

Panduan Sa'i Umrah: Langkah Demi Langkah Meneladani Siti Hajar



Sa'i adalah salah satu rukun haji dan umrah yang memvisualisasikan perjuangan Siti Hajar mencari air bagi putranya, Nabi Ismail. Ritual ini mengajak jamaah untuk berjalan dan berlari kecil tujuh kali bolak-balik antara Bukit Shafa dan Marwah—meneladani keteguhan hati, kesabaran, dan keikhlasan beliau. Melalui panduan ini, Anda akan memahami latar sejarah Sa'i, tata cara pelaksanaan, bacaan doa, hingga tips menjaga kekhusyukan, disajikan dalam paragraf yang menarik, informatif, dan sesuai kaidah SEO.

• Sejarah Sa'i dan Keajaiban Zamzam

Asal-usul ibadah Sa'i bermula saat Siti Hajar ditinggalkan di lembah Makkah bersamaan dengan bayi Ismail, tanpa bekal persediaan air. Dalam keadaan genting, Siti Hajar berlari bolak-balik tujuh kali antara Bukit Shafa dan Marwah dengan penuh keteguhan, berharap mendapatkan pertolongan. Pada lintasan ketujuh, Allah SWT menurunkan keajaiban berupa mata air Zamzam, yang kemudian menjadi sumber kehidupan di gurun tandus Makkah. Sa'i mengabadikan kisah ini sebagai simbol bahwa usaha yang sungguh-sungguh ditopang tawakal akan membawa rahmat Ilahi.

Baca Juga : [Tawaf Ifadah dan Tawaf Sunnah: Panduan Lengkap untuk Jamaah](#)

• **Tata Cara Sa'i: Jumlah Putaran, Arah, dan Raml**

Pelaksanaan Sa'i dimulai dengan berdiri di puncak Bukit Shafa, tepat di antara tiga tiang merah, menghadap Ka'bah sambil membaca ayat: "Inna ash-Shafa wal-Marwata min sha'a'irillah." Setelah itu, jamaah berjalan menuju Marwah untuk satu lintasan, kemudian kembali ke Shafa, hingga total tujuh lintasan. Sepanjang perjalanan, Ka'bah selalu berada di sebelah kiri, meneguhkan tauhid dalam hati. Pada area berlampu hijau—disebut zona raml—jamaah pria disunnahkan berlari kecil (raml), sedangkan wanita berjalan biasa. Setibanya di puncak Shafa atau Marwah, jamaah dianjurkan berhenti sejenak untuk berdoa sebelum melanjutkan lintasan berikutnya.

• **Bacaan Doa dan Dzikir Saat Sa'i**

Terdapat beberapa bacaan sunnah yang dianjurkan saat menjalankan Sa'i. Pertama, ucapkan doa pembuka di Shafa: "Inna ash-Shafa wal-Marwata min sha'a'irillah" (QS Al-Baqarah:158). Di antara lintasan, jamaah bebas membaca dzikir umum seperti tahlil (La ilaha illallah), tahmid (Alhamdulillah), dan takbir (Allahu Akbar), serta membaca shalawat kepada Nabi Muhammad ﷺ. Sesekali, pria dapat mengumandangkan talbiyah secara perlahan ketika memasuki zona raml. Sesampainya di Marwah, disunnahkan membaca: "Rabbi ighfir warham wa anta khayrur rahimin," memohon ampunan dan rahmat Allah.

• **Menemukan Penanda Shafa dan Marwah**

Bukit Shafa dan Marwah tidak terlalu tinggi, tetapi ditandai dengan tiang berwarna untuk memudahkan jamaah. Shafa memiliki tiga tiang merah yang berada dekat pintu masuk koridor Sa'i, sedangkan Marwah ditandai satu tiang hijau. Posisi yang tepat saat memulai dan mengakhiri lintasan sangat penting agar perhitungan putaran akurat. Jamaah dapat merujuk papan petunjuk digital atau peta yang tersedia di sepanjang koridor untuk memastikan berada di lokasi yang benar.

• **Tips Menjalani Sa'i dengan Khusyuk**

Agar Sa'i berlangsung khusyuk, mulailah dengan niat tulus: "Ya Allah, terimalah Sa'iku." Jaga langkah stabil sesuai irama keramaian, namun hindari terburu-buru. Jika

lelah, jamaah dapat duduk sejenak di pinggir koridor tanpa mengganggu jalur lalu lintas. Gunakan alas kaki ringan dan pakaian yang menyerap keringat karena suhu di dalam koridor bisa hangat. Hindari penggunaan ponsel kecuali untuk kebutuhan darurat; simpan momen spiritual dalam hati. Fokuskan pikiran untuk berdoa dan dzikir, bukan pada faktor eksternal yang dapat mengalihkan konsentrasi.

• Kisah Haru Jamaah Umrah 2025

Banyak cerita mengharukan datang dari jamaah umrah 2025 yang menunaikan Sa'i. Seorang pemuda menangis saat membantu menggendong sang ibu yang kelelahan, lalu mereka berdua melanjutkan Sa'i dengan air mata haru di Marwah. Vlog lain menayangkan lansia yang berbisik: "Ya Allah, izinkan aku kembali ke sini bersama keluargaku." Momen-momen tersebut mengingatkan bahwa Sa'i lebih dari sekadar ritual fisik; ia merupakan perjalanan batin yang mengikat solidaritas dan iman.

Terima kasih telah membaca



The banner features a dark blue background with a white and yellow logo on the left that says "Umrah BERSAMAMU". On the right, there is a photograph of the Kaaba. Text on the banner includes the YouTube logo, "Umrah BersamaMu", "Official Youtube Video", "Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu", and the website "www.umrahbersamamu.com". A red and orange button at the bottom left says "Subscribe & Comment".

Klik banner di atas untuk menonton konten menarik dari YouTube UmrahBersamaMu!