



PERSEMBAHAN ISTIMEWA UNTUK MUSLIMAH MAKASSAR

Belajar Islam Online

Fasilitas	Pendaftaran
Materi Kajian Ramadhan ataupun taklim via daring/online di group whatsapp/telegram.	Ayo segera bergabung dengan kami lewat link berikut ini:
Bisa konsultasi seputar fiqh Ramadhan dan ilmu lainnya di group.	→ https://bit.ly/2RvLW31
Motivasi harian untuk memaksimalkan amal yaumi Ramadhan.	→ https://bit.ly/2RvLW31

Gratis

Pelaksana:
Muslimah DPD Wahdah Islamiyah Makassar

wahdahmakassar.or.id [Muslimah Wahdah Makassar](#) [MuslimahWIMks](#)

Daripada rebahan selama #dirumahaja, yuk belajar Islam via online.
Mari manfaatkan masa PSBB dengan aktivitas produktif. Segera hubungi narahubung yang tertera.

Tips Manajemen Waktu Muslimah di Bulan Ramadhan

Bulan Ramadhan adalah bulan yang mulia, bukan dilipatgandakan pahala. Bulan Ramadhan dengan begitu banyak ibadah yang bisa dilakukan menawarkan keutamaan yang sangat mulia. Termasuk merugi seseorang, jikalau melewatkan bulan Ramadhan namun tak bisa mendapatkan derajat takwa dan pengampunan dosa. Olehnya itu, sangat penting untuk memaksimalkan diri agar bisa beribadah sekuat jiwa di bulan Ramadhan ini. Bagi muslimah, baik ibu rumah tangga, maupun ibu bekerja, yang memiliki segudang tugas setiap harinya, terlebih jika memiliki anak yang harus dirawat dan dididik, maka tentu perlu manajemen waktu yang baik, agar bisa menjalankan segala fungsi yang ada. Berikut beberapa tipsnya,

1. Banyak berdoa kepada Allah

Sebagai hamba beriman, tentu serasa sombong jika hanya mengandalkan diri untuk menjalankan segala tugas yang ada, baik untuk memenuhi kebutuhan pribadi, misalnya ibadah fardiyah, kebutuhan jasad akan istirahat, dan juga tugas yang lain, sebagai istri, ibu dan karyawan bagi yang bekerja. Maka mohonlah kepada Allah untuk senantiasa diberi pertolongan dan kekuatan, ditunjukkan jalan kemudahan. Dengan "campur tangan" Allah dalam urusan hamba, insya Allah segalanya bisa teratasi.

2. Buat perencanaan yang baik

Ramadhan berbilang 30 hari, maka buatlah perencanaan dalam hal jadwal ibadah harian (tadarus, menghafal, mendengarkan tausiyah, dll). Buat juga perencanaan agenda bersama keluarga selama Ramadhan, setelah itu mengatur jadwal masing-masing agenda agar bisa berjalan dengan baik. Untuk pengaturan waktu, bisa disesuaikan dengan kondisi masing-masing. Misalnya tadarrus 3-4 lembar setiap selesai sholat wajib. Mendengarkan tausiyah di pagi hari, dst.

3. Catat juga menu sahur dan buka puasa

Agar tidak bosan, tentu butuh menu yang berbeda setiap harinya, maka buat

Redaksi

Diterbitkan oleh Departemen Informasi dan Komunikasi Muslimah DPD Wahdah Islamiyah Makassar. Penasehat: Humas Infokom Muslimah DPP Wahdah Islamiyah, Penanggung Jawab: Sitti Mulida Wahid, S.Pi, Kontributor: Fitri Wahyuni, S.Gz, M.Si. Pemimpin Redaksi: Fitri Wahyuni, S.Gz, M.Si, Staf Redaksi: Andi Rahmania Hair, S.Pd, Asmaul Husna Yasin, SP, Hasriana Thamrin, S.Si. Pemasaran: Marwah, SH.. Alamat Redaksi: Kantor Muslimah DPD Wahdah Islamiyah Makassar, Jl. Antang Raya No.25, Makassar Sulawesi Selatan. Narahubung: 0813-4363-4969

perencanaan menu. Ini juga akan membantu dalam mempersiapkan bahan makanan di rumah.

