

Tata Cara Sa'i: Makna dan Hikmah



Sa'i adalah salah satu rukun dalam ibadah haji dan umrah yang sering kali dianggap sekadar rangkaian teknis belaka. Padahal, di balik gerakan bolak-balik antara bukit Shafa dan Marwah tersebut, tersimpan **kisah sejarah yang penuh pelajaran hidup**, serta makna spiritual yang mendalam. Memahami tata cara dan hikmah dari sa'i dapat membantu jamaah melaksanakan ibadah dengan lebih khusyuk dan sadar makna. Artikel ini hadir untuk membimbing Anda, tidak hanya secara teknis, tetapi juga secara batin dalam menjalani salah satu bagian terpenting dari perjalanan ke Tanah Suci.

1. Sejarah Sa'i dalam Kisah Hajar

Sa'i bukanlah ritual kosong. Ia adalah **pengulangan penuh makna dari perjuangan seorang ibu—Hajar**, istri Nabi Ibrahim AS—yang ditinggalkan bersama bayinya, Ismail, di lembah gersang Makkah. Ketika kehausan melanda sang bayi, Hajar berlari dari Shafa ke Marwah dalam harapan menemukan air atau pertolongan. Ia tidak duduk pasrah, melainkan bergerak dengan semangat tawakal yang kokoh.

Perjuangan Hajar bukan sekadar pencarian fisik, melainkan **cermin dari iman yang bergerak dan harapan yang tak padam**. Dalam keadaan sunyi, lelah, dan tak tahu

arah, ia tetap memilih untuk berusaha sambil bersandar penuh kepada Allah. Dan pada akhirnya, sebagai buah dari ikhtiar tersebut, Allah memunculkan air zamzam yang terus mengalir hingga kini.

Ritual sa'i yang kita lakukan hari ini adalah bentuk penghormatan terhadap perjuangan Hajar. Allah mengabadikan langkah-langkahnya sebagai bagian dari rukun ibadah umrah dan haji—sebuah **pengakuan ilahi terhadap keteguhan perempuan dalam sejarah tauhid**.

Dengan memahami kisah ini, langkah-langkah sa'i menjadi penuh makna. Ia bukan hanya berjalan fisik, tapi **langkah hati yang terinspirasi oleh iman, kasih seorang ibu, dan keteguhan dalam menghadapi ujian**.

2. Tata Cara Sa'i yang Benar

Sa'i dilakukan setelah selesai thawaf dan salat sunnah di belakang Maqam Ibrahim serta meminum air zamzam. Jamaah memulainya dari bukit Shafa dan berjalan menuju Marwah sebanyak tujuh kali, dimulai dari Shafa dan diakhiri di Marwah. Setiap satu kali hitungan adalah dari satu bukit ke bukit berikutnya (Shafa ke Marwah = 1, Marwah ke Shafa = 2, dan seterusnya).

Di atas bukit Shafa, jamaah disunnahkan membaca ayat:

“Inna ash-Shafa wal-Marwata min sya'aairillah...” (QS. Al-Baqarah: 158)

Lalu menghadap Ka'bah, mengangkat tangan, bertakbir, dan berdoa sesuai hajat pribadi. Setelah itu, perjalanan menuju Marwah dimulai.

Pada rute sa'i, terdapat area lampu hijau di tengah perjalanan sebagai penanda **tempat pria disunnahkan melakukan harwalah (lari-lari kecil)**. Wanita tidak perlu berlari dan cukup berjalan biasa, menjaga adab dan ketenangan. Setiap kali tiba di ujung (Shafa atau Marwah), jamaah disunnahkan kembali berdiri, menghadap kiblat, dan membaca doa.

Tidak ada bacaan wajib saat sa'i, namun memperbanyak **zikir, istighfar, dan doa pribadi** sangat dianjurkan. Sa'i adalah waktu istimewa untuk memohon ampunan, kemudahan hidup, dan keberkahan keluarga.

3. Doa-doa yang Dianjurkan

Selama melakukan sa'i, jamaah dianjurkan **memperbanyak doa yang dipahami dan menyentuh hati**. Tidak harus panjang atau dalam bahasa Arab. Berikut beberapa doa pendek yang banyak dianjurkan:

- **“Rabbighfir warham, wa anta khairur rahimin”**

Ya Rabb, ampunilah dan kasihilah aku. Engkaulah sebaik-baik pemberi rahmat.

