

## MENGAPA HARUS MARAH

Ditulis oleh Tini Kusmiati

Minggu, 08 Januari 2017 11:51 - Terakhir Diperbaharui Rabu, 11 Januari 2017 14:35

---

Pada tulisan kali ini, masih berkaitan dengan kejadian tahun 2016 dan sedikit agak seperti sesi curhat hehehehe. Sebelumnya saya menulis tentang [target saya di tahun 2017](#), salah satunya adalah lebih taat beribadah. Dalam tulisan itu saya mengungkapkan bahwa saya ingin menjadi contoh yang baik untuk Endry dalam hal ibadah dan mengajarkan endry untuk mengenal Tuhannya. Namun sebenarnya ada hal lain yang ingin saya lakukan yaitu mendekati diri kepada Tuhan.

Beberapa tahun belakangan ini saya merasa tidak dapat mengendalikan emosi, hal sekecil apapun atau mungkin sepele menurut orang lain, bagi saya merupakan hal besar dan bisa membuat saya marah. Kadang kemarahan saya tidak terkendali dan kata-kata saya cenderung kasar serta menyakitkan terutama pada teman-teman seruangan tempat saya bekerja. Entah karena mereka yang menyebabkan sehingga membuat saya marah atau memang saya yang bermasalah dalam mengendalikan emosi.

Saya jadi teringat dengan ibu saya yang mudah marah. Seringkali saya geleng-geleng kepala ketika beliau sedang marah karena “hal sepele” menurut penilaian saya seperti rumah yang berantakan atau kotor. Saya berfikir apakah tidak bisa dibicarakan baik-baik saja tanpa harus emosi dan meluapkan kemarahan. Segala sesuatu kan bisa diselesaikan dengan kepala dingin.

Sebenarnya tidak jarang disekeliling kita banyak orang yang temperamental atau mudah emosi seperti itu, hanya karena sesuatu hal bisa luar biasa marahnya bahkan ada yang sampai berkata kasar dan menyebutkan semua nama hewan-hewan yang ada di Ragunan. Namun tanpa saya sadari ternyata hal itu terjadi juga dengan saya, memperlmasalahkan sesuatu yang mungkin sepele menurut orang lain meskipun tidak pernah menyebutkan nama-nama hewan yang ada di Ragunan hehehehe. Meskipun demikian hal tersebut mempengaruhi kinerja saya dan suasana dikantor, saya tidak lagi bisa tertawa bersama teman-teman diruangan karena sifat emosional ini. Kadang saya bertanya pada diri saya sendiri, mengapa saya menjadi seperti ini?

## MENGAPA HARUS MARAH

Ditulis oleh Tini Kusmiati

Minggu, 08 Januari 2017 11:51 - Terakhir Diperbaharui Rabu, 11 Januari 2017 14:35

---

Seperti telah disebutkan diatas bahwa saya ingin mendekatkan diri pada Tuhan, saya berfikir kondisi emosi saya seperti ini bisa saja (salah satunya) disebabkan oleh karena saya semakin jauh dari Tuhan. Menurut saya, ibadah dan berdoa merupakan sarana komunikasi antara manusia dengan Tuhannya...kalau kita memiliki permasalahan, sebaiknya kita menceritakan atau curhat kepada Tuhan karena hanya Tuhan yang mampu memberikan petunjuk dan solusi untuk setiap permasalahan. Hanya saja kadang manusia sering lupa, ketika sedang senang manusia suka melupakan Tuhannya namun ketika sedang mendapatkan kesulitan barulah manusia mengingat Tuhannya.

Apakah mendekatkan diri pada Tuhan bisa meredakan emosi seseorang? Untuk saya pribadi akan saya jawab bisa karena dengan beribadah akan membuat hati saya damai, tenang dan tentram terlebih apabila kita beribadah dengan khusyuk. Lalu bagaimana dengan orang yang sudah rajin beribadah namun masih tetap emosional dan melakukan hal yang dilarang agama seperti misalnya korupsi? Kalau saya boleh berpendapat karena orang tersebut hanya melakukan "kewajiban" yang diperintahkan oleh agamanya, bukan karena memang ingin mendekatkan diri pada Tuhan karena menurut saya apabila seseorang beribadah karena memang berniat untuk dekat dengan Tuhannya maka hasilnya akan baik, namun apabila ibadah tersebut hanya untuk sekedar melaksanakan kewajiban maka tidak akan ada perubahan pada diri orang tersebut.

Saya jadi teringat dengan seorang teman yang rajin beribadah namun sering menggunjing atau membicarakan kejelekan orang lain bahkan mungkin kejelekan saya juga hahahahaha... Namun ada hal yang menurut saya lebih parah lagi adalah setiap akan dinas keluar kota dan naik pesawat dalam kondisi cuaca sedang buruk maka dia akan ketakutan luar biasa bahkan mencubiti teman yang duduk disebelahnya. Menurut saya, jika kita sudah beriman atau percaya pada Tuhan, kita pasrahkan saja hidup kita kepada-Nya toh hidup dan mati katanya sudah menjadi takdir yang tidak bisa kita hindari...kalau memang Tuhan menghendaki kita "celaka", meskipun sedang tidur didalam rumah bisa saja kejatuhan pesawat. Saya sebagai manusia hanya bisa berdoa dan memohon perlindungan dari Tuhan semoga terhindar dari hal-hal buruk.

Semoga dengan menyadari segala kesalahan saya dihari yang lalu dan lebih mendekatkan diri pada Tuhan, saya bisa memperbaiki perilaku buruk saya yang sering emosional dan menjadi pribadi yang lebih baik lagi aamiin...

## **MENGAPA HARUS MARAH**

Ditulis oleh Tini Kusmiati

Minggu, 08 Januari 2017 11:51 - Terakhir Diperbaharui Rabu, 11 Januari 2017 14:35

---