

# TUNTUNAN Bagi ROHANI ORANG SAKIT



## RSU 'AISYIYAH PONOROGO

TERAKREDITASI TINGKAT PARIPURNA NO : KARS-SERT/201/I/2016

Jl. Dr. Sutomo No. 18 - 24 PONOROGO 63419 - JAWA TIMUR

Telp. (0352) 461560 Hunting Fax. (0352) 484218

E-mail : [rsuapo@yahoo.co.id](mailto:rsuapo@yahoo.co.id)

Website : [www.rsuaisyiyahponorogo.com](http://www.rsuaisyiyahponorogo.com)

**TUNTUNAN ROHANI  
BAGI  
ORANG SAKIT**

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ



**RUMAH SAKIT UMUM 'AISYIYAH  
PONOROGO**



# **RUMAH SAKIT UMUM 'AISYIYAH PONOROGO**

Jl. Dr. Sutomo 18 -24

## **Sub Bagian Bina Rohani**

### **Falsafah**

“Terwujudnya amar ma’ruf nahi munkar melalui Bina Rohani Pasien dan Karyawan”

### **MISI**

“Memberikan Tuntunan Rohani Kepada Pasien dan Karyawan dengan Sejuk dan Ramah”

### **TUJUAN**

“Tercapainya Pelayanan Tuntunan Rohani Bagi Pasien dan Karyawan Secara Empati dan Khusnul Khotimah”

### **MOTTO**

“Menggapai Mardlotillah”



## SAMBUTAN DIREKSI RSU' AISIYIAH PONOROGO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya yang diberikan kepada kita.

Rumah Sakit Umum 'Aisyiyah Ponorogo adalah salah satu Amal Usaha Muhammadiyah/Aisyiyah di bidang kesehatan yang sekaligus berfungsi sebagai sarana dakwah Islam.

Oleh karena itu salah satu misinya adalah mewujudkan pelayanan yang, Islami dan profesional.

Usaha untuk mewujudkan pelayanan Islami yang profesional telah dilaksanakan secara kontinyu dengan selalu berusaha meningkatkan mutu pelayanan di berbagai bidang. Selain di bidang medis, Rumah Sakit Umum 'Aisyiyah Ponorogo juga memberikan pelayanan rohani. Hal ini dilakukan mengingat betapa pentingnya ketenangan batin dalam upaya penyembuhan.



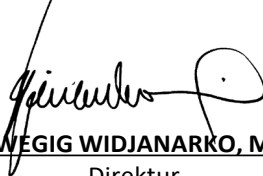
Karena doa dan dzikir mengandung unsur spiritual kerohanian, keagamaan, ketuhanan yang dapat membangkitkan harapan, rasa percaya diri pada seseorang yang sedang sakit, yang pada gilirannya kekebalan tubuh meningkat kembali sehingga mempercepat proses penyembuhan.

Harapan kami buku tuntunan rohani ini dapat dipelajari dan diamalkan.

Kami menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada tim penyusun dan semua pihak yang terlibat dalam penyempurnaan Buku Tuntunan Rohani Bagi Orang Sakit ini, dengan iringan doa semoga menjadi amal sholeh di akhirat kelak.

Amien Yaa Robbal 'Aalamiin.

RSU 'Aisyiyah Ponorogo



**dr. WEGIG WIDJANARKO, MMR**

Direktur



## KATA PENGANTAR

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah Buku Tuntunan Rohani Bagi Orang Sakit ini dapat kami terbitkan setelah diadakan penyempurnaan dari cetakan pertama. Buku ini merupakan pelayanan Rumah Sakit 'Aisyiyah Ponorogo bagi pasien.

Harapan kami, semoga buku ini dapat bermanfaat dengan mengamalkan kandungannya.

Buku Tuntunan Rohani Bagi Orang Sakit ini berisi petunjuk bagaimana seharusnya orang bertindak tatkala menderita sakit disertai beberapa do'a sehari-hari yang kami ambil dari Al-Qur'an dan Hadits Rasulullah SAW Setelah para pasien membaca buku ini diharapkan dapat :

- Meningkatkan kesadaran dan tawakkal kepada Allah SWT.
- Menjaga keyakinan kepada Allah SWT dengan tetap berbaik sangka kepadanya dan menghindari hal-hal yang menjurus kepada kemusyrikan.
- Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan dengan menjalankan ibadah, berdzikir dan berdo'a.
- Ridha atas ketentuan dan ketetapan Allah SWT
- Bagi pasien yang telah membacanya dan mengamalkannya kemudian mendapatkan rasa



syukur kepada Allah, namun apabila Allah menetapkan takdir-Nya mudah-mudahan berada dalam “Husnul Khotimah”.

Do’a kami semoga Anda diberi kesabaran dan ketabahan dalam menghadapi segala penderitaan dan cobaan.

Amien Yaa Robbal ‘Aalamiin

Kasubbag SDI dan Binroh  
RSU ‘Aisyiyah Ponorogo



**ROHIMIN, S Ag**

NIK. 1990406



# DAFTAR ISI

SAMBUTAN DIREKSI.....	v
RSU' AISYIYAH PONOROGO .....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix

<b>BAB I SAKIT DAN IKHTIAR BEROBAT .....</b>	<b>1</b>
1. Jika Sakit Menimpa Segeralah Berobat .....	1
2. Tidak Boleh Berobat Dengan Yang Haram .....	2
3. Sakit Merupakan Ketetapan Allah.....	3
4. Sakit Sebagai Cobaan .....	4
5. Hikmah Adanya Sakit .....	7

<b>BAB II TUNTUNAN ROHANI BAGI ORANG SAKIT.....</b>	<b>9</b>
1. Sabar dalam menghadapi musibah .....	9
2. Dikala sakit hendaklah berbaik sangka kepada Allah 12	
3. Tawakkal dan Berserah Diri.....	14
4. Sakit hendaklah diterima dengan ridla.....	16
5. Raja'.....	17

<b>BAB III DZIKIR DAN DOA BAGI ORANG SAKIT .....</b>	<b>21</b>
<b>I. DZIKIR.....</b>	<b>21</b>
1. Kedudukan Dzikir.....	21
2. Pengertian Dzikir .....	22
3. Dalil-dalil tentang dzikir .....	23
4. Adab berdzikir .....	25
5. Bacaan dzikir dan keutamaannya .....	26
<b>II. DO'A.....</b>	<b>34</b>
1. Pengertian Do'a .....	34
2. Dalil-dalil berdo'a .....	34
3. Adab berdo'a .....	34
<b>III. DO'A KETIKA SAKIT.....</b>	<b>35</b>
1. Do'a mohon kesembuhan .....	36
2. Do'a menghilangkan rasa sakit .....	37
3. Do'a minum obat.....	37



4.	Do'a memohon kesabaran dan ketenangan..	38
5.	Do'a menghilangkan kegundahan hati .....	39
6.	Do'a menghadapi situasi Kritis, .....	40
7.	Ayat-ayat untuk menawar sihir .....	41
8.	Do'a ketika akan dioperasi .....	43
9.	Do'a ketika akan melahirkan .....	43
10.	Do'a selesai melahirkan dengan selamat .....	45
11.	Do'a pasrah .....	47
12.	Do'a untuk merajah bisul dan sebagainya.....	48
13.	Do'a untuk merajah sakit kepala dan panas badan yang tinggi.....	49
14.	Do'a diwaktu susah tidur .....	50
15.	Do'a setelah sembuh .....	50
<b>IV.</b>	<b>DOA SEHARI-HARI .....</b>	<b>53</b>
a.	Do'a hendak makan .....	53
b.	Do'a selesai makan .....	54
c.	Do'a akan tidur .....	55
d.	Do'a bangun tidur .....	55
d.	Do'a Ketika akan masuk WC untuk buang hajat .....	56
f.	Do'a setelah keluar dari WC selesai buang hajat .....	56
<b>BAB IV</b>	<b>TUNTUNAN IBADAH BAGI ORANG SAKIT.....</b>	<b>59</b>
<b>I.</b>	<b>BERSUCI BAGI ORANG SAKIT.....</b>	<b>59</b>
1.	Dalil perihal diperbolehkan bertayamum .....	59
2.	Cara bertayamum .....	60
<b>II.</b>	<b>SHALAT BAGI ORANG SAKIT .....</b>	<b>61</b>
1.	CARA-CARA SHALAT.....	62
2.	MENJAMA'SHALAT .....	64
3.	SHALAT ORANG YANG LUPA, TIDUR, PINGSAN, DIBIUS .....	64
<b>III.</b>	<b>KEMUDAHAN MELAKSANAKAN SHALAT DALAM KEADAAN KHUSUS BAGI ORANG SAKIT</b>	<b>66</b>



<b>IV. PUASA BAGI ORANG SAKIT .....</b>	<b>67</b>
1. Puasa yang diqadla .....	67
2. Puasa yang diganti dengan fidyah .....	67
3. Dalil perihal diperbolehkan tidak puasa bagi pasien .....	68
4. Tindakan medis yang tidak membatalkan puasa .....	69
<b>PENUTUP.....</b>	<b>70</b>
<b>TATA CARA BERTAYAMUM .....</b>	<b>72</b>
<b>TATA CARA SHOLAT SAMBIL DUDUK.....</b>	<b>74</b>

# وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

“Dan apabila aku sakit, Dialah (Allah) yang menyembuhkan aku”

(QS. Asy Syu’ara: 80)





# BAB I

## SAKIT DAN IKHTIAR BEROBAT

Sebagaimana kita maklumi, bahwa setiap orang tidak terkecuali, pernah mengalami sakit. Karena sakit dan penyakit memang diciptakan Allah sebagai ujian bagi manusia. Penyakit yang menimpa manusia tentu saja tidak sama, ada yang ringan ada yang sedang ada yang berat.

Rasulullah Muhammad SAW memberikan tuntunan bagi kita di dalam menghadapi musibah sakit dan penyakit yang harus diperhatikan, dihayati dan diamankan agar tidak terjerumus kedalam perbuatan yang merusak keimanan dan tidak diridhoi Allah. Manakala sakit datang menimpa, hendaknya kita berobat datang kepada ahlinya sebagai ikhtiar yang wajib kita lakukan dengan keyakinan bahwa kesembuhan akan diberikan Allah. Berikut disampaikan hal-hal yang harus difahami manakala seseorang mendapat ujian berupa sakit dan penyakit.

### 1. Jika Sakit Menimpa Segeralah Berobat

Berobat jika sakit adalah salah satu syariat Islam yang wajib kita kerjakan.

Sebagaimana sabda Rasulullah SAW

تَدَاوَوْفَانِ اللّٰهُ تَعَلٰى لَمْ يَضَعْ دَاءً اِلَّا وَضَعَ لَهُ شِفَاءً،  
غَيْرَ دَاءٍ وَّاجِدًا ”الْهَرَمُ“ (رواه احمد، أخرجاه الأربعة)

*“Berobatlah kamu, karena Allah SWT tidak mengadakan suatu penyakit, melainkan telah*



*mengadakan pula obatnya, hanya ada satu penyakit yang tidak ada obatnya yaitu umur tua (manula).” (HR. Ahmad, Ashabus Sunan).*

Dalam hadits yang lain menerangkan :

إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَنْزِلْ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً، عَلِمَهُ مَنْ  
عَلِمَهُ وَجَلَهُ مَنْ جَهَلَهُ

*“Sesungguhnya Allah tidak menurunkan suatu penyakit melainkan menurunkan pula obatnya, baik obat yang telah diketahui oleh orang maupun yang belum diketahui.”*

Hadits diatas mengisyaratkan bahwa bagi orang yang sakit hendaknya segera berobat, dengan cara tersebut akan memperoleh dua keuntungan yaitu :

Melaksanakan perintah agama yang Insya Allah mendapatkan pahala, dan kedua, ikhtiar menyembuhkan penyakit yang berarti membebaskan diri dari penderitaan yang diakibatkan sakit.

