

Umrah Seorang Tenaga Medis: Mengobati Jiwa Sendiri



Di balik profesi tenaga medis yang penuh empati dan pengabdian, tersembunyi kelelahan emosional dan spiritual yang kerap tak terdengar. Banyak dari mereka sibuk menyelamatkan nyawa, namun melupakan kesehatan rohaninya sendiri. Kisah umrah Dita, seorang perawat senior, menjadi cermin perjalanan batin seorang hamba yang kembali mencari ketenangan di tengah hiruk pikuk dunia medis. Artikel ini ditulis untuk menginspirasi para tenaga kesehatan, dan siapa pun yang merasa lelah secara ruhani, bahwa Tanah Suci adalah tempat terbaik untuk mengobati hati yang letih.

1. Sibuk Merawat Pasien, Lupa Merawat Hati

Dita telah mengabdikan di rumah sakit pemerintah selama lebih dari 12 tahun. Hidupnya penuh shift panjang, tanggung jawab berat, dan kedaruratan medis. Ia terbiasa membantu pasien cuci darah, mencatat tanda vital, menyuntik obat, bahkan menemani kematian dalam diam. Tapi satu hal sering ia abaikan: merawat jiwanya sendiri.

Di balik seragam putih dan senyum ramah, tersimpan kekosongan yang makin terasa. Sholat sering ditunda, tilawah hanya saat sempat, dan dzikir hanya saat pasien menghembuskan napas terakhir. “Saya tahu ini semua ladang amal, tapi kenapa saya merasa kering?” batinnya lirih dalam perjalanan pulang malam hari.

Puncaknya adalah ketika seorang pasien meninggal sambil memeluk mushaf kecil. Kepergian yang begitu damai membuat Dita tersentak. “Dia pergi dalam iman. Saya yang hidup justru menjauh dari Allah.” Itulah momen yang membangunkannya. Ia butuh menyelamatkan dirinya sendiri—secara ruhani.

2. Niat Umrah untuk Mengisi Kekosongan Batin

Dita bukan dari keluarga berada. Tapi sejak kuliah keperawatan, ia menuliskan satu mimpi kecil: sujud di depan Ka’bah. Bertahun-tahun mimpi itu terkubur oleh kesibukan dunia. Namun kini, ia merasa waktunya telah tiba.

Ia menabung perlahan dari honor shift malam. Bukan untuk pelesiran, tapi untuk pulang—pulang kepada Allah. Ia membawa mukena yang biasa ia kenakan saat menangani jenazah. Di sela lipatannya, ia selipkan doa dan harap. Ia juga membawa catatan nama-nama pasien dan keluarganya, untuk ia doakan satu per satu di Tanah Suci.

Perjalanan ke Makkah bukan sekadar ibadah, tapi terapi ruhani. “Saya sering merawat luka orang lain, tapi sekarang saya ingin merawat luka hati saya sendiri,” ucapnya pada rekan sejawat.

3. Sujud di Depan Ka’bah: Titik Awal Kesembuhan

Saat pertama kali melihat Ka’bah, Dita tak kuasa menahan tangis. Lututnya melemas, hatinya luruh. “Ya Allah... ini rumah-Mu. Aku benar-benar sampai,” bisiknya dengan air mata deras. Ia bersujud lama di pelataran Masjidil Haram, membiarkan jiwanya berbicara langsung dengan Tuhan.

Sujud itu bukan rutinitas. Ia menyampaikan beban hidup yang tak pernah diceritakan ke siapa pun. “Ampuni aku yang sibuk urusan dunia, tapi lalai urusan akhirat. Ampuni aku yang tahu arah, tapi terus menunda kembali,” ucapnya lirih. Setiap thawaf adalah pengobatan hati. Setiap langkah sa’i adalah pelampiasan rindu. Dan malam di Makkah, untuk pertama kalinya dalam bertahun-tahun, ia bisa tidur dengan damai.

4. Doa Seorang Perawat di Multazam

Di Multazam, Dita menempelkan telapak tangan ke dinding Ka’bah. Ia menangis sambil berdoa, “Ya Allah, jangan biarkan profesi membuat hatiku kaku. Tolong jadikan

aku perawat yang lembut, sabar, dan tulus. Bukan sekadar terampil, tapi benar-benar berempati.”

Ia menyebut satu per satu nama rekan sejawat—dokter, cleaning service, petugas ambulans, bahkan pasien. Ia mendoakan mereka semua. Dalam hati ia berkata, “Kalau Engkau takdirkan aku tetap di dunia medis sampai akhir hayat, tolong jaga hatiku tetap dekat dengan-Mu.” Doa itu menjadi sumpah sunyi antara ia dan Rabb-nya.

5. Pulang dengan Iman yang Lebih Hidup

Usai umrah, Dita kembali ke rumah sakit. Tapi ia bukan lagi Dita yang lama. Sentuhannya lebih lembut, nadanya lebih tenang, hatinya lebih lapang. Ia tetap sibuk, tetap berjabaku dengan pasien kritis, tapi kini ada rasa syukur dalam setiap langkahnya.

Ia mulai membuat komunitas kecil di rumah sakit—ruang saling menguatkan sesama tenaga kesehatan secara spiritual. “Umrah saya cuma dua minggu, tapi semoga efeknya seumur hidup,” ucapnya. Kini setiap mendengar detak jantung pasien, ia teringat kembali pada detak hatinya sendiri di depan Ka’bah.

Dan begitulah, Dita tak hanya membawa oleh-oleh zamzam dan kurma dari umrah. Ia membawa oleh-oleh hati baru—yang lebih lembut, lebih sadar, dan lebih berserah.

Terima kasih telah membaca



The banner features the Kaaba on the right side. On the left, there is a logo for 'Umrah BERSAMAMU' with a stylized Kaaba icon. The text in the center reads: 'Umrah BersamaMu Official Youtube Video Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu www.umrahbersamamu.com'. A red button with white text says 'Subscribe & Comment'. A YouTube icon is also present.

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