- **“Hasbunallahu wa ni'mal wakil”**

Cukuplah Allah sebagai penolong kami dan sebaik-baik pelindung.

- **“Ya Hayyu Ya Qayyum, birahmatika astaghits”**

Wahai Dzat Yang Maha Hidup dan Maha Berdiri Sendiri, dengan rahmat-Mu aku memohon pertolongan.

Selain itu, **doa bebas sesuai hajat pribadi** sangat dianjurkan, seperti memohon keturunan, kesembuhan, rezeki yang halal, atau kedamaian rumah tangga. Yang terpenting adalah ketulusan dan penghayatan dalam berdoa.

Karena jarak sa'i cukup panjang, **irama doa bisa menjadi penguat spiritual dan fisik**. Doa dalam bahasa ibu justru lebih mudah diresapi. Sa'i bukan ajang menghafal, tapi saatnya meluapkan isi hati kepada Sang Pencipta.

4. Menyadari Makna Pengorbanan dan Tawakal

Sa'i adalah pelajaran hidup dalam bentuk langkah. Ia mengajarkan bahwa **ikhtiar dan tawakal harus berjalan beriringan**. Seperti Hajar yang terus bergerak walau tidak tahu hasil akhirnya, kita pun diajarkan untuk terus melangkah, meski belum melihat jalan keluar.

Dalam setiap langkah sa'i, banyak jamaah yang merenungkan ujian hidup: rezeki yang terasa seret, doa yang belum terkabul, atau harapan yang belum terwujud. Sa'i menjadi saat yang tepat untuk **menyatukan usaha dengan pengharapan**, sambil tetap percaya bahwa Allah tidak pernah menyia-nyiakan jerih payah hamba-Nya.

Air zamzam adalah simbol bahwa **pertolongan Allah bisa datang di saat paling tidak disangka**, dan biasanya setelah hamba-Nya menunjukkan usaha maksimal. Sa'i bukan tentang seberapa cepat selesai, tapi tentang **kesadaran akan perjuangan yang penuh doa dan keikhlasan**.

Maka, pulang dari umrah atau haji, jamaah yang memahami makna sa'i akan kembali ke rumah bukan hanya dengan pahala, tetapi dengan jiwa yang lebih kuat, **siap menghadapi kehidupan dengan sabar, yakin, dan tetap bergerak**.

5. Menghindari Kesalahan Umum dalam Sa'i

Beberapa kesalahan umum dalam pelaksanaan sa'i seringkali berasal dari ketidaktahuan atau kurangnya pembimbingan. Salah satu yang paling sering terjadi adalah **kesalahan dalam menghitung jumlah putaran**. Banyak yang mengira satu kali pulang-pergi adalah satu putaran, padahal satu kali sa'i adalah dari satu bukit ke bukit lainnya.

Kesalahan lain adalah **memulai dari Marwah, bukan dari Shafa**, atau terlalu tergesa-gesa menyelesaikan sa'i tanpa menghadirkan kekhusyukan dan niat. Sebagian jamaah juga sibuk merekam video, berfoto selfie, atau melakukan aktivitas yang justru mengganggu kekhidmatan ibadah.

Ada juga yang merasa harus membaca doa-doa panjang dalam bahasa Arab, padahal mereka tidak paham artinya. Padahal, **doa yang pendek tapi penuh makna dan ikhlas lebih utama daripada sekadar bacaan panjang tanpa pemahaman**.

Terakhir, jangan lupakan adab dalam bersa'i: **tidak berisik, tidak mendorong jamaah lain, dan menjaga aurat**. Sa'i adalah tempat yang sangat istimewa, dan menjaga kesopanan adalah bagian dari menghormati nilai ibadah yang sedang kita jalankan.

Penutup

Sa'i adalah ibadah yang tidak hanya menguji fisik, tetapi juga menyentuh hati terdalam. Ia adalah pengingat bahwa dalam hidup, **usaha dan tawakal harus berjalan bersama**, sebagaimana Hajar mengajarkan kita. Dengan memahami tata cara dan hikmahnya, kita bisa menjalani sa'i dengan lebih khusyuk, penuh makna, dan membawa pulang kekuatan iman yang baru.

Terima kasih telah membaca



The banner features a dark blue background with a white and gold logo on the left that says "Umrah BERSAMAMU". On the right, there is a photograph of the Kaaba. Text on the banner includes "YouTube" with a play button icon, "Umrah BersamaMu" in large white font, "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!