## **2. Tidak Boleh Berobat Dengan Yang Haram**

Berobat merupakan suatu perintah agama Islam, maka cara pengobatan dan obat-obat yang digunakan harus tunduk kepada kaidah-kaidah ajaran agama Islam. Jadi tidak dibenarkan menjadikan sesuatu yang haram atau najis menjadi obat, hendaknya mampu memelihara diri dari hal-hal yang tidak diridhoi Allah, jauhan dalam berobat dengan menggunakan atau melalui pengobatan yang diharamkan Allah agar ikhtiar mendapatkan kesembuhan, semuanya bernilai



ibadah, diiringi sifat optimis, jauh dari sifat putus asa, tetap husnudhan kepada Allah dan tidak melanggar larangan-Nya. Rasulullah bersabda :

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى لَمْ يَجْعَلْ شِفَاءَكُمْ فِيمَا حُرِّمَ عَلَيْكُمْ (روى الإمام الطبراني عن أم سلمة)

*“Sesungguhnya Allah Ta’ala tidaklak menjadikan obat penyembuhmu, pada apa-apa yang diharamkan atasmu.” (HR. Thabrani dari Ummu Salamah)*

### 3. Sakit Merupakan Ketetapan Allah

Sakit dan musibah lainnya yang tidak berkenan di hati, bahkan kesenangan dan kegembiraan, itu telah merupakan ketetapan Allah, sebagai ujian atau cobaan yang penuh dengan hikmah. Firman Allah :

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿٢٣﴾

*“Tiada suatu musibah yang menimpa di bumi dan pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam Kitab (Lauh Mahfuzh) sebelum Kami (Allah) Menciptakannya.*



*Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah supaya kamu jangan berduka atas apa yang luput darimu, dan jangan terlalu bergembira terhadap apa yang diberikan kepadamu. Dan Allah tidak menyukai pada orang yang sombong dan membanggakan diri,” (QS. Al-Hadid:22-23)*

Memperhatikan ayat diatas dapat dipahami, bahwa Allah dalam menciptakan sesuatu di alam raya ini berpasang-pasangan, antara lain sehat dan sakit, lapang dan sempit, mudah dan sulit, kaya dan miskin, dicintai dan dibenci, semuanya merupakan ketetapan Allah yang pasti terjadi pada setiap manusia dan dibalik itu semua tentu terkandung berbagai hikmah yang dirahasiakan Allah. Oleh karena itu kita sebagai seorang mukmin harus senantiasa ridha atas ketetapan Allah.

#### **4. Sakit Sebagai Cobaan**

Sesungguhnya manusia itu akan diuji dalam segala sesuatu, baik dalam hal yang disenangi maupun tidak disukai. Tidak dapat dipungkiri bahwa manusia hidup didunia ini tidak lepas dari cobaan.

Hidup tanpa ujian dan cobaan adalah hidup yang tidak dapat membuka tabir rahasia hikmah kehidupan. Kehidupan manusia akan senantiasa berubah, kadangkala suka, kadang duka, kadang ketawa, kadang menangis, ada saatnya sehat, ada waktunya sakit, hal itu atas iradah Allah dipergilirkan terhadap manusia semuanya sebagai cobaan yang penuh hikmah.

Berulang-ulang ayat Al-Qur'an menyatakan bahwa hidup ini untuk diuji, diantaranya sebagaimana



terdapat dalam Surat Al-Mulk ayat 1-2:

تَبْرَكَ الَّذِي بِيَدِهِ الْمُلْكُ وَهُوَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ  
قَدِيرٌ ﴿١﴾ الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ  
أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْعَفُورُ ﴿٢﴾

*Maha Suci Dia (Allah) yang terenggam di tangan-Nya seluruh kerajaan, dan dia Maha Kuasa, Maha Perkasa atas segala sesuatu. Dia juga menciptakan, mati dan hidup, untuk mengujimu, siapa di antara kamu yang paling baik amalnya dan dia Maha Perkasa lagi maha Pengampun.*

Dalam ayat yang lain disebutkan :

وَبَلَوْنَاهُمْ بِالْحَسَنَاتِ وَالسَّيِّئَاتِ لَعَلَّهُمْ  
يَرْجِعُونَ ﴿١٦٨﴾

*Dan kami coba mereka dengan hikmat yang baik-baik dan berupa bencana yang buruk-buruk agar mereka kembali (kepada kebenaran). (QS. Al -A'raf:168).*

Jadi jelas sekali, kita hidup untuk diuji, untuk dinilai siapa diantara kita yang masih tetap bertahan menjadi orang yang baik sekalipun ditimpa berbagai cobaan dan ujian.



Dalam sebuah hadits Rasulullah bersabda:

وَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ؛ فَمَنْ رَضِيَ  
فَلَهُ الرِّضَا، وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السُّخْطُ (رواه ابن ماجه  
والترمذي)

*“Dan sesungguhnya bila Allah SWT mencintai suatu kaum, dicoba-Nya dengan berbagai cobaan. Siapa yang ridha menerima maka dia akan memperoleh keridhaan Allah. Dan barang siapa yang murka (tidak ridha), dia akan memperoleh kemurkaan Allah.” (HR. Ibnu Majah & Tirmidzi).*

Salah satu bentuk ujian yang diberikan Allah kepada kita adalah sakit. Akankah sakit yang kita alami justru menjauhkan diri kepada Allah? Bisakah kita menerima dengan ridha? Mampukah kita meneladani Nabiyallah Ayub AS. sewaktu dirundung kemalangan berupa kemiskinan dan penyakit menahun yang parah, beliau justru ridha, syukur dan sabar karena merasa lebih mendapat perhatian dan kasih sayang dari Allah? Sebagai seorang yang beriman, tentunya sadar sepenuhnya bahwa Allah SWT memberikan ujian berupa sakit kepada hamba-Nya tentu mengandung hikmah yang besar sebagai pelajaran dan kebaikan untuk lebih meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT.



## 5. Hikmah Adanya Sakit

Dari uraian diatas dapat dimengerti bahwa berbagai penyakit itu merupakan bagian dari cobaan-cobaan Allah yang diberikan kepada hamba-Nya. Jadi cobaan merupakan ketetapan Allah berdasarkan rahmat dan hikmah. Sungguh Allah menerapkan wujud sesuatu pasti didalamnya terkandung kebaikan, rahmat, hikmah, yang kadang tidak mungkin bisa dinalar akal manusia. Andai kata kita bisa menggali hikmah yang terkandung didalam ciptaan dan ketetapan Allah, maka tidak kurang dari ribuan yang bisa kita saripatkan.

Namun akal kita amat terbatas, pengetahuan kita terlalu picik dan ilmu semua makhluk akan sia-sia jika disanding dengan ilmu Allah, bagaikan sinar lentera yang sia-sia dibawah sinar matahari. Berbagai penyakit dan penderitaan mempunyai manfaat dan hikmah yang sangat banyak dan mengharukan, diantaranya: Mendapatkan ampunan dari dosa dan kesalahan, kebajikan dan derajat yang ditinggikan, membuka jalan ke surga, mendapat kehormatan dan ucapan selamat dari malaikat, mengembalikan hamba kepada Rabbnya, mengingatkannya dari kelalaian, mengingatkan akan nikmat Allah, pelajaran bagi mereka yang sehat, mensucikan hati dari berbagai penyakit.





## BAB II TUNTUNAN ROHANI BAGI ORANG SAKIT

Bila saat ini Anda sedang dirawat atau dalam pengobatan karena adanya cobaan berupa sakit, adalah sangat arif bila Anda menghayati intisari tuntunan rohani berikut ini:

### 1. Sabar dalam menghadapi musibah

Musibah dalam Islam memiliki pengertian khusus, ia memang sesuatu bala yang menyusahkan, tetapi bukan selalu berarti tanda kemurkaan dari Allah, sebagaimana kenikmatan bukan merupakan tanda keridhaan dari Allah. Islam menjadikan musibah sebagai tanda bagi pendakian rohani seseorang, atau sebagai cara penghapusan dosa dari orang mukmin dan sebagai sebab untuk memperoleh pahala yang besar dari Allah. Apabila kita ditimpa musibah kita tidak kuasa untuk menolaknya, oleh sebab itu hendaklah kita terima dengan lapang dada dan penuh kesabaran.

Pengertian sabar menurut bahasa “Tabah hati” berani atas sesuatu dan menahan diri dari keluh kesah. Sabar menurut istilah “Perasaan menerima keadaan yang terjadi pada dirinya dengan ikhlas dan ridha”. Barangsiapa yang mendapatkan cobaan (musibah) kemudian dapat menerima dengan sabar, ikhlas dan ridla maka akan disediakan pahala baginya.

Firman Allah dalam Al-Qur’an :

...إِنَّمَا يُوفِي الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ ﴿١٠١﴾



*"Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang dicukupkan pahala mereka tanpa batas." (QS. Az-Zumar: 10)*

Manusia akan diuji dalam segala sesuatu, dalam hal-hal yang disenangi dan disukainya, maupun dalam hal-hal yang dibenci dan tidak disukainya.

Allah berfirman:

...وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ ﴿٣٥﴾

*Kami akan menguji kamu sekalian dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya) dan hanya kepada kamilah akan dikembalikan. (QS. Al-Anbiya:35)*

Rasulullah bersabda:

وَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ؛ فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَا، وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السُّخْطُ (رواه ابن ماجه والترمذي)

*"Dan sesungguhnya bila Allah SWT mencintai suatu kaum dicobanya berbagai cobaan. Siapa yang ridha menerimanya, maka dia akan memperoleh keridlaan Allah, dan barang siapa yang murka (tidak ridha) dia akan memperoleh kemurkaan Allah." (HR. Ibnu Majah & Tirmidzi)*

Allah SWT telah menjanjikan akan adanya "Kabar gembira bagi mereka yang sabar"



Firman Allah:

... وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ ﴿٣٤﴾ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَالصَّابِرِينَ عَلَىٰ مَا أَصَابَهُمْ ... ﴿٣٥﴾

"Berilah kabar gembira orang-orang yang tunduk patuh (kepada Allah), yaitu mereka yang apabila disebut nama Allah gemetar hati mereka, dan sabar atas ujian yang menimpa mereka," (QS. Al-Hajj: 34-35)  
Dalam ayat lain Allah berfirman :

... وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

"Berilah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar, yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah (bahaya) mereka mengucapkan: "Inna Lillahi wa Inna Ilaihi Raoji'un" (Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada Allah kami kembali." (QS. Al-Baqarah 155-156 )

Mereka itulah yang termasuk golongan orang-orang yang sabar orang-orang yang mendapatkan berita gembira, sabar dalam menghadapi segala musibah. Siapa yang mampu menyelamatkan diri dari semua musibah yang menimpa manusia? Kekuatan manusia dalam menghadapi masalah itu amat terbatas. Karena itu kesabaranlah yang dituntut dalam menerima musibah tersebut.



Bagaimanapun juga kita sebagai manusia berusaha semaksimal mungkin mencoba menghindarinya, tetapi musibah itu tak pernah membiarkan manusia lepas dan luput dari kedatangannya.

Itulah sebabnya segala puji tertuju bagi Dzat Yang Maha kekal, Dzat Yang maha Agung dan selalu dimuliakan hamba-Nya. Jadikanlah sabar dan shalat sebagai salah satu cara untuk mendapat pertolongan dari Allah.

firman Allah :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ  
اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

*"Wahai orang-orang yang beriman, mintalah, pertolongan dengan sabar dan shalat, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar. {QS" al-Baqarah: 153}*

## 2. Dikala sakit hendaklah berbaik sangka kepada Allah

Jika penyakit yang menimpa Anda berlarut-larut dan penderitaan Anda seakan tak berujung maka janganlah berburuk sangka kepada Rab, dan jangan pula berkeyakinan bahwa Allah menghendaki keburukan bagi diri Anda, tidak ingin memberikan afiat kepada Anda. dan bahwa Dia telah berbuat dhalim kepada Anda, Ini merupakan kesalahan dan dosa yang nyata, sebab Allah terlepas sama sekali dari kedzaliman. Dia Maha Bijaksana dan Adil, Maha Pengasih dan Penyayang dan Maha Pemberi Karunia.



Firman Allah:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ الْنَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ النَّاسَ  
أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ﴿٤٤﴾

"Sesungguhnya Allah tidak berbuat dzalim kepada manusia sedikitpun, tetapi manusia itulah yang berbuat dzalim kepada diri mereka sendiri." (QS. Yunus:44)

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ... ﴿٤٠﴾

"Sesungguhnya Allah tidak menganiaya seorangpun walau sebesar zarah, ... (QS. AnNisaa':40)

Dalam sebuah hadits qudsi Allah berfirman :

"Wahai hamba-hambaKu, sesungguhnya Aku mengharamkan kezaliman atas diri-Ku, dan Aku menjadikannya sesuatu yang diharamkan diantara kalian, maka janganlah diantara kalian saling dzalim-menzalimi" . (HR. Muslim)

Ketahuiilah Allah itu ada dalam persangkaanmu, jika engkau menyangka yang baik kepada-Nya, maka kebaikan itu akan diwujudkan bagimu, dan jika engkau menyangka yang buruk, maka Allah ada dalam parsangkaanmu itu.



