertahan untuk Jangka Panjang

*"Amalan yang paling dicintai Allah adalah yang paling konsisten, meskipun sedikit."*

*(HR. Bukhari Muslim)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Perbaikan kecil yang dilakukan setiap hari, adalah kunci hasil luar biasa dalam jangka panjang."*

— James Clear, penulis *Atomic Habits*

## MATERI HARI INI

Mom, salah satu pelajaran terpenting dalam mendidik sholat si kecil adalah: **ini maraton, bukan sprint**.

Bulan pertama kamu semangat. Bulan kedua rutinitas jalan. Bulan ketiga mulai bosan. Bulan keenam ada momen ingin menyerah. Tahun kedua kamu lupa pernah serius. Tahun kelima kamu baru sadar si kecil udah **terbentuk**.

Pertanyaan kuncinya: **gimana cara menjaga semangat, Mom?**

**Prinsip #1: Motivasi datang dari makna, bukan perasaan.** Perasaan naik-turun. Hari ini semangat, besok malas — itu normal. Yang harus konsisten bukan perasaan, tapi **alasan kenapa**. Setiap kali mulai lelah, kembali ke: "Aku lakuin ini untuk akhirat si kecil dan akhiratku."

**Prinsip #2: Lingkungan yang memperkuat.** Kelilingi dirimu dengan mommy lain yang juga serius. Ikut komunitas parenting islami. Dengar podcast parenting. Saat motivasimu turun, lingkunganmu akan menariknya naik lagi.

**Prinsip #3: Celebrate small wins.** Jangan tunggu si kecil jadi sholeh sempurna baru merasa berhasil. Setiap sholat yang dia lakukan hari ini, itu kemenangan. Syukuri. Cerita ke pasangan. Tulis di jurnal.

**Prinsip #4: Self-care juga penting.** Mom yang burnout nggak bisa mendidik dengan baik. Istirahat cukup, olahraga, spend time dengan pasangan, jaga ibadahmu sendiri. Kamu nggak bisa kasih dari cangkir yang kosong.

**Prinsip #5: Minta pertolongan Allah setiap hari.** Jangan remehkan doa, Mom. Dalam sujud terakhir setiap sholat, doakan khusus tentang si kecil. Allah yang membolak-balikkan hati. Kamu cuma perantara — Allah yang Maha Kuasa.

**Prinsip #6: Perjalanan ini mengubah dirimu juga.** Yang menarik dari mendidik sholat si kecil adalah — **kamu yang akhirnya jadi lebih sholat.** Prosesnya memurnikan kamu juga. Syukuri ini, Mom.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Beli 1 buku parenting islami yang bikin Mom penasaran (contoh: karya Ustadz Budi Ashari, Dr. Aisah Dahlan, atau Elly Risman). Pesan hari ini.
2. Tonton 1 video parenting islami di YouTube hari ini — cari topik yang paling Mom butuhkan sekarang.

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Apa yang bikin motivasiku turun? Gimana cegahinya?*

mommysalma.com

## MINGGU 4 — MOTIVASI BERKELANJUTAN

H A R I 23

# Investasi Dunia & Akhirat Sekaligus

*"Dunia adalah ladang akhirat."  
(Hikmah klasik)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Mendidik anak untuk akhirat, bukan berarti mengorbankan dunianya. Justru anak yang kuat iman akan lebih sukses di dunia — karena dia punya disiplin, akhlak, dan tujuan yang jelas."*

— Ustadz Adi Hidayat

## MATERI HARI INI

Mom, banyak yang salah paham — menganggap "fokus sholat anak" dan "fokus dunia anak" itu dua hal terpisah. Sebenarnya **mereka saling menguatkan**.

**Si kecil yang sholat cenderung lebih sukses di dunia juga.** Kenapa, Mom?

**(1) Disiplin waktu.** Sholat 5 kali sehari melatih disiplin yang nggak tergantikan oleh les manapun. Anak yang terbiasa bangun subuh di usia 7, akan mudah bangun pagi di usia 17 untuk ujian atau di usia 27 untuk kerja.

**(2) Pengendalian diri.** Sholat melatih "menunda kesenangan" — berhenti main untuk wudhu dan sholat. Skill penting untuk sukses akademik, karier, dan hubungan.

**(3) Ketenangan dan fokus.** Riset menunjukkan anak yang rutin beribadah punya tingkat kecemasan lebih rendah dan fokus lebih baik. Sholat dengan kesadaran adalah bentuk "mindfulness" terstruktur.