4. Upayakan menyetok bahan makanan untuk mengurangi waktu kerja di dapur

Bahan makanan kering (tepung, gula, mie, beras, bumbu kering) bisa distok untuk kebutuhan selama sebulan. Adapun bahan makanan basah, bisa disesuaikan dengan kebutuhan dalam jangka waktu satu atau dua pekan. Frozen food misalnya yang bisa lebih simpel ketika terlambat bangun untuk sahur, sehingga tidak bingung untuk membuat menu dengan waktu yang sangat terbatas.

5. Menyediakan bumbu dasar makanan

Racikan bumbu dasar masakan bisa mengurangi waktu memasak. Bumbu putih, bumbu kuning dan bumbu merah disiapkan sebelum Ramadhan atau sekali dalam dua pekan. Bisa juga membuat baceman bawang agar proses menumis bisa lebih cepat. Makanan yang bisa tersimpan dan tinggal digoreng yang lainnya, misal tempe bacem (yang sisa digoreng saat akan mengonsumsinya). Sambel teri dan telur asin juga bisa menjadi pilihan karena bisa bertahan 1-2 pekan. Selain itu sayuran beku (sayuran yang diblansir) juga menjadi alternatif agar bisa menghemat waktu untuk memotong-motong sayuran.

Pun begitu dengan bahan takjil. Beberapa bahan bisa disetok untuk beberapa hari, misalnya saos gula merah untuk menu es teler (agar tidak setiap hari bikin saos gula merahnya). Disinilah tantangan para ibu rumah tangga untuk berkreasi menu namun tetap bergizi dan efektif waktu memasaknya.

6. Penggunaan masa haid untuk berbelanja kebutuhan yang belum ada/habis

Pada saat haid, ibadah yang tidak bisa dilakukan adalah sholat dan puasa. Maka penggunaan waktu ini untuk berbelanja kebutuhan atau membuat kue untuk

sajian lebaran. Namun tentu saja ibadah yang lain seperti tadarrus, murajaah hafalan, sedekah dan yang lainnya tetap berjalan. Oh iya, jangan lupa agar tetap mendapat pahala puasa saat haid dengan cara menyajikan menu buka puasa untuk orang lain.

7. Pakaian baru untuk keluarga bisa disiapkan sejak sebelum Ramadhan atau bisa juga memanfaatkan waktu haid untuk berbelanja

8. Jangan lupa untuk tetap menjaga stamina dengan mengonsumsi suplemen dan makanan bergizi

Gangguan kesehatan tentu akan berdampak ketidakmaksimalan menjalankan agenda yang ada.

9. Komitmen dan saling mengingatkan dalam menjalankan kesepakatan bersama

Agenda yang sudah ditentukan selayaknya diketahui oleh seluruh anggota keluarga dan masing-masing berkomitmen untuk melaksanakannya. Jangan lupa untuk menghindari hal-hal yang kurang bermanfaat tanpa disadari misalnya menonton tv dan berselancar di dunia maya dengan tontonan yang tidak penting.

10. Siapkan mental dan stok kesabaran yang banyak

Dalam menjalankan agenda yang ada, bisa saja ditemui beragam rintangan, butuh kesabaran menghadapi kelelahan jasad dan keletihan jiwa.

11. Tetap fleksibel dan segera atur agenda kembali jikalau ada agenda mendadak

12. Upayakan tak ada waktu tanpa agenda

Waktu istirahat misalnya, pada saat meluruskan raga yang lelah, bisa digunakan untuk mendengarkan ceramah singkat atau murajaah hafalan. Atau bisa juga sambil membaca buku satu-dua lembar.

Demikian tips mengatur waktu di bulan Ramadhan, semoga dimudahkan untuk melewati bulan Ramadhan mubarak dengan penuh penghambaan kepada Allah.

Yang harus kita lakukan

- Gunakan jika keluar rumah
- Jaga jarak (1 meter atau lebih) dengan orang lain
- Hindari kontak langsung seperti bersalaman dan cium pipi kanan dan kiri
- Hindari kerumunan dan pertemuan kelompok
- Jika anda tidak sehat, jalankan isolasi mandiri di rumah
- Ikuti panduan resmi PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) yang ditetapkan pemerintah. Untuk wilayah Makassar sudah melakukan PSBB.
- Batasi menggunakan transportasi publik kecuali sangat mendesak
- Cuci tangan pakai sabun dengan benar/gunakan hand sanitizer

Mari meraih kesempatan beramal jariyah dengan mendukung dakwah Muslimah Wahdah Makassar. Salurkan bantuan Anda

 **4000577748**
an. LEMBAGA MUSLIMAH DPD WI
Konfirmasi donasi:
0822-9019-0591