Sabda Nabi SAW:

أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِ بِي وَأَنَا مَعَهُ حِينَ يَذْكُرُنِي (رواه البخاري ومسلم)

*“Allah Azza Wa Jalla berfirman: “Aku berada dalam Persangkaan hamba-Ku, tentang-Ku, dan Aku Bersamanya tatkala dia mengingat-Ku”(HR” Bukhari dan Muslim)*

Dalam hadits yang lain Rasulullah SAW bersabda :

لَا يَمُوتَنَّ أَحَدُكُمْ إِلَّا وَهُوَ يُحْسِنُ ظَنًّا بِاللَّهِ عَزَّوَجَلَّ (رواه مسلم وأبو داود)

*“janganlah seseorang diantaramu yang meninggal, kecuali dalam keadaan berbaik sangka kepada Allah ‘Azza wa Jalla”. (HR. Muslim dan Abu Daud)*

Berbaik sangka kepada Allah merupakan ibadah. dari Abu Hurairah RA dari Nabi SAW beliau bersabda :  
*“Sesungguhnya berbaik sangka itu termasuk ibadah yang baik”*

### 3. Tawakkal dan Berserah Diri

Tawakkal menurut istilah adalah berserah diri kepada Allah. Makna lain bisa diartikan damai atau sejahtera. Berserah diri kepada Allah berarti juga sebagai pertanda bahwa kita sebagai makhluk lemah ini berharap akan limpahan rahmat-Nya, dalam bentuk bimbingan dan petunjuk agar dapat menjalani hidup



dan kehidupan dengan ketentraman dan ketenangan batin. Hidup yang jauh dari goncangan jiwa. Diantara tanda-tanda keimanan seseorang adalah tawakkal atau berserah diri kepada Allah SWT dalam segala urusan hidupnya. Ia senantiasa memohon pertolongan Allah diwaktu susah, baik dikala sehat maupun dikala sakit. Allah berfirman :

...وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ وَإِنَّ اللَّهَ بَلِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ﴿٣﴾

*"Dan barang siapa yang bertawakkal kepada Allah, Niscaya Allah akan mencukupkan keperluannya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan-Nya yang (dikehendakiNya). Sesungguhnya Allah telah mengadakan ketentuan-ketentuan bagi setiap sesuatu." (QS. AtThalaq: 3)*

Bila Anda sekarang dalam keadaan sakit dan telah mendapatkan pengobatan atau perawatan medis dari seorang ahli, mungkin juga dengan mempergunakan alat tehnolog kedokteran yang canggih, maka hal itu adalah suatu ikhtiar yang sangat terpuji.

Namun demikian Anda tidak boleh berhenti dari memohon pertolongan kepada Allah dan senantiasa bertawakkal kepadaNya Sebagai ikhtiar, untuk menuju kesembuhan, juga jangan lupa berdo'a sepenuh hati disertai dengan keyakinan yang kokoh bahwa Allah SWT akan menyembuhkan sakit yang sedang Anda derita.



Firman Allah:

وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨٠﴾

*"Dan bila Aku sakit, maka dialah (Allah) yang menyembuhkan aku" (QS. Asy Syu'oro: 80)*

Firman Allah yang lain :

... إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ ﴿١٥٩﴾

*"Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang berserah diri (bertawakkal) kepada-Nya." (QS. Ali Imran:159)*

Semoga Anda dan kita semua dimasukkan dalam golongan orang-orang yang senantiasa bertawakkal kepada Allah SWT dan selalu mendapat rahmat daripada-Nya serta dicintai-Nya sesuaijanji-Nya.

#### **4. Sakit hendaklah diterima dengan ridla**

Ridla menurut bahasa: rela atau senang. Ridla menurut istilah: menerima dengan rela. Dalam menghadapi musibah, bersikap sabar adalah satu keharusan, sedang yang lebih utama dari itu adalah bersikap ridla terhadap takdir Allah. Orang yang ridla menerima musibah mempunyai sikap yang lebih positif yaitu menganggap Allah telah memilihnya sebagai orang yang tiba gilirannya menerima musibah itu dan bahwa Allah sekali-kali tidak mengharapkan keburukan dan ketentuan cobaan bagi makhluk-Nya melainkan menganugerahkan kebaikan.



Sabda Rasulullah SAW :

مَنْ مَرِضَ لَيْلَةً فَصَبَرَ وَرَضِيَ بِهَا عَنِ اللَّهِ خَرَجَ مِنْ  
ذُنُوبِهِ كَيَوْمِ وَلَدَتْهُ أُمُّهُ (رواه الترمذي عن أبو هريرة)

*“Barang siapa sakit satu malam, kemudian dia bersikap sabar dan ridla (dengan ketentuan) Allah ini, maka dia keluar dari dosa-dosanya sebagaimana pada hari dia baru dilahirkan oleh ibunya (tanpa dosa)” (HR. Tirmidzi dari Abu Hurairah)*

## 5. Raja’

Raja’ artinya berharap (harapan).

Maksudnya: rasa dan sikap yang penuh keyakinan bahwa Allah adalah tempat segala harap. Sikap raja’ sangat penting bagi manusia. sebab hidup di dunia ini penuh dengan cobaan, antara lain cobaan sakit. Ujian hidup atau keimanan itu pasti terjadi dengan ragam bentuk yang berbeda-beda.

Bagi kita yang selalu ingat kepada Allah akan tidak terlalu sulit menghadapi berbagai macam cobaan itu. Karena Allah yang memberikan cobaan-cobaan tersebut, maka kepada Allah jualah kita berlindung dan memohon kemudahan untuk menghadapi ujian. Kuncinya terletak pada keikhlasan dan menerima dengan penuh tawakkal. Raja’ adalah berharap yang baik serta keinginan untuk mendapatkan sesuatu yang positif.



Apa yang diharapkan itu? tentulah rahmat Allah dan kasih sayang-Nya. Oleh sebab itu bagi Anda yang sedang mendapat ujian (cobaan) dari Allah seberat apapun hendaklah jangan berputus asa dari rahmat Allah. Firman Allah:

﴿قُلْ يَاعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾

*"Katakanlah hai hamba- hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni segala dosa. Sesungguhnya Dia Maha Pengampun lagi Maha Penyayang." (QS. Az Zuntar:53)*

Rasulullah bersabda :

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا يَتَمَنَّيَنَّ أَحَدُكُمْ الْمَوْتَ لِيُضْرَّ نَزَلَ بِهِ فَإِنْ كَانَ لَا بُدَّ مَتْمَنِيَا فَلْيَقُلْ اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مَا كَانَتِ الْحَيَاةُ خَيْرًا لِي وَتَوَفَّنِي مَا كَانَتِ الْوَفَاةُ خَيْرًا لِي (رؤية الجماعة عن أنس)

*"Janganlah ada seseorang diantara mengharapnkan mati karena bahaya (derita) yang menimpa dirinya, bila terpaksa mengharapnkan mati, hendaklah dia membaca'Allahumma ahyinil maa kaanatil hayaatu*



*khoiranii watawaffanii maa kaanatil wafaatu khairanii” (Ya Allah hidupakanlah aku apabila hidup itu lebih baik bagiku, dan matikanlah aku jika mati itu lebih baik bagiku”. (HR. Jama’ah dari Anas)*

Semoga kita senantiasa berada dalam lindungan kasih sayang Allah, terhindari dari sifat putus asa.





## **BAB III**

### **DZIKIR DAN DOA**

### **BAGI ORANG SAKIT**

Dzikir dan do'a merupakan cara yang tepat untuk menenangkan dan menentramkan hati dalam menghadapi kehidupan ini, apalagi bila dihubungkan dengan sakit dan penyakit yang diderita. Dzikir dan do'a akan senantiasa mengantarkan kita untuk selalu teringat akan kebesaran Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, sehingga dengan dzikir dan do'a, hati kita akan bersih dan terjauh dari bisikan dan godaan syetan.

#### **I. DZIKIR**

##### **1. Kedudukan Dzikir**

Orang yang beriman kepada Allah serta menginginkan kesempurnaan imannya, tentu tidak lengah dan lalai dari berdzikir kepada Allah SWT, yakni senantiasa teringat dan terkenang akan kebesaran Dzat-Nya yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Adapun salah satu cara mengingat Allah adalah dengan “dzikir” karena dzikir dapat mendekatkan diri kepada Allah serta dapat dijadikan sebagai penawar sakit bagi hati dan jiwa yang rusuh, resah dan gelisah. Dengan dzikir maka jiwa kita akan dipenuhi kekayaan batin berupa ketenangan dan ketentram hati, dalam menghadapi kehidupan ini sehingga tidak ada tempat di hati kita bagi bisikan syetan.



## 2. Pengertian Dzikir

Dzikir dalam pengertian khusus adalah sebagaimana yang dijelaskan di dalam kitab Fathul Barie, oleh Hafidz Ibnu Hajar menyatakan bahwa, dzikir itu adalah segala lafadz (ucapan) yang disukai umat membacanya dan membanyakkan membacanya untuk menghasilkan jalan mengingat dan mengenang akan Allah SWT seperti lafadz-lafadz Al Baqiyatush shalihat Dengan demikian dzikir adalah mengingat. Allah dengan membaca :

Kalimat Tasbih:	Subhanallah	سُبْحَانَ اللَّهِ
Kalimat Tahmid:	Alhamdulillah	الْحَمْدُ لِلَّهِ
Kalimat Tahlil	Laa ilaaha illallah	لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ
Kalimat Takbir	AllahuAkbar	اللَّهُ أَكْبَرُ
Kalimat Hauqalah	Laa haula walaa quwwata illa billaah	لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ
Kalimat Hasbalah	Hasbiyallah	حَسْبِيَ اللَّهُ
Kalimat Basmallah	Bismillahirrah-manirrahiim	بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



### 3. Dalil-dalil tentang dzikir

Allah SWT membimbing di mengingatkan kita untuk berdzikir sebagaimana tercantum dalam firman-Nya:

فَاذْكُرُونِي أَذْكَرْكُمْ... ﴿١٥٢﴾

"Maka berdzikirlah (ingatlah) kepada-Ku, niscaya Aku ingat (pula) kepadamu..." (QS. Al-Baqarah: 152)

... أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾

"Bendzikirlah (ingatlah) kepada Allah dengan dzikir yang banyak" (QS. Al Ahzab: 41 )

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ... ﴿١٩١﴾

"Yaitu orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, sambil duduk atau dalam keadaan berbaring" (QS. Ali Imran:191)

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ... ﴿١١٣﴾

Maka apabila kamu Telah menyelesaikan shalatmu, ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring. (QS. An Nisa: 103)

وَمَنْ يَعِشْ عَنِ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقِضْ لَهُ وَشَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ وَقَرِينٌ ﴿٣٦﴾



"Barangsiapa yang berpaling dari dzikir akan Allah. Kami turunkan kepadanya syaithan yang terus menerus menjadi kawan seiring baginya yang akan menyesatkan". (QS. Az-Zukhruf:36)

أَسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ فَأَنسَهُمْ ذِكْرَ اللَّهِ... ﴿١٩﴾

"Setan telah menguasai mereka, kemudian menjadikan mereka lupa mengingat Allah" (QS. Al Mujadalah: 19)

Pada saat Anda dirawat dirumah sakit, waktu luang dan waktu istirahat Anda cukup banyak. Oleh sebab itu gunakanlah waktu- waktu istirahat Anda tersebut untuk banyak berdzikir kepada Allah. Jangan sampai banyak melamun atau berfikir dan beprasangka yang bukan-bukan, karena hal yang demikian mempengaruhi jiwa Anda, sebagaimana firman Allah tersebut diatas.

Pelaksanaan dan cara berdzikir itu sangat mudah dilakukan karena boleh berdiri atau dalam keadaan duduk atau dalam keadaan berbaring sekalipun. Lagi pula cukup diucapkan dalam suara pelan (sir) atau dalam hati saja diikuti dengan penghayatan yang khusus, mengenai hal ini dijelaskan oleh Allah dalam firman-Nya :

وَاذْكُرْ رَبَّكَ فِي نَفْسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ وَلَا تَكُنْ مِنَ الْغَافِلِينَ ﴿٢٠﴾

"Dan sebutlah nama Tuhanmu (berdzikir) dalam hatimu dengan merendahkan suara, diwaktu pagi dan



petang, dan janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai". (QS. Al A'raf: 205)

#### 4. Adab berdzikir

Untuk melakukan dzikir, seseorang tidak harus berdiam diri dalam satu tempat kemudian membaca lafadz dzikir, tetapi dzikir (mengingat Allah SWT) dapat dilakukan dalam Setiap saat.

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ ... ﴿١٩١﴾

"Yaitu orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, sambil duduk atau dalam keadaan berbaring." (QS. Ali Imran: 191)

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ ... ﴿١٠٣﴾

"Maka apabila kamu telah menyelesaikan sholatmu ingatlah Allah diwaktu berdiri, diwaktu duduk dan diwaktu berbaring. " (QS. An-Nisa: 103)

Memperhatikan firman Allah SWT tersebut, terhadap isyarat di dalamnya beberapa ketentuan atau adab untuk melakukan dzikir dapat dilakukan sambil berdiri, duduk, ataupun sambil berbaring.