**(4) Karakter yang kuat.** Anak yang takut pada Allah nggak akan mudah curang, bohong, bullying, atau mencuri. Karakter baik = reputasi baik = peluang lebih besar dalam hidup.

**(5) Support system spiritual.** Si kecil yang terhubung dengan Allah nggak mudah depresi, nggak mudah menyerah, resilience tinggi. Di era mental health crisis, ini perlindungan yang sangat berharga.

Mom, jangan pernah mikir: "Kalau aku fokus ngajarin sholat, nanti prestasi akademiknya turun." Nggak. Si kecil yang sholat dengan baik cenderung **lebih baik** akademiknya, karena disiplin dan fokusnya terlatih.

Banyak CEO, dokter, profesor muslim yang bilang rahasianya — mereka dibangun di rumah yang ketat soal sholat. Kebiasaan sholat subuh jadi fondasi produktivitas seumur hidup.

Jadi, Mom — ketika kamu invest di sholat si kecil, kamu nggak "mengorbankan" kesuksesan duniawinya. Kamu lagi **membangun fondasinya**.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Tulis '5 skill hidup dari sholat'
2. Ceritakan ke si kecil

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Apakah aku anggap akademik lebih 'produktif' dari sholat?*

mommysalma.com

## MINGGU 4 — MOTIVASI BERKELANJUTAN

H A R I 24

# Doa Ibu — Senjata Rahasia Kita, Mom

*"Tiga doa yang mustajab: doa orangtua untuk anaknya, doa orang yang berpuasa, dan doa musafir."  
(HR. Baihaqi, hasan)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Doa ibu itu naik tanpa hijab menuju langit."*

— Ustadz Hanan Attaki

**MATERI HARI INI**

Mom, ada satu kekuatan yang kita sering lupakan: **doa**. Kita sibuk mengatur, menasihati, memarahi, mengawasi — tapi jarang serius dalam mendoakan.

Padahal Mom, hati manusia ada di tangan Allah. Kamu bisa nyuruh si kecil sholat 1000 kali, tapi kalau hatinya nggak dibukakan Allah, nggak akan berubah. Sebaliknya, satu doa yang tulus di waktu mustajab bisa mengubah seluruh hidupnya.

**Waktu-waktu mustajab untuk mendoakan si kecil:**

- (1) Sepertiga malam terakhir.** Bangun 30 menit sebelum subuh, sholat tahajud, lalu berdoa khusus untuk si kecil. Sebut namanya. Mintakan hidayah, kekhusyukan, ketaatan.
- (2) Sujud terakhir di setiap sholat.** Rasulullah bilang momen sujud adalah saat hamba paling dekat dengan Allah. Manfaatkan setiap sujud untuk menyebut nama si kecil.
- (3) Antara adzan dan iqamah.** Waktu yang nggak ditolak doa.
- (4) Saat berbuka puasa.** Waktu mustajab yang jarang dimanfaatkan.
- (5) Waktu hujan turun.** Waktu yang disebut Rasulullah sebagai waktu dikabulkannya doa.

**Contoh doa untuk si kecil (bisa Mom hafalkan):**

*"Rabbij'alnii muqiimash sholaati wa min dzurriyyatii, Rabbanaa wa taqabbal du'aa"* — "Ya Tuhanku, jadikanlah aku dan anak cucuku orang yang tetap mendirikan sholat. Ya Tuhan kami, terimalah doaku." (QS. Ibrahim: 40-41).

Tambahkan doa personal dalam bahasa yang kamu mengerti: "Ya Allah, [nama si kecil] adalah amanahMu. Aku nggak bisa mengendalikan hatinya, tapi Engkau bisa. Buka hatinya untuk mencintai sholat. Jadikan sholat jadi makanan ruhnya. Kumpulkan dia bersamaku di surga."

