

Menghindari Saling Dorong saat Ibadah Umrah



Umrah adalah ibadah penuh cinta dan ketundukan kepada Allah, namun pelaksanaannya tidak selalu berlangsung dalam suasana yang tenang. Setiap tahun, jutaan umat Islam dari berbagai penjuru dunia berkumpul di Tanah Suci untuk beribadah, menciptakan kepadatan yang luar biasa, khususnya di area thawaf, sa'i, dan pelaksanaan rukun lainnya. Sayangnya, dalam kondisi ramai ini, sering terjadi insiden saling dorong antar jamaah yang tidak hanya mengurangi kenyamanan, tetapi juga bisa membahayakan jiwa. Padahal, menjaga ketertiban, kesabaran, dan adab dalam keramaian adalah bagian dari ibadah itu sendiri. Artikel ini mengajak kita untuk meneladani akhlak Nabi ﷺ dalam menjaga ketenangan dan kasih sayang kepada sesama jamaah.

1. Mengatur Langkah dengan Sabar dan Tenang

Salah satu penyebab utama terjadinya dorong-dorongan saat umrah adalah keinginan untuk mendahului atau bergerak terlalu cepat dalam kondisi padat. Padahal, Islam mengajarkan agar setiap langkah dalam ibadah dilakukan dengan **sabar dan penuh**

kesadaran. Dalam thawaf, misalnya, tidak ada syarat untuk menyelesaikannya dengan cepat. Justru, kesempurnaan thawaf tercapai ketika dilakukan dengan tertib, niat lurus, dan langkah yang terukur.

Jamaah sebaiknya menyadari bahwa semua orang memiliki tujuan yang sama, yakni beribadah kepada Allah. Maka tidak ada gunanya tergesa-gesa atau memaksakan diri menerobos kerumunan. Ambillah langkah kecil namun mantap, dan fokus pada dzikir serta doa selama berjalan. Jika terjadi desakan dari belakang, tahan diri untuk tidak membalas dengan dorongan balik.

Ingat bahwa ketenangan dalam langkah mencerminkan ketenangan jiwa. Jangan sampai nafsu ingin cepat selesai justru mencederai nilai ibadah. Ketika langkah menjadi lambat karena kondisi sekitar, anggaplah itu sebagai kesempatan untuk lebih banyak berzikir dan mengingat Allah.

2. Memperhatikan Jamaah Lansia dan Anak-anak

Di antara etika mulia dalam ibadah umrah adalah **mengutamakan kelembutan terhadap jamaah yang lemah**, seperti lansia, anak-anak, dan penyandang disabilitas. Sayangnya, mereka sering menjadi korban saling dorong karena postur tubuh mereka yang kecil dan kurang kuat menghadapi tekanan keramaian.

Sebagai jamaah yang sadar dan berilmu, kita harus menjadi pelindung, bukan justru menambah beban. Jika melihat lansia yang berjalan perlahan, jangan mendesak dari belakang. Berikan ruang dan, bila perlu, bantu menopang mereka agar tidak terjatuh. Begitu pula jika ada anak-anak, pastikan mereka berada di sisi orang tuanya dan tidak terpisah karena desakan massa.

Kesabaran terhadap mereka yang lebih rentan bukan hanya menunjukkan akhlak Islami, tetapi juga menjadi ladang pahala tersendiri. Rasulullah ﷺ sangat memuliakan orang-orang lemah dan mengajarkan bahwa pertolongan Allah justru datang karena kita menyayangi mereka.

3. Menghindari Emosi saat Padat

Situasi padat dan penuh sesak sangat mungkin memicu **emosi negatif**, seperti marah, kesal, atau frustrasi. Dalam kondisi ibadah, emosi ini sangat berbahaya karena bisa mengganggu kekhusyukan dan merusak nilai spiritualitas. Sering kali, dorong-dorongan muncul bukan karena niat buruk, tetapi karena reaksi spontan terhadap tekanan sekitar.