## 5. Bacaan dzikir dan keutamaannya

### 5.1. Bacaan Tahlil

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ

**Laa ilaaha illallah**

*“Tidak ada Tuhan selain Allah” atau*

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ  
وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

**Laa ilaaha illallah wahdahu laa syariikalahu laahul mulku wa laahul hamdu wa huwa’alaa kulli syaiin qadiir**

*“Tidak ada Tuhan selain Allah Yang Maha Esa, tiada sekutu bagi-Nya, bagi-Nya adalah kerajaan dan segenap puji dan Dia adalah Maha Kuasa atas segala sesuatu”*

**\*Keutamaannya:**

Berdasarkan hadits yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim, Rasulullah SAW bersabda: Barang siapa yang mengucapkan kalimah Tahlil seperti tersebut diatas, setiap harinya 100x (seratus kali) maka pahalanya sirna dengan memerdekakan sepuluh orang hamba sahaya dan dicatat untuknya 100 kebaikan dan dileburkan dari dirinya 100 keburukan. Ucapan tahlil juga menjadi benteng bagi dirinya dari syetan sepanjang hari itu dan gugur semua dosanya sekalipun sebanyak buih di lautan.



## 5.2. Bacaan Tasbih, Tahmid, dan Takbir

Kalimat Tasbih:	<b>Subhanallah</b> Maha Suci Allah	سُبْحَانَ اللَّهِ
Kalimat Tahmid:	<b>Alhamdulillah</b> Segala puji bagi Allah	الْحَمْدُ لِلَّهِ
Kalimat Tahlil	<b>Laa ilaaha illallah</b>	لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ
Kalimat Takbir	<b>AllahuAkbar</b> Allah Maha Besar	اللَّهُ أَكْبَرُ

### \*Keutamaannya:

Berdasarkan hadits yang diriwayatkan Muslim bahwa Nabi Muhammad SAW menerangkan:

*“Barang siapa membaca tasbih 33x (tiga puluh tiga kali). Tahmid 33x dan Takbir 33x, lalu menggenapkan untuk 700 (seratus) kalinya dengan kalimat.*

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ  
وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

**Laa ilaaha illallahu wahdahu laa syariikalahu lahul mulku wa lahul hamduwa huwa’alaa kulli syaiin qadiir**

*“(Tidak Tuhan selain Allah Yang Maha Esa, tiada sekutu bagi-Nya, bagi-Nya adalah kerajaan dan segenap pujian dan Dia adalah Maha Kuasa atas segala sesuatu.)”, maka Allah akan mengampuni dosa-dosanya.*



### 5.3. Bacaan Istighfar

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ، أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ، أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ

**Astaghfirullaah, Astaghfirullaah, Astaghfirullaah**

*“Ya Allah ampunilah dosaku” 3x (tiga kali) atau*

رَبِّ اغْفِرْ لِي وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ

**Rabbighfirlilii watub'alayya innaka antat tawwaburrahim**

*“Wahai Tuhanku, ampunilah kiranya aku dan terimalah taubatku, sesungguhnya Engkaulah Tuhan Yang Maha Menerima taubat lagi Maha Penyayang”.*

Atau membaca istighfar yang terkenal dengan sebutan Sayidul Istighfar (Penghulu Istighfar) :

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ  
وَأَنَا عَلَىٰ عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ أَعُوذُ بِكَ مِنْ  
شَرِّ مَا صَنَعْتُ أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ. وَأَبُوءُ بِدُنْيِي  
فَاغْفِرْ لِي فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ (رواه البخاري)

**Allaahumma anta rabbii laa ilaaha illa anta khalaqtanii  
wa anaa 'abduka wa anaa'alaa'abdika wawa'dika  
mustatha'tu a'uudzubila min syarri maa shona'tu  
abuu u laka bini'matika 'alayya wa abuu u bidzambii  
faghfirlilii fainnahu laa yaghrudz dzunuuba illa anta**



*“Wahai Tuhanku, Engkaulah Tuhanku, tiada Tuhan yang berhak kusembah kecuali hanya Engkau. Telah Engkau jadikan aku dan aku ini adalah hamba-Mu dan aku ini senantiasa terikat dengan janji dan ketentuan-Mu, akan aku penuhi sejauh kesanggupanku. Aku berlindung pada-Mu dari segala kejahatan yang telah kuperbuat. Aku menyadari akan segala nikmat yang telah Engkau berikan kepadaku dan aku insyaf akan dosaku, maka ampunilah aku, karena sesungguhnya tiada yang mengampuni dosa itu kecuali hanya Engkau” (HR.Bukhari)*

**\*Keutamaannya :**

1. Berdasarkan hadits Rasulullah :  
*“Barang siapa memperbanyak istighfar niscaya Allah melegakan tiap-tiap kegundahan mereka, melepaskan tiap-tiap kesempitan mereka dan memberikan rizki secara tak terduga-duga” (HR. Abu Daud)*
2. Berdasarkan hadits Rasulullah :  
*“Seorang yang menginsyafi kesalahannya kemudian membaca istigfar, maka akan mendapatkan ampunan Allah SWT” (HR. Bukhari Muslim)*
3. *“Nabi SAW mengucapkan istight’ar 100x kali sehari semalam” (HR. Muslim)*
4. *“sayidul istighfar tersebut diatas, bila dibaca seseorang pada malam hari, kemudian sampai ajalnya pada malam hari itu, niscaya dia masuk syurga, dan bila dibaca seseorang setelah subuh, lalu sampai ajalnya pada siang hari itu tentulah masuk syurga.” (HR. Bukhari)*



#### 5.4. Bacaan Hauqalah

لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

##### **Laa haula wa laa quwwata illa billaah**

*“Tidak ada daya upaya untuk menolak sesuatu kemelaratan dan mendatangkan suatu kemanfaatan melainkan dengan izin Allah”*

##### **\*Keutamaannya:**

- a. Bacaan “Hauqalah” merupakan perbendaharaan syurga (HR. Bukhari dan Muslim)
- b. Memperbanyak bacaan “Hauqalah” termasuk salah satu diantara 7 (tujuh) wasiat Rasulullah SAW kepada Abu Dzar Al-Ghifari, dijelaskan bahwa “Hauqalah” merupakan perbendaharaan Arsy.” (HR. Ahmad dan Ar Thabrani)

#### 5.5. Bacaan Hasbalah

حَسْبِيَ اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ

##### **Hasbiyallahu wa ni'mal waklil**

*“Cukuplah Allah bagiku, tidak perlu aku kepada yang selain-Nya, Dia lah sebaik-baik pelindung.”*

##### **\* Keutamaannya:**

- a. Bacaan Hasbalah merupakan ucapan Nabi Ibrahim as, ketika beliau dicampakkan ke dalam api oleh Namrudz. (HR. Ibnu Abbas)



- b. Bacaan yang diucapkan Nabi Muhammad SAW dikala menghadapi musuh dengan perlengkapan yang hebat dan menakutkan. (HR. Ibnu Abbas)
- c. Hasbalah merupakan ucapan mukmin yang bertawakkal kepada Allah dalam menghadapi segala persoalan yang rumit dan berat maka dengan izin Allah SWT yang membacanya dengan penuh keyakinan akan mendapatkan rahmat dan perlindungan Allah SWT. Sebagaimana yang diisyaratkan Allah dalam firman-Nya dalam surat Ali Imran ayat 173.

### 5.6. Bacaan Shalawat

Bacaan Shalawat yang ringkas adalah :

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ

**Allaahumma shalli'ala Muhammad wa 'alaa ali Muhammad**

*"Ya Allah, wahai Tuhanku, muliakanlah oleh-Mu akan Muhammad dan keluarganya"*

Atau bacaan shalawat yang lebih panjang seperti bacaan shalawat dalam shalat :

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى  
 إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ وَبَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ  
 مُحَمَّدٍ، كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ  
 حَمِيدٌ مَجِيدٌ



**Allaahumma shalli ‘alaa Muhammad wa ‘alaa ali Muhammad kamaa shallaita’alaa Ibrahiim wa’alaa aali Ibrahiim wa baarik ‘alaa Muhamrnad wa ‘alaa aali Muhammad kamaa barakta ‘alaa aali Ibrahiim innaka hamiidum majiid.**

*“Ya Allah, wahai Tuhanku, muliakanlah oleh-Mu akan Muhammad dan keluarganya sebagaimana Engkau muliakan Ibrahim dan keluarganya, dan berkahi oleh-Mu akan Muhammad dan keluarganya sebagaimana Engkau memberkahi Ibrahim dan keluarganya, sesungguhnya Engkau Maha Mulia lagi Maha Tinggi”*

**\* Keutamaannya:**

1. Barang siapa bershalawat untukku (Nabi SAW sekali, niscaya Allah bersholawat untuknya 70x (sepuluh kali). (HR. Muslim)
2. Barang siapa yang bershalawat untukku (Nabi SAW) dipagi hari 70x dan petang hari 70x maka ia mendapatkan syafa’atku pada hari kiamat (HR. Thabrani)
3. Manusia yang paling utama terhadap diriku (Nabi SAW/ pada hari kiamat, dialah manusia yang paling banyak bershalawat untukku.
4. Dalam hadits riwayat An Nasai dijelaskan bahwa: “Barang siapa bershalawat 70x akan diampuni 70 dosanya, derajatnya 10 derajat”



## 5.7. Dzikir dengan membaca Al-Qur'an

Selain dzikir dengan bacaan-bacaan kalimat thayyibah diatas dapat pula berdzikir dengan membaca Al-Qur'an. baik keseluruhan atau ayat-ayat dan surat-surat tertentu saja.

**\* Keutamaannya :**

1. *Orang-orang yang berkumpul untuk membaca Al-Qur'an di rumah Allah (Masjid) niscaya akan memperoleh ketenangan jiwa, mereka akan mendapat rahmat dari Allah SWT dan perlindungan malaikat serta mereka akan mendapat sanjungan dari Allah SWT (HR.Muslim dan AbuDaud)*
2. *Rasulullah SAW bersabda: "Bacalah olehmu Al-Qur'an, karena sesungguhnya ia akan datang pada hari kiamat sebagai pemberi syafa'at bagi orang-orang yang membacanya" (HR. Muslim)*
3. *"Barang siapa membaca Al-Qur'an dalam sehari semalam sebangak 50 ayat, maka ia tidak dicatat sebagai orang yang lalai, dan barang siapa membaca 100 ayat, di dicatat sebagai orang yang tegak berdiri memuji Allah (Qanitiin), dan barang siapa membaca 200 ayat, terhindarlah dia dari orang-orang yang didebat Al-Qur'an di hari kiamat, dan barang siapa membaca 500 ayat, dicatat untuknya seqintar (pahala yang banyak)." (HR. Ibnu Sunny) Semoga keutamaan-keutamaan dari dzikir-dzikir diatas menambah gairah kita untuk berdzikir mengharap ridla Allah SWT semata. Amin.*



## II. DO'A

### 1. Pengertian Do'a

Didalam buku ensiklopedia Islam jilid 2, halaman 317 dijelaskan bahwa do'a adalah ucapan permohonan dan pujian kepada Allah SWT dengan cara-cara tertentu. Berdo'a merupakan ibadah, bahkan merupakan intisari ibadah. Do'a merupakan ibadah yang tidak menuntut syarat-syarat dan rukun yang ketat.

### 2. Dalil-dalil berdo'a

Allah SWT berfirman :

... أَدْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ... ﴿٦٠﴾

*"Berdo'alah kalian kepadaKu (Allah) niscaya Aku (Allah) akan berkenankan do'a kalian" (QS. Al-Mu'min/ Ghafir: 60)*

وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ فَادْعُوهُ بِهَا ... ﴿١٨٠﴾

*"Allah SWT mempunyai nama-nama yang amat bagus (indah) maka berdo'alah kamu kepada Nya dengan menyebut nama-nama itu"(QS. Al A'raf :180)*

### 3. Adab berdo'a

Berdoa hendaklah dilakukan dengan tulus ikhlas, waktunya dapat dilakukan setelah shalat wajib lima waktu atau sesudah shalat-shalat sunnah dan pada situasi-situasi tertentu. Tata cara atau adab berdo'a adalah sebagai berikut:

- Hendaklah didahului dengan istighfar permohonan ampun



- Dianjurkan menghadap ke arah kiblat
- Membaca Ta'awudz (Audzubillah. . . )
- Membaca Basmalah (Bismillahirrahmanirrahiim )
- Membaca Hamdalah (Alhamdulillah Rabbil'Alamiin)
- Shalawat atas Nabi Muhammad SAW
- Kemudian berdo'a akan kepada Allah SWT sesuai yang diinginkan
- Setelah selesai membaca do'a hendaklah ditutup dengan shalawat dan hamdalah
- Membaca do'a jangan dengan suara yang keras-keras tetapi dengan suara yang lemah lembut dan merendahkan diri disertai keyakinan penuh bahwa cepat atau lambat do'anya akan dikabulkan oleh Allah SWT
- Hati yang khusyu' dan diulang-ulang pengungkapannya
- Memilih waktu yang baik, tempat atau keadaan yang mulia
- Tidak meminta yang bukan-bukan (yang mustahil adanya)
- Tidak minta yang jelek-jelek dan dilarang Oleh Allah
- Tidak berdo'a untuk kerugian orang lain dan tidak pula berdo'a untuk memutuskan tali silaturahmi

### III. DO'A KETIKA SAKIT

Bila Anda sedang sakit perbanyaklah membaca dzikir yang telah disebutkan pada permulaan keterangan tentang dzikir, disamping itu bacalah do'a-do'a berikut ini dengan penuh keyakinan bahwa Allah SWT adalah Maha Mendengar dan mengabulkan



do'a hamba-Nya. Bila Anda tidak dapat membaca teks arabnya, cukup latinnya, walaupun sulit, maka cukuplah Anda membaca terjemahan do'a tersebut dengan khusus'.