**PERINGATAN KERAS, Mom:** jangan pernah, **PERNAH**, mendoakan buruk untuk si kecil walau dalam keadaan sangat marah. Doa orangtua mustajab, *termasuk yang buruk*. Banyak mommy menyesal karena saat marah pernah mendoakan "semoga celaka" pada anaknya, dan doa itu ternyata terkabul dalam bentuk ujian hidup.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Hafal doa 'Rabbij'alnii muqiimash sholaati'
2. Tahajud 2 rakaat, doakan si kecil dengan nama

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Kapan terakhir aku serius berdoa untuk si kecil dari hati?*

mommysalma.com

## MINGGU 4 — MOTIVASI BERKELANJUTAN

## H A R I 25

# Mom, Si Kecil Itu Cerminanmu

*"Anak-anak adalah peniru ulung. Mereka nggak mendengarkan yang kamu katakan — mereka merekam yang kamu lakukan."  
(Prinsip parenting)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Anak tidak pernah pandai mendengarkan orangtuanya, tapi tidak pernah gagal meniru mereka."*

— James Baldwin, Penulis

**MATERI HARI INI**

Mom, selama 24 hari, kita banyak ngomongin si kecil. Hari ini, kembali ke **diri kita**.

Ada kebenaran yang nggak bisa ditolak: **si kecil akan menjadi versi dari dirimu**. Bukan dari ceramahmu. Bukan dari menu pendidikan agama yang kamu pilih. Bukan dari sekolah mahal yang kamu bayar. Tapi dari **dirimu sendiri** — dari gesture harianmu, dari caramu memperlakukan Allah, dari konsistensimu.

**Bayangkan, Mom:** 20 tahun dari sekarang, si kecil dewasa. Dia udah berkeluarga. Kebiasaan-kebiasaan apa yang dia bawa dari rumahnya dulu?

Kalau di rumahmu hari ini:

- Adzan dikumandangkan dan semua berhenti untuk sholat → rumahnya nanti juga begitu
- TV terus menyala melewati adzan → rumahnya nanti juga begitu
- Sholat subuh berjamaah → anak-anaknya akan sholat subuh
- Subuh kesiangan → anak-anaknya akan kesiangan
- Sholat tepat waktu → sholat anak-anaknya tepat waktu
- Sholat di ujung waktu → sholat anak-anaknya di ujung waktu

Itulah hukum tak tertulis dari pendidikan, Mom. Si kecil mewarisi **pola hidupmu**, bukan wejanganmu.

**Pertanyaan berat:** kalau kamu harus jujur, apakah kamu mau si kecil sholat **sepersis** kamu sholat saat ini? Dengan waktu yang sama, khusyuk yang sama, konsistensi yang sama?

Kalau jawabannya "nggak" — maka sebelum mengubah si kecil, **ubah dirimu**. Nggak ada jalan pintas.

**Kabar baiknya:** proses ini menguntungkan ganda. Setiap perbaikan sholatmu adalah (1) amal untuk dirimu sendiri, (2) investasi untuk si kecil. Satu tindakan, dua pahala.

**TINDAKAN MOMMY HARI INI**

1. Hari ini, sengaja sholat di depan si kecil — bukan di kamar tertutup. Biar dia lihat Mom khusyuk menghadap Allah.
2. Perhatikan 1 kebiasaan Mom yang sering ditiru si kecil (baik atau kurang baik). Tulis: yang mau dipertahankan vs yang mau diubah mulai besok.

**PERTANYAAN DARI HATI KE HATI**

*Kalau si kecil meniru sholatku 100%, aku puas atau malu?*

mommysalma.com

## MINGGU 4 — MOTIVASI BERKELANJUTAN

H A R I 26

# Rayakan Progres Kecil Si Kecil, Mom

*"Siapa yang tidak bersyukur atas yang sedikit, tidak akan bersyukur atas yang banyak."  
(Prinsip hidup)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Tangkap anakmu saat dia melakukan hal baik. Puji hal-hal yang Mom ingin lihat lebih sering dari dia."*

— Prof. John Gottman, Peneliti Keluarga

**MATERI HARI INI**

Mom, kita sering punya "standar ideal" di kepala — si kecil sholat 5 waktu tepat waktu, di masjid, khusyuk, tanpa diingatkan. Masalahnya, **itu standar akhir**. Kalau kita terus-menerus membandingkan realita si kecil hari ini dengan standar itu, kita akan selalu kecewa. Dan kekecewaan kita terasa oleh si kecil.