Maka penting untuk selalu menata hati sebelum dan saat menjalankan ibadah. Bacalah doa perlindungan dari sifat marah, dan ingatlah bahwa Nabi ﷺ bersabda, *“Orang kuat bukan yang menang dalam perkelahian, tetapi yang mampu menahan marah saat ia sedang marah.”* (HR. Bukhari dan Muslim).

Latih diri untuk tetap tersenyum dan mengucapkan kalimat baik meskipun sedang terdesak. Jika seseorang tanpa sengaja mendorong Anda, jangan langsung membalas dengan teguran keras. Cukup beri isyarat tenang atau memaklumi. Ini adalah bentuk nyata dari jihad melawan hawa nafsu saat ibadah.

4. Memberi Jalan bagi yang Kesusahan

Di tengah kepadatan, tidak jarang kita melihat jamaah yang **kesulitan berjalan, terpisah dari rombongan, atau kehilangan arah**. Salah satu bentuk akhlak mulia adalah memberi jalan dan mempermudah orang lain dalam ibadah. Allah sangat mencintai orang yang menolong saudaranya, apalagi dalam ibadah di tempat suci.

Jika melihat seseorang yang tampak panik atau lelah, beri kesempatan untuk lewat atau istirahat. Jangan memaksakan diri tetap di jalur meski tahu ada yang lebih membutuhkan ruang. Ini bukan hanya perkara etika, tetapi juga bagian dari fadhilah ukhawah dalam Islam.

Memberi jalan bukan berarti mengurangi pahala thawaf atau sa'i. Justru, membantu jamaah yang kesulitan bisa lebih dicintai Allah daripada ibadah sunnah sekalipun. Rasulullah ﷺ pernah menunda langkahnya demi menunggu sahabat yang tertinggal. Keteladanan ini seharusnya kita tiru dalam praktik ibadah kolektif seperti umrah.

5. Meneladani Akhlak Nabi dalam Keramaian

Nabi Muhammad ﷺ adalah teladan utama dalam berinteraksi di tengah keramaian. Dalam banyak riwayat, beliau dikenal **sangat lembut, sabar, dan tidak pernah menyakiti sesama meskipun dalam kondisi sulit atau ramai**. Akhlak Nabi ini perlu menjadi kompas moral bagi setiap jamaah umrah, terutama saat berada dalam lautan manusia.

Ketika thawaf atau berada di Masjidil Haram, bayangkan seolah kita sedang bersama Rasulullah ﷺ. Bagaimana beliau akan bersikap jika ada yang mendesak atau menyenggol? Tentulah beliau akan memaafkan, menenangkan, dan mendoakan orang tersebut. Maka kita pun perlu menginternalisasi sikap itu dalam diri.

Meneladani Nabi bukan hanya pada sisi ibadah teknis, tetapi juga dalam **akhlak sosial di tempat suci**. Ketenangan, kesabaran, dan kasih sayang adalah cermin

keimanan. Jika umrah adalah perjalanan hati, maka akhlak kita di tengah keramaian adalah indikator kematangan spiritual.

□ **Penutup**

Menghindari saling dorong dalam ibadah umrah adalah bagian penting dari menjaga keagungan tempat suci dan kenyamanan bersama. Dengan melangkah tenang, memperhatikan yang lemah, menahan emosi, membantu sesama, dan meneladani akhlak Nabi ﷺ, ibadah kita akan lebih bermakna dan berkualitas. Jangan hanya sibuk mengejar tempat, tapi kejarlah ridha Allah melalui akhlak mulia dalam keramaian.

Terima kasih telah membaca



The banner features a dark blue background with a white and gold Kaaba on the right. On the left, there is a logo for 'Umrah BERSAMAMU' with a stylized Kaaba icon. The text 'Umrah BersamaMu' is prominently displayed in white, with 'Official Youtube Video' and 'Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu' below it. A red and orange 'Subscribe & Comment' button is on the left, and the website 'www.umrahbersamamu.com' is at the bottom.

Umrah
BERSAMAMU

YouTube
Umrah BersamaMu
Official Youtube Video
Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu
www.umrahbersamamu.com

Subscribe & Comment

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