### 1. Do'a mohon kesembuhan

Do'a ini Anda baca sendiri sebagai orang yang sedang sakit, untuk memohon kesembuhan:

أَسْأَلُ اللَّهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيَنِي  
شِفَاءً لِيُعَادِرُ سَقَمًا (رواه أبو داود والترمذي)

**As 'alullaahal 'adhiimi rabbal 'arsyil 'adhiim an  
yasyfiyanii syifaa an laa yughaadiru saqaman**

*"Saya mohon kepada Allah yang Maha Agung, Tuhan yang mempunyai 'arsy yang besar agar menyembuhkan aku, dengan kesembuhan yang tidak meninggalkan sakit lagi." (HR. Abu Daud dan Tirmidzi)*

Do'a yang dibaca oleh keluarga, sanak famili dan handai taulan untuk saudaranya yang sakit:

اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبِ الْبَأْسَ إِشْفِ أَنْتَ الشَّافِي  
لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا يُعَادِرُ سَقَمًا (رواه  
البخاري ومسلم)

**Allahumma rabbbnaasi adzibil ba'sa isyafi antasy  
syafii laa syifaa an illa syifaa uka syifaa an laa  
yughaadiru saqaman**

*"Ya Tuhanku, Tuhan segala manusia, hilangkanlah penyakit, sembuhkanlah, Engkaulah penyembuh,*



tidak ada kesembuhan melainkan kesembuhan dari-Mu, sembuhkanlah dengan kesembuhan yang tidak meninggalkan sakit lagi.” (HR. Bukhari dan Muslim)

Bacalah do'a tersebut diatas sambil menempelkan tangan pada kepala atau kening atau badan pasien atau pada anggota tubuh yang sakit, didahului dengan membaca basmalah, hamdalah, dan shalawat.

## 2. Do'a menghilangkan rasa sakit

Letakkan tangan Anda diatas anggota badan yang terasa sakit sambil membaca :

بِسْمِ اللَّهِ ۳X

أَعُوذُ بِعِزَّةِ اللَّهِ وَقُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَادِرُ ۷X

**Bismillah 3x**

**A'udhu bi'izzatillahi waqudratihi min syarri maa ajidu wa uhaadziru 2x**

*“Dengan nama Allah” (dibaca 3 kali)*

*“Saya berlindung dengan kebesaran Allah dan kekuasaan-Nya dari kejahatan apa yang aku derita dan aku khawatirkan.” ( HR. Muslim )*

## 3. Do'a minum obat

Sewaktu Anda meminum obat bacalah :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِمْسَحِ الْبَاسَ رَبِّ النَّاسِ بِيَدِكَ الشِّفَاءُ لَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا أَنْتَ



**Bismillaahirrahmaanirrahiim  
Imshahil ba'sa rabbannaasi biyadikasy  
syifaa u laa kaasyifa lahu illa anta**

*“Hilangkanlah penyakit, wahai Tuhan segala manusia, di tangan-Mu kesembuhan, tidak ada yang menghilangkan penyakit selain dari pada-Mu ya Allah” (HR. Bukhari Muslim)*

Sesudah minum obat bacalah :

أَسْأَلُ اللَّهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيَنِي

**As-alullahal'adhiim rabbal'arsyil'adhiiim an yasyfiyani**

*“Saya mohon kepada Allah Yang Maha Besar, Tuhan yang mempunyai arsy yang besar, semoga Engkau menyembuhkan aku”*

Menurut riwayat Abu Daud dan At-Tirmidzi bahwa Nabi Muhammad SAW membaca do'a tersebut disisi orang yang sakit sebanyak 7 kali (tujuh kali), Insya Allah Anda sembuh.

**4. Do'a memohon kesabaran dan ketenangan**

Bila rasa sakit dan emosi Anda labil bacalah do'a ini dengan hikmat agar Allah SWT mengkaruniaai Anda kesabaran dan ketenangan.

حَسْبِيَ اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ، رَبَّنَا أفرغْ عَلَيْنَا

صَبْرًا وَتَوَقَّنَا مُسْلِمِينَ (رواه أبو داود)



## Hasbiyallaahu wa ni'mal wakil rabbanaa Afrigh 'alainaa shabran watawaffanaa muslimiin

*"Ya Allah yang Maha Mencukupi aku dan sebaik-baik yang melindungi aku, Ya Allah Tuhan Kami, curahkanlah kesabaran dalam hati kami dan jadikanlah kami mati dalam Islam" (HR. Abu Daud)*

### 5. Do'a menghilangkan kegundahan hati

Bila fikiran dan perasaan Anda sedang tidak tenang, gelisah, dibebani berbagai persoalan yang menyebabkan terganggunya kesehatan Anda, maka bacalah do'a ini :

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ  
الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ وَأَعُوذُ  
بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ الرِّجَالِ (رواه أبو داود)

**Allahumma Innii auudzubika minal hammi wal huzni  
wa a'uudzubika minal 'ajzi wal kasali wa a'uudzubika  
minal jubni wal bukhlī wa a'uudzubika min ghalabatid  
daini wa qahri rijaal**

*"Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari keresahan dan kesedihan, dan aku berlindung kepada-Mu dari kelemahan dan kemalasan, dan aku berlindung kepada-Mu dari sifat pengecut dan kikir, dan aku berlindung kepada-Mu dari hutang yang tak terbayarkan dan dari penindasan orang-orang" (HR. Abu Daud)*



Atau bacalah doa dibawah ini:

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ. اللَّهُمَّ  
أَذْهِبْ عَنِّي الْهَمَّ وَالْحُزْنَ

**Bismillaahilladzii laa ilaaha illa huwar rahmaanuanur  
rahiim. Allahumma adzhibi'annilhammi wal khazan**

*“Dengan nama Allah yang tiada Tuhan selain Dia, yang  
Maha Pengasih lagi Penyayang, Ya Allah hilangkanlah  
dariku kecemasan dan kegundahan hati”*

**6. Do'a menghadapi situasi Kritis,**

Bila Anda menghadapi situasi berbahaya atau keadaan genting, maka bacalah dzikir atau do'a berikut:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ  
الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَاوَاتِ وَرَبُّ  
الْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ (رواه البخاري ومسلم)

**Laa ilaaha illallaahu a'dziimulhaliim, laa ilaaha  
illallaahu rabbul 'arsyil 'adhiim. Laa ilaaha illallaahu  
rabbussamaawaati wa rabbul ardhi wa rabbul'arsyil  
kariim**

*“Tiada Tuhan yang disembah selain Allah Yang Maha  
Besar lagi Maha Penyantun (menahan marah), tiada  
Tuhan melainkan Allah yang memelihara (mempunyai)*



'Arsy yang besar, tidak ada Tuhan yang disembuh melainkan Allah yang memelihara segala langit dan bumi yang mempunyai'Arasy Yang Maha Mulia. " (HR. Bukhari dan Muslim)

## 7. Ayat-ayat untuk menawar sihir

Bila Anda mendapatkan informasi dari pihak keluarga atau handai taulan bahwa penyakit Anda itu disebabkan oleh perbuatan tukang sihir (berupa santet, tenung atau guna guna), Anda jangan mudah mempercayainya. karena akan menyeret Anda kepada hal-hal yang bersifat syirik atau mempersekutukan Allah. Oleh karena itu bacalah ayat-ayat berikut ini dengan penuh keyakinan bahwa Allah akan melindungi Anda.

فَلَمَّا أَتَقَوْا قَالَ مُوسَىٰ مَا جِئْتُمْ بِهِ السَّحَرُ إِنَّ اللَّهَ  
سَيَبْطِلُهُوَ إِنَّ اللَّهَ لَا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ ﴿٨١﴾  
وَيُحِقُّ اللَّهُ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ وَلَوْ كَرِهَ الْمُجْرِمُونَ ﴿٨٢﴾  
فَوَقَعَ الْحَقُّ وَبَطَلَ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿١١٨﴾ فَغَلِبُوا هُنَالِكَ  
وَأَنْقَلَبُوا صَغِيرِينَ ﴿١١٩﴾ وَأَلْقَى السَّحْرَةَ سَاجِدِينَ ﴿١٢٠﴾  
قَالُوا ءَأَمَّنَّا بِرَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٢١﴾ إِنَّمَا صَنَعُوا كَيْدًا  
سَاحِرٍ وَلَا يُفْلِحُ السَّاحِرُ حَيْثُ أَتَىٰ ﴿٦٩﴾



**Fa'lamma alqau qaala muusa maa ji'tum bihis sihru innallaha sayubthiluhu, innallaha laa yuslikhu'amalal mufsiidiina, wa yuhiqqullahul haqqa bikalimaatihi walau karihal mujrimuun, fawaqa'al haqqa wa bathola maa kaanuu ya'maluuna, faghulibuu hunaalika wanqalabuu shoghiriina, wa ulqiyas saharatu saajidiina, qaaluu aamannaa birabbil 'aalamiin, innamaa shana'uu kaidu saahirin wa laa yuflihus saahiru haitsu ataa**

*“Maka setelah mereka melemporkan tali-tali mereka, Musa berkata: “apa yang kamu lakukan itu, itulah sihir”, sesungguhnya Allah akan menampakkan ketidakbenarannya. Sesungguhnya Allah tidak akan membiarkan terus berlangsungnya pekerjaan orang-orang yang membuat kerusakan. Dan Allah akan mengokohkan yang benar dengan ketetapan-Nya, walaupun orang-orang yang berbuat dosa tidak menyukai-Nya. Karena itu nyatalah yang benar dan batallah yang selalu mereka kerjakan. Maka mereka kalah di tempat itu dan jadilah mereka orang-orang yang hina. Dan ahli-ahli sihir itu serta merta meniarapkan diri dengan bersujud. Mereka berkata:*

Kami beriman kepada Tuhan semesta alam. Sesungguhnya apa gang mereka perbuat itu adalah tipu daya tukang sihir (belaka). Dan tidak akan menang tukang sihir, dari mana saja ia datang”

Menurut riwayat Abi Hatim, ayat-ayat tersebut adalah penawar sihir, diambil dari: QS. Yunus: 81-82, QS. Al-A'raf: 118-121, QS. Thaha penggalan ayat 69.



## 8. Do'a ketika akan dioperasi

Setelah anda mengetahui bahwa anda akan menjalani operasi, maka perbanyaklah membaca do'a ini:

حَسْبِيَ اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ، عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْتُ (رواه الترمذي)

*"Ya Allah yang Maha Mencukupi aku dan sebaik-baik yang melindungi aku, hanya kepada Engkaulah Ya Allah aku berserah diri" (HR. Tirmidzi)*

selesai operasi dengan selamat bacalah:

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

**Alhamdulillahilahi rabbil'aalamin**

*"Segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam"*

Kalau Anda sudah boleh meninggalkan rumah sakit dalam keadaan sehat wal 'afiat, bersyukur kepada Allah SWT dengan melakukan sujud syukur.

## 9. Do'a ketika akan melahirkan

Bila tanda-tanda untuk bersalin telah tiba, hendaklah anda membaca do'a berikut ini :

حَسْبِيَ اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ، عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْتُ (رواه الترمذي)

**Hasbiyallaahu wa ni'mal wakil 'alallaahi tawakkaltu**

*"Ya Allah yang Maha Mencukupi aku dan sebaik-nya baik yang melindungi aku, hanyalah kepada Engkau Ya Allah aku berserah diri" (HR. Tirmidzi)*



Bacaan ini juga boleh diucapkan setiap menghadapi sesuatu keadaan (kesulitan) yang memprihatinkan kegawatan. Untuk menghilangkan kesukaran bersalin, maka hendaklah suami atau keluarga lainnya membaca dzikir dibawah ini dengan meniupkannya ke dalam segelas air putih, lalu diberi minum kepada perempuan yang sedang menghadapi kesukaran bersalin.