**Solusinya, Mom:** rayakan **progress**, bukan cuma **pencapaian akhir**.

**Apa itu progress kecil yang layak dirayakan?**

- (1) Si kecil yang sebelumnya menolak mukena, hari ini pakai sendiri. ► **progress besar**.
- (2) Biasanya sholat setelah diingatkan 3 kali, hari ini sholat setelah 1 kali. ► **progress**.
- (3) Gerakannya acak, mulai ikuti urutan dengan benar. ► **progress**.
- (4) Biasanya sholat cuma 2 rakaat dari 4, hari ini 3 rakaat. ► **progress**.
- (5) Subuh susah bangun, hari ini bangun setelah 2x dipanggil (biasanya 5x). ► **progress**.

**Cara merayakan, Mom:**

- Pujian spesifik, bukan umum. Jangan cuma "Pintar!" — tapi "Mama bangga tadi kamu langsung wudhu waktu Mama panggil. Keren banget."
- Sentuhan fisik positif. Peluk, cium kening, tepuk bahu.
- Cerita ke orang lain di depan si kecil. "Tadi [nama anak] sholat sendiri tanpa disuruh lho, Bu!" ke nenek/tante.
- Jurnal progress. Simpan catatan "hari ini si kecil melakukan Y".

**Yang harus dihindari, Mom:** meremehkan progress kecil. "Masa cuma 3 rakaat aja dipuji!" — sikap ini membunuh semangat si kecil.

Prinsip mendalam: si kecil yang merasa dihargai atas usahanya akan terus berusaha. Yang selalu merasa kurang akan menyerah.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Cari 1 progress si kecil yang selama ini Mom lewatkan
2. Rayakan dengan pujian spesifik + peluk

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Rasio kritik:apresiasi dari aku ke si kecil berapa?*

mommysalma.com

## MINGGU 4 — MOTIVASI BERKELANJUTAN

HARI 27

# Ketika Mom Lelah & Pengen Nyerah

"Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."  
(QS. Al-Insyirah: 5-6)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

"Kamu nggak bisa menuangkan air dari cangkir yang kosong. Isi dulu dirimu sebelum memberi pada orang lain."

— Pepatah bijak

## MATERI HARI INI

Mom, ini materi yang nggak banyak dibicarakan di buku parenting, tapi penting banget: **Mom juga manusia biasa**. Kita punya hari-hari ketika lelah, kecewa, ingin berhenti berjuang.

Ada momen-momen ketika Mom akan merasa:

- "Aku udah mencoba segalanya, si kecil tetap malas sholat"
- "Kenapa anak-anak orang lain kelihatannya mudah didisiplinkan?"
- "Mungkin aku bukan ibu yang baik"
- "Sepertinya usahaku percuma"
- "Aku terlalu capek untuk meneruskan"

Semua perasaan ini **wajar, Mom**. Aku juga pernah merasakannya. Setiap mommy sholehah pernah mengalaminya. Rasulullah sendiri pernah merasakan beban berat dalam mendakwahkan keluarganya.

### Yang perlu Mom pahami:

**(1) Hasil bukan di tanganmu.** Tugasmu adalah **berusaha**. Yang membolak-balikkan hati adalah Allah. Kamu tanam benih dengan baik — soal kapan tumbuh, sebagus apa tumbuhnya, itu urusan Allah. Cukup kamu udah berusaha.

**(2) Timeline Allah berbeda dari timelinemu.** Mungkin kamu mau si kecil sholat sempurna di usia 10. Tapi Allah bisa jadi menakdirkan dia baru benar-benar mencintai sholat di usia 22. Nggak apa. Usahamu tetap dicatat.

**(3) Kamu nggak sendirian.** Tuan-tuan rumah di seluruh dunia muslim sedang berjuang dengan tantangan serupa. Bahkan sahabat Nabi pun punya anak yang bermasalah. Itu bukan indikator kegagalanmu — itu bagian dari ujian hidup.

**(4) Energi spiritualmu perlu diisi.** Kalau kamu lelah — tambah ibadah, tambah doa, tambah tilawah. Bukan sekadar istirahat fisik. Kelelahan spiritual perlu obat spiritual.

**(5) Cerita ke orang yang tepat.** Jangan memendam. Cerita ke pasangan, sahabat sholehah, guru ngaji, konselor muslim. Beban yang dibagi jadi ringan. (Kalau kamu butuh support, Mom — gabung aja komunitas kami, aku juga ada di sana.)

**Pesan penting, Mom:** kadang, ketika kamu merasa paling nggak berhasil — **saat itulah pengaruhmu sedang paling mendalam.** Si kecil mungkin nggak menunjukkan di luar, tapi di dalam dirinya sedang terjadi perubahan. Jangan menyerah di titik yang salah.