Berdasarkan riwayat Al Baihaqi bahwa Ibnu Abbas ra mengamalkan yang demikian itu. Do'anya sebagai berikut :

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ. بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ  
الْحَلِيمُ الْكَرِيمُ سُبْحَانَ اللَّهِ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ.  
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَهَا لَمْ  
يَلْبَثُوا إِلَّا عَشِيَّةً أَوْ ضُحَاهَا. فَأَصْبِرْ كَمَا صَبَرَ أُولُو  
الْعِزْمِ مِنَ الرُّسُلِ وَلَا تَسْتَعْجِلْ لَهُمْ كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرُونَ  
مَا يُوعَدُونَ لَمْ يَلْبَثُوا إِلَّا سَاعَةً مِّن نَّهَارٍ بَلَّغٌ فَهَلْ  
يُهْلِكُ إِلَّا الْقَوْمَ الْفَاسِقُونَ.

**Bismillahirrahrnaanirrahiim**

**Bismillaahilladzii laa ilaaha illa huwa al haliimul  
kariim, subhaanallahi rabbil 'arsyil'adhiim,  
alhamdulillaahirabbill 'aalamiin, kaannahum yauma**



yaraunahaa lam yalbatsu illa'asyiyyatan au dhuhaa  
haa, ka annahum yauma yurauna maa yuu'aduuna  
lam yalbatsu illa saa'atan min nahaarin balaghun  
fahal yuhlaku illal qaumal faasiqun

*“Dengan nama Allah yang Maha Pemurah lagi Maha  
Penyayang. Dengan nama Allah yang tidak ada Tuhan  
selain Dia yang Maha Haliim lagi Maha Mulia. Maha  
Suci Allah yang mempunyai ‘Arsy yang besar, segala  
puji kepungaan Allah Tuhan semesta alam.*

*Pada hari mereka melihat hari berbangkit itu,  
mereka merasa seakan-akan tidak tinggal (di dunia)  
melainkan (sebentar saja) diwaktu sore atau pagi  
hari (1). Pada hari mereka melihat adzab yang  
diancamkan kepada mereka (merasa) seolah-olah  
tidak tinggal (di dunia) melainkan sesaat pada siang  
hari. Inilah suatu pelajaran yang cukup, maka tidak  
dibinasakan melainkan kaum yang fasik (2)” (1.  
QS.79:46, 2. QS.46:35)*

## 10. Do'a selesai melahirkan dengan selamat

Bila Anda telah selesai melahirkan dengan  
selamat maka bersyukurlah kepada Allah SWT dengan  
mengucapkan:

**Alhamdulillahirobbil'alamiin**

Kemudian bacalah dzikir atau do'a dibawah ini:

a. Untuk bayi yang baru lahir

أُعِيذُكَ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ  
وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لَامَّةٍ (رواه البخاري)



**U’ii dzuka bikalimatillaarhi taammati min kulli  
syaithaanin wa haammatin wa min kulli’ainin  
laammatin**

*“Aku memohon perlindungan untukmu dengan  
kalimat-kalimat Allah yang Maha Sempurna dan segala  
syaithan dan binatang berbahaya dan dari segala mata  
yang jahat: (HR. Bukhari)*

**b. Apabila anak yang dilahirkan itu hendaklah  
membaca:**

بِقَدْرِ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ

**Biqodarillaahi wa maa syaa-a fa’alaa**

*“Dengan takdir Allah apa yang Dia kehendaki  
Semuanya terjadi”*

Sebagian orang tua hendaknya tetap  
mencurahkan kasih sayang kepada anaknya yang cacat  
tersebut dan menerimanya sebagai amanah Allah  
penuh ridla.

Bila anak yang lahir meninggal dunia, maka bacalah :

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ اللَّهُمَّ أَجِرْنِي فِي مُصِيبَتِي  
وَاخْلُفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا

**Inna lillaahi wa inna ilaihi raaji’un, Allahumma ajirni  
fii mushiibatil wakhluflil khairan minha**



*“Sesungguhnya kami kepunyaan Allah dan kepada-Nya kami kembali, ya Allah berilah pahala kepadaku terhadap musibah yang menimpaku dan berilah kepadaku ganti yang lebih baik”*

#### 11. Do’a pasrah

Bila sakit sudah kritis tetapi masih dalam keadaan sadar, ada beberapa tuntunan do’a seperti dibawah ini:

##### a. Untuk diri sendiri (si sakit)

اللَّهُمَّ أَحْيِنِي مَا كَانَتْ الْحَيَاةُ خَيْرًا لِي وَتَوَفَّنِي مَا كَانَتْ الْوَفَاةُ خَيْرًا لِي (رواه البخاري ومسلم)

**Allahumma ahyinii maakaanatil hayaatu khairan lii wa tawaffanii, maa kaanatil wafaatukhairan lii**

*“Ya Allah hidupkanlah aku jika hidup itu lebih baik bagiku, dan wafatkanlah aku bila wafat itu lebih baik bagiku” (HR. Bukhari dan Muslim)*

##### b. Jika keluarga yang membacakan untuk yang sakit, maka bacaannya :

اللَّهُمَّ أَحْيِهِ مَا كَانَتْ الْحَيَاةُ خَيْرًا لَهُ وَتَوَفَّهُ مَا كَانَتْ الْوَفَاةُ خَيْرًا لَهُ (رواه البخاري ومسلم)

**Allahumma ahyinii maakaanatil hayaatu khairan lahu wa tawaffahu maa kaanatil wafaatu khairan lahu**

*“Ya Allah hidupkanlah dia jika hidup itu lebih baik baginya, dan wafatkanlah dia bila wafat itu lebih baik baginya” (HR. Bukhari dan Muslim)*



**Catatan:**

- a. Kalau yang sakit itu laki-laki, maka kalimat yang berbunyi “ahyinii” menjadi “ahyihii” dan kalau yang sakit perempuan “ahyihii” menjadi “ahyihaa”, kalimat “khairan lii” menjadi “khairan lahu” dan kalau perempuan menjadi “khairan lahaa”, kalimat “wa tawaffanii” menjadi “wa tawaffahuu” dan bila perempuan menjadi “wa tawaffahaa”
- b. Menurut riwayat Al Turmudzi dan Ibnu Majjah, Nabi SAW ketika sakit menjelang akhir hayatnya, beliau memasukkan tangannya ke dalam gelas yang berisi air yang terletak disisinya dan air itu beliau sapukan ke wajahnya secara membaca do’a ini:

لَلّٰهُمَّ اَعِنِّيْ عَلٰى غَمَرَتِ الْمَوْتِ وَسَكْرَةِ الْمَوْتِ

**Allahumma a’inni’alaa ghamaratil mautii wa sakaraatil mauti**

*“Ya Allah Tuhanku, tolonglah aku terhadap kesukaran-kesukaran dan kemabukan-kemabukan mati”*

**12. Do’a untuk merajah bisul dan sebagainya**

Bila pada diri Anda timbul benjolan atau bisul, maka bacalah:

لَلّٰهُمَّ يَا مُصَغَّرَ الْكَبِيْرِ وَمُكَبِّرَ الصَّغِيْرِ صَغِّرْ مَا بِيْ

**Allahumma ya myshaghgharal kabiiri wa mukabbirash shaghiiri shaghghir maa bii**



*“Ya Allah, tuhan yang mengecilkan yang besar dan membesarkan yang kecil, kecilkanlah apa yang tumbuh pada badanku” (HR. Ibnu Sunny)*

**13. Do’a untuk merajah sakit kepala dan panas badan yang tinggi**

Bila anda merasa pening, kepala sakit atau panas badan yang tinggi, maka bacalah do’a:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ، بِسْمِ اللَّهِ الْكَبِيرِ نَعُوذُ بِاللَّهِ  
الْعَظِيمِ مِنْ شَرِّ عَرَقٍ نَعَارٍ وَمِنْ شَرِّ حَرِّ النَّارِ (رواه  
ابن السني)

**Bismillahirrahmaanirrahiim Bismillaahil kabiiri,  
na’udzubillahil-ladziim min syarri’arqin na’aarin wa  
min syarri harrinnaari**

*Dengan nama Allah yang Maha pemurah lagi Maha Penyayang. Dengan nama Allah yang Maha Besar, kami berlindung kepada Allah dari kejahatan zat (dalam tubuh) yang mendidihkan darah dan dari kejahatan panasnya neraka” (HR. Ibnu Sunny)*

Lebih lanjut dijelaskan bahwa sesudah membaca do’a tersebut, baca pula surat Al-Ikhlâs dan Muawwidzatain (Al-Falaq dan An-Nas) ditiupkan pada kedua telapak tangan kemudian disapukan ke kepala dan tubuh yang sakit.



#### 14. Do'a diwaktu susah tidur

Bila Anda susah tidur, mungkin karena pikiran Anda terganggu, perasaan cemas, khawatir dan sebab lainnya, maka bacalah do'a:

اللَّهُمَّ غَارَتِ النُّجُومُ وَهَدَاتِ الْعُيُونُ وَأَنْتَ حَيٌّ قَيُّومٌ  
لَا تَأْخُذُكَ سِنَّةٌ وَلَا نَوْمٌ، يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ أَهْدِي لَيْلِي وَأَنْمِ  
عَيْنِي (رواه الطبراني وابن السني)

**Allahumma gharatinnujuumu wa hada atil 'uyuunu  
wa anta hayyun qayyuumu laa ta'khudzuka sinatun  
wa laa naumun yaa hayyu yaa qayyuum ahdi'lailii wa  
anim'ainii**

*"Wahai Tuhanku, telah terbenam bintang dan telah tidur segala mata, Engkau Tuhan yang hidup dan tetap menguruskan segala urusan dengan sendiri-Mu, tiada dipengaruhi Engkau oleh kantuk dan tidur, ya Allah Yang Maha Hidup dan Maha Tegak, tenangkanlah malamku dan tidurkanlah mataku" ( HR. At Thabraani dan Ibnu Sunny )*

#### 15. Do'a setelah sembuh

Apabila dengan pertolongan dan ijin Allah SWT Anda sembuh dan sehat, sehingga dapat pulang ke rumah, maka bersyukurlah kepada Allah dengan mengucapkan;..

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ

**Alhamdulillahilahi rabbil'aalamin**



Selanjutnya bacalah do'a berikut ini :

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ فَرَجًا قَرِيبًا، وَصَبْرًا جَمِيلًا وَرِزْقًا  
وَسَعًا وَالْعَافِيَةَ مِنْ جَمِيعِ الْبَلَاءِ، وَأَسْأَلُكَ تَمَامَ  
الْعَافِيَةِ، وَأَسْأَلُكَ دَوَامَ الْعَافِيَةِ، وَأَسْأَلُكَ الشُّكْرَ عَلَى  
الْعَافِيَةِ، وَأَسْأَلُكَ الْغِنَى عَنِ النَّاسِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ  
إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ

Allahumma inni as aluka farajan qariiban wa shabran  
jamiilan wa rizqan waasi'an wal'afiyatan min jamii'il  
balaa-i, wa as aluka tamaamal 'afiYati, wa as aluka  
dawaamal 'afiYati wa as alukasysyukra'alal'aafiyati,  
wa as alukaghina 'aninnaasi wa laa haula walaa  
quwaata illa billaahil'aliyyil'adhiim

*“Wahai Tuhanku, aku mohon kelapangan dalam waktu yang dekat, kesabaran yang sempurna, rizki yang luas, terhindar dari segala bala. Ya Allah, aku mohon kesembuhan yang sempurna, ya Allah aku mohon kepada Mu nikmat sehat yang kekal, Ya Allah aku mohon kepadaMu untuk pandai mensyukuri nikmat sehat yang Engkau limpahkan, Ya Allah aku mohon kepadaMu kecukupan dari manusia (tidak memerlukan kepada orang lain), tidak ada daya upaya dan tidak ada tenaga kekuatan melainkan dengan Allah Yang Maha Tinggi lagi Maha Besar”*



Selanjutnya bacalah do'a berikut ini:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

**Allahumma inni as aluka afwa wal 'aafiyata fiddunyah wal akhirat**

*"Ya Allah aku mohon kepadaMu, limpahkanlah kepadaku kesembuhan, kesehatan dan kesejahteraan serta ampunan di dunia dan akhirat"*

Kemudian lanjutkan dengan do'a ini:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ صِحَّةً فِي إِيْمَانٍ وَإِيْمَانًا فِي حُسْنِ خُلُقٍ وَنَجَاةً يَتَّبِعُهَا فَلَاحٌ وَرَحْمَةٌ مِنْكَ وَعَافِيَةٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنْكَ وَرِضْوَانًا

**Allahumma inni as aluka sihhatan fii iimanin wa iimaanin fii husni khuluqin wa najaatan yat ba'uhaa faahun wa rahmatan minka wa'afiyatan wa maghfiratan minka wa ridwaanin**

*"Ya Allah Tuhanku, aku mohon kepada-Mu kesehatan dalam iman dalam kebagusan amal dan budi pekerti, keberuntungan yang diikuti oleh kesuksesan berikutnya (falah), dan aku mohon rahmat-Mu, 'afiat dan ampunan dari-Mu serta keridhaan-Mu"*



Apabila Anda sembuh dengan mendapat cacat tubuh bacalah do'a ini:

بِسْمِ اللَّهِ عَلَى نَفْسٍ وَمَالِي وَدِينِي، اللَّهُمَّ رَضِّنِي  
بِقَضَائِكَ وَبَارِكْ لِي فِيمَا قَدَّرْتَنِي حَتَّى لَا أَحِبَّ  
تَعْجِيلَ مَا أَخْرَتَ وَلَا تَأْخِيرَ مَا عَجَّلْتَ

**Bismillaahi 'alaa nafsii wa maafii wa diinii.  
Allahumma radhdhini bi qadhaaika wa baariklii fiimaa  
quddiralii hattaa laa uhibba ta'jiila maa akhkharta wa  
laa ta'khiira maa'ajjalta**

*“Dengan nama Allah, atas diriku, hartaku, agamaku.  
Wahai Tuhanku, berikanlah kepadaku keridhaan  
menerima ketetapan-Mu, dan berilah berkat kepadaku  
terhadap segala apa yang telah ditaqdirkan untukku  
sehingga aku tidak suka mencepatkan apa yang  
Engkau lambatkan dan melambatkan apa yang Engkau  
cepatkan”*

#### **IV. DOA SEHARI-HARI**

##### **a. Do'a hendak makan**

Bila Anda akan makan, baik nasi maupun makanan lainnya atau minuman maka bacalah:

اللَّهُمَّ بَرِّكْ لَنَا فِيمَا رَزَقْتَنَا وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ  
بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



**Allahumma baariklanaa, fima a razaqtanaa waqinaa'adzaabannaar. bismillahirrahmaanirrahiim**

*“Ya Allah, berkahilah kami dengan apa yang telah Engkau berikan kepada kami dan jauhkanlah kami dari siksa neraka. Dengan nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha penyayang” (HR. Ibnu Sunny dari Ibnu Umar bin Asy)*

Selain berdo'a, perlu pula mengindahkan adab makan antara lain:

1. Makan dan minum hendaknya dengan tangan kanan
2. Sebelum makan, cucilah tangan dengan bersih, sekalipun memakai sendok garpu
3. Jangan bernafas sewaktu minum dan jangan meniup makanan/minuman

**b. Do'a selesai makan**

Bila Anda selesai makan, bacalah do'a ini:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَطْعَمَنَا وَسَقَانَا وَجَعَلَنَا مُسْلِمِينَ  
(رواه أبو داود والترمذي عن أبي سعيد)

**Alhamdulillahilladzii ath'aminaa wasaqanaa waja'alanaa muslimiin**

*“Segala puji bagi Allah yang telah memberi makan dan minum kepada kami, dan yang telah menjadikan kami golongan orang muslimin” (HR. AbuDaud dan Tirmidzi dari Abi Said)*



Perlu diketahui bahwa:

1. Doa diatas dibaca setelah selesai makan, baik makan nasi, kue maupun minuman dan lain-lain
2. Setelah makan hendaknya tangan dicuci sampai bersih

**c. Do'a akan tidur**

Sewaktu akan tidur, bacalah do'a ini:

اللَّهُمَّ بِاسْمِكَ أَحْيَاوَبِاسْمِكَ أَمُوتُ (رواه مسلم من البراء)  
**Allaahumma bismika ahyaa wa bismika amuut**

*"Ya Allah, dengan nama-Mu aku hidup dan dengan nama-Mu aku mati" (HR. Muslim dari Al Bara')*

**d. Do'a bangun tidur**

Betapa Maha pemurahnya Allah yang telah menidurkan Anda dengan selamat, kemudian menyadarkan kembali pada saat Anda menghajatkan untuk bangun dari tidur sekalipun tidak ada usaha dan daya Anda sedikitpun untuk membangunkan diri sendiri. Kemurahan Allah ini harus disyukuri,-oleh karena itu bacalah do'a ini:

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانَا بَعْدَمَا أَمَاتَنَا وَإِلَيْهِ النُّشُورُ  
(رواه مسلم من البراء)

**Alhamdulillaahilladzii ahyanaa ba'da maa amaataana wa ilaihinnusyuur**

*"Segala puji bagi Allah yang telah menghidupkan kita sesudah mematikan kita dan kepada-Nya kita dihimpun" (HR. Muslim dari Al Bara')*



Do'a bangun tidur ini dianjurkan pula untuk dibaca sesudah sadar dari pembiusan.

**d. Do'a Ketika akan masuk WC untuk buang hajat**

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ (رواية مسلم  
عن انس)

**Allaahumma innii a'uudzubika minal khubutsi wal khobaaits**

*"Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari kotoran dan dari segala kuman dan bakteri" (HR. Muslim dari Anas)*

Bacalah do'a ini tatkala akan buang hajat besar maupun kecil. Ketika akan masuk kamar mandi/ WC hendaklah mendahulukan kaki kiri dengan menggunakan alas kaki.

**f. Do'a setelah keluar dari WC selesai buang hajat**

setelah Anda selesai buang hajat besar atau kecil, maka tatkala keluar dari WC dengan mendahulukan kaki kanan, bacalah do'a ini:

عُفْرَانِكَ

**Ghufraanaka**

*"Ya Allah, aku mohon ampunan-Mu"*



Atau membaca do'a ini:

عُفْرَا نَكَ، اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ الَّذِيْ اَذْهَبَ عَنِّيْ الْاَذَاىِ  
وَعَاْفَانِيْ (رواه اَبُو داود والترمذى)

**Ghufraanaka, alhamdulillahilladzii adzha-ba'anil  
adzaa wa'aafaanii**

*"Ya Allah, akut mohon ampunan-Mu, segala puji bagi Allah yang telah menghilangkan penyakit dari padaku dan menjadikan aku sehat, (HR. Abu Daud dan Al Tirmidzi)*





## BAB IV TUNTUNAN IBADAH BAGI ORANG SAKIT

### I. BERSUCI BAGI ORANG SAKIT

Setiap orang yang akan melaksanakan suatu ibadah shaiat diisyaratkan harus suci dari hadats, baik hadats besar maupun hadats kecil. Hal ini berlaku juga bagi orang sakit. Untuk menghilangkan hadats kecil seperti berak, kencing dan tertidur maka harus berwudlu, sedangkan untuk menghilangkan hadats besar seperti jinabat atau haid bagi wanita maka harus mandi wajib. Tetapi bagi orang sakit karena kondisinya lemah, taku akan bertambah sakitnya dan memperlambat kesembuhannya atau oleh suatu sebab tidak boleh terkena air maka sebagai penggantinya dapat bertayamum. Tayamum adalah bersuci untuk menghilangkan hadats kecil atau hadats besar dengan menggunakan debu yang bersih. Tayamum ini merupakan saiah satu bentuk keringanan (Rukhsah) dalam ajaran Islam, supaya aturan Allah tetap dapal dipatuhi oleh hamba-Nya dengan mudah bagaimanapun keadaannya.

#### 1. Dalil perihal diperbolehkan bertayamum

Firman Allah dalam suratAl-Maidah ayat 6:

... وَإِنْ كُنْتُمْ مَرَضَىٰ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَاءَ أَحَدٌ  
مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ فَلَمْ تَجِدُوا



مَاءً فَتَيَمَّمُوا صَعِيدًا طَيِّبًا فَامْسَحُوا بِوُجُوهِكُمْ  
وَأَيْدِيكُمْ مِنْهُ ... ﴿٦﴾

*"...dan jika kamu sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air atau jamban atau menyentuh perempuan, lalu kami tidak memperoleh air maka bertayamumlah dengan tanah yang baik (bersih) sapukan muka dan tanganmu dengan tanah itu" (QS.Al-Maidah:6)*

Dan hadits Rasulullah SAW yang diriwayatkan oleh Muslim :

جُعِلَتْ لِي الْأَرْضُ مَسْجِدًا وَطَهُورًا (رواه مسلم)

*"Telah dijadikan bagimu bumi seluruhnya sebagai masjid dan debunya untuk bersuci" (HR. Muslim)*

## 2. Cara bertayamum

- 2.1. Membaca "Bismillaahirrahmaanirrahiim". Dengan niat yang ikhlas karena Allah semata, seraya meletakkan kedua telapak tangan pada tempat yang berdebu suci dan bersih, kemudian telapak tangan yang telah berdebu tersebut dihembus secara perlahan-lahan agar debu kasar tidak ikut serta.
- 2.2. Mengusapkan kedua telapak tangan pada muka sampai merata, diteruskan dengan mengusapkan kedua punggung dan telapak tangan, dengan mendahulukan tangan kanan. Pelaksanaan tayamum cukup dikerjakan sekali saja, baik



sewaktu mengambil debu ataupun pada waktu mengusapnya.

## II. SHALAT BAGI ORANG SAKIT

Bila seseorang sedang sakit maka pelaksanaan ibadah shalat disesuaikan dengan kemampuan yang dimilikinya, karena Allah memberikan kemudahan bagi hamba-Nya dalam menjalankan kewajiban terhadap-Nya. Gerakan-gerakan shalat seperti berdiri, ruku', sujud dan duduk mungkin tidak mampu dilakukan oleh orang yang sakit. Oleh karena itu, shalat dapat dikerjakan sesuai dengan kondisi penyakit dan kondisi fisiknya. Sebelum melakukan shalat maka harus mengetahui syarat-syarat sebagai berikut:

1. Suci badan, pakaian dan tempat shalat dari hadats maupun najis, kecuali terhalang (lihat keterangan tentang air seni)
2. Menghadap kiblat wajib bagi orang sakit selama masih sanggup, jika ia tidak sanggup karena ada udzur hendaklah ia menghadap kemana saja

Firman Allah:

وَلِلَّهِ الْمَشْرِقُ وَالْمَغْرِبُ فَأَيْنَمَا تُولُوْا فَثَمَّ وَجْهُ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

*"Dan kepunyaan Allah-lah timur dan barat, maka kemanapun kamu menghadap di situlah wajah Allah. Sesungguhnya Allah Maha Luas lagi Maha Mengetahui" (QS. Al-Boqoroh: 1 1 5)*



3. Menutup aurat. Aurat bagi laki-laki adalah apa yang ada diantara pusat dan kedua lututnya, sedangkan bagi wanita seluruh badan selain wajah dan kedua telapak tangannya. Tetapi bagi yang tidak sanggup menutup auratnya atau sebab lain, maka hendaklah shalat menurut kemampuan yang dimilikinya.
4. Masuk waktu shalat, karena shalat wajib ditunaikan pada waktunya. Allah berfirman :

...إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَّوْقُوتًا ﴿١٠٣﴾

*"Sesungguhnya shalat itu adalah kewajiban yang telah ditentukan waktunya atas orang-orang mukmin" (QS. An-Nisa':103)*

## 1. CARA-CARA SHALAT

### 1) Shalat dengan berdiri

Berdiri adalah salah satu diantara rukun-rukun shalat. Selama orang yang sakit masih sanggup berdiri maka wajib ia shalat dengan berdiri. Jika tidak sanggup shalat dengan berdiri maka shalatlah dengan duduk dan jika tidak sanggup duduk, shalatlah dengan berbaring.

### 2) Shalat dengan duduk

Jika seseorang yang sakit shalat dengan duduk, maka:

- a) Hendaklah ia duduk menghadap kiblat jika sanggup duduk seperti duduk tasyahud awal dan meletakkan kedua tangannya di dada pada waktu membaca Al Fatihah dan surat.



- b) Kemudian meletakkan. kedua tangan di atas kedua pahanya (lutut) apabila ia ruku, dengan membungkukkan kepalanya.
- c) Jika sanggup sujud hendaklah sujud. Jika tidak sanggup maka hendaklah ia undukkan saja kepalanya melebihi saat ruku' sekedar unfuk membedakan dengan sujud.
- d) Kerjakanlah yang demikian itu sampai rakaat akhir.