Ingat selalu, Mom: pahalamu bukan dari hasil, tapi dari **usaha yang konsisten.** Allah melihat setiap upaya kecilmu.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Kalau lelah: izinkan diri istirahat
2. Sholat hajat, curhat ke Allah
3. Hubungi 1 support

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Kapan terakhir aku hampir nyerah? Apa yang bikinku bertahan?*

## MINGGU 4 — MOTIVASI BERKELANJUTAN

H A R I 28

# Pasangan Hidup, Tim Terbaik Kita

*"Mukmin dengan mukmin lainnya seperti sebuah bangunan yang saling menguatkan."  
(HR. Bukhari)*

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Tim dari ayah dan ibu yang satu visi, adalah fondasi tempat karakter anak dibangun."*

— Dr. Stephen Covey, 7 Habits

## MATERI HARI INI

Mom, mendidik si kecil bukan pekerjaan solo. Butuh **tim**. Dan tim utama kita adalah pasangan — serta keluarga besar, kalau memungkinkan.

### Dukungan Pasangan:

**(1) Visi bersama.** Diskusikan dan sepakati: "Di keluarga kita, prioritas utama pendidikan si kecil itu apa?" Kalau jawabannya "sholat", pasangan juga harus sepakat. Tanpa kesepakatan ini, suami-istri sering saling tarik-menarik dan si kecil bingung.

**(2) Kompak dalam aturan.** Nggak boleh: ayah larang, ibu bolehkan. Atau ayah kasih hukuman, ibu belakangan ngasih hadiah diam-diam. Ini merusak otoritas dan konsistensi.

**(3) Saling mengingatkan dengan baik.** Kalau salah satu mulai malas/marah-marah ke si kecil, pasangan harus bisa mengingatkan dengan lembut. Bukan menegur di depan si kecil — tapi di waktu berdua.

**(4) Pembagian peran yang sehat.** Ayah ambil bagian apa, ibu apa. Nggak semua harus dipukul rata. Sesuaikan dengan jadwal, kekuatan masing-masing.

**(5) Evaluasi berkala.** Seminggu sekali atau sebulan sekali, duduk berdua tanpa si kecil. Evaluasi: bagaimana kondisi si kecil? Apa yang perlu disesuaikan?

### Dukungan Keluarga Besar:

**(1) Libatkan kakek-nenek yang sholeh.** Mereka bisa jadi support system luar biasa. Minta mereka untuk juga mengingatkan sholat.

**(2) Ajak saudara/sepupu yang sholeh untuk sering bertemu.** Si kecil lihat sepupunya yang sholat akan termotivasi.

**(3) Hadapi dengan bijak keluarga yang menggoda si kecil menjauhi sholat.** Ada aja paman/bibi yang ketawa: "Ngapain sholat terus, masih kecil juga!" Ini berbahaya. Komunikasikan dengan baik — atau batasi interaksi.

**Kalau pasanganmu nggak sejalan, Mom:** ini PR berat. Jangan menyerah, tapi juga jangan memaksakan dengan cara yang menyakitkan hubungan. Ajak bicara dari hati, bukan ceramahi. Mulai dari perubahan sendiri dulu — pasangan akan lihat dampaknya perlahan dan mungkin tergerak.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Duduk bicara dengan pasangan malam ini
2. Minta bantuan kakek/nenek sholeh

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Kami 'satu tim', atau masing-masing jalan sendiri?*

## MINGGU 4 — PENUTUP &amp; KOMITMEN

H A R I 29

# Visi Keluarga Sakinah yang Sholat Berjamaah

*"Ya Tuhan kami, anugerahkanlah kepada kami pasangan kami dan keturunan kami sebagai penyejuk hati kami..."*  
(QS. Al-Furqan: 74)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

*"Rumah adalah sekolah pertama, dan orangtua adalah guru pertama. Sekolah paling hebat adalah rumah yang penuh kebahagiaan."*

— Dr. Bambang Trim, Pendidik Keluarga

## MATERI HARI INI

Mom, di penghujung perjalanan 30 hari ini, mari kita angkat pandangan jauh ke depan. **Apa visi keluarga yang kamu ingin bangun?**

Bayangkan 15-20 tahun dari sekarang:

- Si kecil udah dewasa, udah berkarier, mungkin udah punya anak juga.
- Hari Raya Idul Fitri, rumahmu ramai. Anak-anak, menantu, cucu semua berkumpul.
- Waktu maghrib tiba. Adzan dikumandangkan.
- **Tanpa perlu diingatkan**, semua anak dan menantumu berdiri, menyiapkan sajadah. Cucu-cucumu mengikuti.
- Kamu — yang udah tua — dipersilakan menjadi imam. Tapi kamu senyum danunjuk anak laki-lakimu: "Kamu aja."
- Seluruh keluarga sholat berjamaah. 3 generasi. Di rumah yang kamu bangun.