### 3) Shalat dengan berbaring

Adapun shalat dengan berbaring dilakukan dengan cara:

- a) Hendaklah tangan diletakkan di dada pada waktu membaca Al Fatihah dan Surat.
- b) Tundukkan kepala saat sujud melebihi saat ruku' sekedar membedakan antara ruku'dan sujud.
- c) Kerjakan dengan cara tersebut sampai rakaat akhir.

### 4) Shalat dengan isyarat

Apabila seseorang yang sakit sudah tidak kuasa menggerakkan anggota badannya untuk melakukan shalat maka hendaklah dengan isyarat. Dasar dibolehkan shalat tersebut diatas berdasarkan firman Allah dan Hadits

Rasulullah SAW sebagai berikut :

فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ ... ﴿١٦﴾

*"Maka bertaqwalah kamu kepada Allah menurut kesanggupan kamu" (QS. At-Taghabun: 16)*



صَلِّ قَائِمًا فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ فَقَا عِدًّا فَإِنْ لَمْ تَسْتَطِعْ  
فَعَلَى جَنْبِكَ (رواه البخاري ومسلم)

*“Shalatlah kamu dengan berdiri, jika tidak mampu maka shalatlah dengan duduk, jika tidak mampu pula maka shalatlah diatas lambungnya” (HR. Bukhari dan lainnya)*

## 2. MENJAMA'SHALAT

Jika orang sakit karena kondisinya terasa berat, maka boleh melaksanakan shalat jama' seperti dhuhur dan ashag maghrib dan isya' dapat dilaksanakan disalah satu waktu. Demikian pula bagi orang yang mau operasi.

Dasar dibolehkannya :

Hadis riwayat Bukhari dari Atha'

إِنَّا هَدَا الدِّينَ يُسْرًا وَلَنْ يُشَادَّ الدِّينَ أَحَدٌ إِلَّا غَلَبَهُ  
(رواه البخاري ومسلم)

*“Sesungguhnya agama itu mudah, dan tidak memper-sulit seseorang kecuali ia mampu mengerjakannya”*

## 3. SHALAT ORANG YANG LUPA, TIDUR, PINGSAN, DIBIUS

Orang yang lupa atau tidur sehingga luput dari waktu shalar, maka shalatnya dilaksanakan ketika ingat. Orang yang tidur sebelum waktu shalat, dan bangun setelah waktu shalat habis, maka shalatnya pada waktu tersebut dan melakukan shalat yang tertinggal, baru melakukan shalat yang menjadi



kewajiban pada waktu bangun. Bagi orang yang pingsan atau dalam keadaan dibius, maka shalatnya dilaksanakan setelah sadar.

Dalil dibolehkan shalat tersebut adalah :

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ نَسِيَ صَلَاةً فَلْيُصَلِّهَا إِذَا ذَكَرَهَا فَلَا كَفَّارَتَ لَهَا إِلَّا ذَلِكَ (رواه البخاري ومسلم)

*Dari Anas Ibnu Malik ra, ia berkata, bersabda Rasulullah SAW: "Barangsiapa lupa shalat, hendaklah ia mengerjakan dikala ia ingat. Tak ingat. Tak ada kafarat (denda) baginya selain itu" (HR. Bukhari Muslim)*

عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِذَا رَقَدَ أَحَدُكُمْ عَنِ الصَّلَاةِ أَوْ غَفَلَ عَنْهَا، فَلْيُصَلِّهَا إِذَا ذَكَرَهَا فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ يَقُولُ: أَقِمِ الصَّلَاةَ لِيذَكِّرُنِي (رواه البخاري ومسلم)

*"Dari Anas Ibnu Malik ra, ia berkata, bersabda Rasulullah SAW: Apabila seseorang diantar kamu lalai tertidur, sehingga karenanya luput melakukan shalat atau salah seorang diantaramu lalai sehingga karenanya tertinggal melakukan shalat, maka hendaknya melakukan shalat itu dikala teringat, karena Allah berfirman: "Dirikanlah shalat itu untuk mengingatkan akan Daku" (HR. Bukhari & Muslim)*



### **III. KEMUDAHAN MELAKSANAKAN SHALAT DALAM KEADAAN KHUSUS BAGI ORANG SAKIT**

- 1) Orang sakit yang tidak mampu berwudlu, atau tidak mampu bangun dari tempat tidur untuk beristinja' (bersuci) maka hendaknya minta bantuan orang lain untuk membantunya mensucikan bekas air kencing atau buang air besar dan berwudlu. Cucilah tangannya serta anggota wudlu lainnya yang tidak diperban atau dipasang gib. Dan apabila tidak ' memungkinkan maka anggota wudlu hendaknya dilap saja pakai kain basah.
- 2) Orang sakit yang mengeluarkan darah (banyak atau sedikit), yang disebabkan oleh luka yang belum sembuh atau darah yang keluar melalui anus, penis, rongga hidung, mata, tidaklah membatalkan wudlu. Seorang muslim dalam keadaan tersebut dapat melakukan ibadahshalat.
- 3) Orang sakit yang tidak mampu menahan tetes air seninya maka hendaklah bersuci dan wudlu setiap kali akan melaksanakan shalat meskipun setelah itu air seninya keluar lagi. Dan apabila untuk air seninya atau buang air besar, maka hendaknya berusaha membersihkan diri dengan bersuci dan wudlu setiap kali akan melaksanakan shalat, meskipun air seninya atau buang air besarnya keluar melalui selang ketika shalat.
- 4) Apabila orang sakit karena luka bakar hingga tidak memungkinkan unfuk berwudlu atau tayamum, maka shalat dapat dilakukan sekalipun tidak bewudlu atau tayamum. Dan lakukan shalat sesuai dengan kemampuan.



Dalil tentang kemudahan beribadah seperti tersebut diatas adalah berdasarkan firman Allah sebagai berikut:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ... ﴿٢٨٦﴾

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

فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ ... ﴿١٦﴾

"Maka bertaqwalah kamu kepada Allah menurut kesanggupanmu." (QS. AtTaghabun: 16)

#### IV. PUASA BAGI ORANG SAKIT

##### 1. Puasa yang diqadla

Orang yang sakit boleh tidak berpuasa pada bulan Ramadhan, tetapi berkewajiban menggantinya setelah sembuh. Bagi wanita yang sedang haid atau nifas (habis melahirkan) dilarang berpuasa. Namun harus menggantinya (membayar puasanya) setelah ia suci, sebanyak yang ditinggalkan.

##### 2. Puasa yang diganti dengan fidyah

Bagi orang yang sakit sudah terlalu lama dan orang yang sudah sangat tua, maka diperbolehkan mengganti puasanya dengan membayar fidyah, yaitu memberi makan kepada orang miskin tiap harinya 1 mut (7 ons) atau seharga untuk makan satu hari.



### 3. Dalil perihal diperbolehkan tidak puasa bagi pasien

Firman Allah:

...فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَّرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَن تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ ﴿١٨٤﴾

"...maka barangsiapa diantara kamu ada yang sakit atau dalam perjalanan, maka (wajiblah baginya berpuasa sebanyak hari yang ditinggalkannya itu pada hari-hari yang lain. Dan wajib bagi orang-orang yang berat menjalankannya (jika mereka tidak berpuasa) membayar fidyah, (yaitu): memberi makan seorang miskin, barangsiapa yang dengan kerelaan hati mengerlakan kebajikan, maka itulah yang lebih baik baginya, dan berpuasa lebih baik bagimu jika kamu mengetahui" (QS. Al Baqarah:184)

Hadits Rasulullah SAW:

كُنَّا نُؤْمَرُ بِقَضَاءِ الصَّوْمِ وَلَا نُؤْمَرُ بِقَضَاءِ الصَّلَاةِ  
(رواه البخاري)

"Dari'Aisyah ra, ia berkata: "Kamu semua disuruh (oleh Nabi) untuk mengqadla puasa dan tidak disuruh mengqadla shalat. " (HR. Bukhari)



#### **4. Tindakan medis yang tidak membatalkan puasa**

##### **4.1. Injeksi**

Injeksi tidak membatalkan puasa bagi orang sakit, baik injeksi obat atau sejenisnya seperti vitamin, glukosa, dan lainlain. Sebab hal ini bukanlah makanan atau minuman. Makanan atau minuman yang membatalkan puasa adalah yang masuk melalui rongga mulut dan hidung hingga ke perut. Begitu pula sejenis obat yang dimasukkan melalui dubur atau rahim tidak membatalkan puasa (pendapat para ulama yang benar).

##### **4.2. Mengambil Sampel Darah**

Mengambil sampel darah dari seseorang yang berpuasa tidak membatalkan puasa. Imam Bukhari meriwayatkan dari Ibnu Abbas, bahwasanya Nabi Muhammad SAW berikhtijam (berbekam) padahal beliau sedang berikhram. Dan Nabi juga berbekam ketika puasa.

##### **4.1. Menghisap inhaler bagi penderita asthma juga tidak membatalkan puasa**



## PENUTUP

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Kita semua sebagai hamba Allah yang beriman, wajib meyakini kemutlakan kekuasaan Allah SWT. Masyiah dan ikhtiar (kehendak dan usaha) manusia tidak terlepas dari kebesaran masyiah (kehendak) Allah yang Maha Kuasa. Atas dasar itulah seorang mukmin bila sakit ia wajib berobat, namun harus menyadari bahwa akhirnya Allah sajalah Yang Maha Menentukan kesembuhan seseorang, sesudah melalui usaha pengobatan yang maksimal. Oleh karena itu setiap mukmin terutama yang sedang sakit perlu menghayati secara mendalam kandungan firman Allah berikut ini:

وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِي

*"Dan apabila aku sakit, Dialah (Allah) menyembuhkan aku"*  
(QS. AsySyu'ara:80)

Ayat ini berisikan unsur kekuasaan Allah yang mutlak dalam menyembuhkan penyakit setelah kita melakukan upaya pengobatan.

Kita wajib menyadari bahwa upaya pengobatan dan perawatan bukanlah segala-galanya, karena hasil akhirnya adalah Allah yang Maha Kuasa yang menentukan. Ujung suatu upaya pengobatan dapat diakhiri dengan kesembuhan atau bukan kesembuhan.

Dari alur keimanan seperti kita seyogyanya memahami akan makna dan pengalaman tawakkal kepada Allah.



Tawakkal yang dilandasi iman yang ikhlas, sabar dan tetap menghubungkan diri dengan Allah SWT melalui dzikir dan do'a seperti diuraikan dalam buku ini, Insya Allah dapat menghantarkan kita menjadi mukmin yang istiqamah. Mukmin yang istiqamah itu apabila ditimpa sakit akan dapat bersikap seperti Nabi Ayub AS, beliau tetap meyakini akan "Kasih Sayang Allah", beliau berucap dalam sakitnya:

...أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ ﴿٨٣﴾

*"Ya Tuhanku, sesungguhnya aku telah ditimpa penyakit dan Engkau Tuhan yang Maha penyayang diantara semua penyayang" (QS. Al Anbiya': 83 )*

Kita harus dapat menangkap makna ayat tersebut sebagai ungkapan iman, sabar, tawakkal dan ridla yang sempurna kepada Allah SWT dan penuh harapan kepada kasih sayang-Nya. Semoga Anda yang sedang sakit termasuk dalam kelas itu dan dikaruniai kesembuhan. Amien.



## TATA CARA BERTAYAMUM



Meletakkan kedua tangan di tempat berdebu (tembok atau lainnya)



Mengangkat kedua telapak tangan dan meniupnya disertai dengan niat





Mengusap muka dengan kedua telapak tangan sampai rata



Mengusap punggung tangan kanan dengan telapak tangan kiri sampai pergelangan





Mengusap punggung tangan kiri dengan telapak tangan kanan sampai pergelangan

### **TATA CARA SHOLAT SAMBIL DUDUK**



Duduk menghadap kiblat (jika sanggup duduk seperti duduk tasyahud awal) seraya berniat dan mengangkat kedua tangan (Takbiratul Ikhram)





Meletakkan kedua tangan di dada kemudian membaca doa iftitah, Al-Fatihah dan Surat



Meletakkan kedua tangan di atas pahanya/lututnya apabila ruku' (dengan membungkukkan kepala) kemudian i'tidal





Sujud, dengan menundukkan kepala melebihi saat ruku'.  
Sekedar untuk membedakan dengan ruku'



Duduk diantara dua sujud





Duduk Tahiyat Awal/akhir



Salam ke kanan dan ke kiri





Takbiratul Ikram sambil mengangkat kedua tangan



Meletakkan kedua tangan di dada kemudian membaca do'a iftitah, Al-Fatihah dan Surat Sedangkan ruku', l'tidal, sujud, duduk antara dua sujud cukup dilakukan dengan isyarat





Tahiyat Awal/akhir



Salam ke kanan dan ke kiri