Itulah **visi keluarga sakinah dalam Islam, Mom**. Bukan keluarga kaya, bukan keluarga terkenal, bukan keluarga yang anak-anaknya bergelar internasional — **keluarga yang sholat berjamaah**.

Visi ini bukan khayalan. Ini **doa** yang Allah abadikan dalam Al-Qur'an: "Jadikanlah istri/suami dan anak-anak kami sebagai *qurrota a'yun* — penyejuk mata."

Apa itu penyejuk mata? Dalam bahasa Arab, ini idiom untuk **kebahagiaan paling dalam**. Mata kita "sejuk" — tenang melihat pasangan dan anak-anak, karena mereka semua **mencintai Allah**.

Visi ini nggak terwujud dalam semalam, Mom. Ini hasil dari **1000+ malam konsisten** yang kamu mulai hari ini.

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Tulis 'Family Vision Statement' 1 halaman
2. Ambil foto keluarga, tulis: 'Perjalanan dimulai hari ini'

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Aku sedang menuju visi keluarga yang aku inginkan, atau menjauhinya?*

mommysalma.com

## MINGGU 4 — PENUTUP &amp; KOMITMEN

## H A R I 30

# Komitmen Seumur Hidup & Langkah Selanjutnya

"...Maka berlomba-lombalah kalian dalam (mengerjakan) kebaikan."  
(QS. Al-Baqarah: 148)

## ◆ KUTIPAN PARENTING

"Tidak ada kesuksesan dalam hidup yang lebih berharga daripada melihat anakmu tumbuh jadi pribadi yang mencintai Allah."

— Mommy Salma

## MATERI HARI INI

**Selamat, Mom.** Kamu udah menyelesaikan perjalanan 30 hari. Ini bukan pencapaian kecil — ini menunjukkan kamu adalah mommy yang peduli dan serius.

Tapi hari ke-30 bukan **akhir**, Mom. Ini titik awal dari perjalanan seumur hidup.

**Refleksi 30 hari bareng:**

- Minggu 1: Meluruskan mindset — memahami kenapa ini penting
- Minggu 2: Memahami si kecil sesuai usianya
- Minggu 3: Menghadapi tantangan praktis
- Minggu 4: Motivasi yang berkelanjutan

Mom, kamu sekarang punya **peta lengkap**. Tapi peta nggak berguna kalau nggak dijalani.

**Komitmen yang perlu Mom buat hari ini:**

**(1) Komitmen pada diri sendiri.** Aku akan terus memperbaiki sholatku sebagai fondasi pendidikan si kecil. Aku nggak akan jadi ibu yang menyuruh sholat sambil sendirinya bolong-bolong.

**(2) Komitmen pada si kecil.** Aku akan sabar, konsisten, dan nggak menyerah. Bahkan ketika dia memberontak, aku tetap hadir. Bahkan ketika aku lelah, aku tetap mencoba lagi besoknya.

**(3) Komitmen pada Allah.** Aku percaya Allah Maha Membolak-balikkan hati. Aku nggak akan mengandalkan kekuatan sendiri — aku akan terus berdoa dan memohon pertolongan-Nya.

**(4) Komitmen pada keluarga.** Aku akan menjadikan rumahku sebagai "madrasah pertama" bagi si kecil. Suasana rumah akan mencerminkan nilai Islam.

**(5) Komitmen pada komunitas.** Aku akan jadi bagian dari komunitas yang mendukung visiku. Aku juga akan mendukung mommy lain yang berjuang seperti aku.

#### Langkah selanjutnya, Mom:

**(1) Ulangi program ini setiap 3-6 bulan.** Insightnya akan beda di fase berbeda. Saat si kecil lebih besar, materinya akan terasa baru.

**(2) Bangun habit tracker harian** untuk evaluasi.

**(3) Review bulanan dengan pasangan.** Seperti meeting tim — apa yang jalan, apa yang perlu disesuaikan.

**(4) Bangun ekosistem learning.** Baca 1 buku parenting islami setiap 2-3 bulan. Dengar podcast. Ikut kajian.

**(5) Ajak mommy lain.** Share program ini ke teman-teman yang punya si kecil. Kalian bisa saling menguatkan.

#### Pesan penutup dari Mommy Salma:

Mom, perjalanan mendidik sholat si kecil adalah **perjalanan paling panjang namun paling berharga** dalam hidupmu. Nggak ada jalan pintas. Nggak ada formula ajaib. Yang ada hanyalah: **konsistensi yang digerakkan oleh cinta — cinta pada Allah, cinta pada si kecil, cinta pada akhirat yang lebih baik.**

Semoga Allah meneguhkan langkahmu. Semoga Allah menjadikan si kecil-mu *qurrota a'yun*. Semoga Allah mengumpulkanmu bersama mereka di surga-Nya kelak.

*Aamiin ya Rabbal 'aalamiin.*

#### TINDAKAN MOMMY HARI INI

1. Baca ulang 'Surat untuk Diri Sendiri' dari Hari 6
2. Tulis 'Komitmen 30 Hari Berikutnya'
3. Share panduan ini ke 1 mommy lain

#### PERTANYAAN DARI HATI KE HATI

*Dari semua ini, apa 1 hal yang akan aku bawa seumur hidup?*



## ALHAMDULILLAH, MOM.

*Kamu berhasil sampai hari ke-30.*



Ingat Mom, **perjalanan ini bukan berakhir di sini**. Ini baru awal.

Ulangi program ini setiap 3–6 bulan. Setiap kali kamu baca ulang, kamu akan menemukan insight baru sesuai fase si kecil. Anakmu berubah, pertanyaannya berubah, tantangannya berubah — tapi fondasinya sama.

Dan satu hal yang paling penting: **kamu udah bukan ibu yang sama dengan 30 hari yang lalu**. Kamu lebih siap. Lebih sadar. Lebih termotivasi. Dan Allah melihat itu semua.

### GABUNG KOMUNITAS MOMMY

## Mommy Pejuang Sholat Si Kecil

Perjalanan ini akan jauh lebih ringan kalau mommy gak sendirian.

Gabung WhatsApp komunitas ibu-ibu muslimah lain yang berjuang sama — saling menguatkan, berbagi cerita, belajar dari pengalaman satu sama lain.

KLIK LINK INI UNTUK JOIN:

[chat.whatsapp.com/FcS4twswq941ldtrbPL0Eb](https://chat.whatsapp.com/FcS4twswq941ldtrbPL0Eb)

*Gratis. Untuk Mommy yang mau saling menguatkan dalam perjalanan ini.*

### BAGIKAN UNTUK PAHALA JARIYAH

*Kalau PDF ini beneran menyentuh hati mommy dan mengubah cara mommy mendidik si kecil — **share ke ibu-ibu muda lain** yang mommy sayangi.*

*Setiap ibu yang tergerak karena share-mu,  
setiap anak yang akhirnya tersentuh hatinya untuk sholat —  
**pahalanya mengalir ke kubur mommy.***

*“Barangsiapa menunjukkan pada kebaikan, maka dia mendapat pahala seperti orang yang mengerjakannya.”  
— HR. Muslim*

COMING SOON

## Kurikulum Lanjutan: Panduan Mengajarkan Sholat ke Si Kecil

*Mom, PDF yang sekarang Mom baca fokus pada **mindset & motivasi Mom** — meluruskan hati dan niat kita dulu sebagai ibu.*

*Sebentar lagi, Mommy Salma akan launching **PDF LANJUTAN** — panduan praktis untuk Mom mengajarkan sholat langsung ke si kecil. Step-by-step: wudhu, gerakan, bacaan, cara mengajarkan yang sesuai usia dan gaya belajar si kecil.*

**Pantau launching-nya** di grup WhatsApp:  
[chat.whatsapp.com/FcS4twswq941ldtrbPL0Eb](https://chat.whatsapp.com/FcS4twswq941ldtrbPL0Eb)

*Semoga Allah mengumpulkan mommy bersama si kecil  
di surga-Nya kelak.*

*Aamiin ya Rabbal 'aalamiin.*



**mommysalma.com**

*Dengan cinta, untuk setiap mommy muslimah*