

Makna Haji Mabrur dan Keutamaannya (Bagian 13): Haji Mabrur Menguatkan Ibadah Sunnah



Ibadah haji adalah puncak spiritual seorang Muslim. Setelah menjalani proses panjang, mulai dari niat yang tulus, perjalanan fisik yang melelahkan, hingga keikhlasan dalam setiap manasik, seorang haji yang mabrur akan merasakan kedekatan yang kuat dengan Allah SWT. Kedekatan ini idealnya tidak berhenti di Tanah Suci, tetapi berlanjut dalam bentuk peningkatan kualitas ibadah, terutama ibadah sunnah. Shalat sunnah, puasa sunnah, dzikir, dan tilawah Al-Qur'an menjadi bagian dari rutinitas yang menghidupkan hati. Artikel ini akan mengulas bagaimana haji mabrur mendorong semangat menjalankan ibadah sunnah dengan lebih konsisten dan penuh makna.

1. Hadits tentang Peningkatan Ibadah Sunnah Pasca Haji Mabrur

Rasulullah ﷺ bersabda dalam hadits qudsi:

“Tidaklah hamba-Ku mendekatkan diri kepada-Ku dengan sesuatu yang lebih Aku cintai daripada apa yang telah Aku wajibkan kepadanya. Dan hamba-Ku senantiasa mendekatkan diri kepada-Ku dengan amalan-amalan sunnah hingga Aku

mencintainya.” (HR. Bukhari)

Hadits ini menegaskan bahwa ibadah sunnah memiliki kedudukan tinggi dalam menumbuhkan cinta Allah kepada seorang hamba. Maka, setelah meraih haji mabrur, seorang Muslim seharusnya terdorong untuk memperbanyak ibadah sunnah sebagai bentuk syukur dan komitmen ruhani.

Peningkatan spiritual yang didapat dari haji menjadi modal besar untuk membentuk rutinitas baru dalam beribadah. Ibadah sunnah bukan hanya pelengkap, tetapi penguat dan penjaga amal wajib, seperti pagar bagi rumah utama.

Dengan memperbanyak ibadah sunnah, hati menjadi lebih lembut, jiwa lebih tenang, dan hubungan dengan Allah semakin erat. Ini adalah bentuk konkret dari keberlanjutan nilai-nilai haji dalam kehidupan sehari-hari.

2. Shalat Sunnah sebagai Amalan Rutin Setelah Haji

Shalat sunnah, seperti tahajud, rawatib, dhuha, dan witr, adalah sarana mendekatkan diri kepada Allah. Setelah pulang dari haji, banyak jamaah yang merasakan kerinduan untuk terus menjaga suasana ibadah yang khushyuk seperti di Tanah Suci. Di sinilah shalat sunnah menjadi pelipur rindu spiritual.

Salah satu kebiasaan yang bisa mulai dibangun adalah menjaga shalat sunnah rawatib, yang mengiringi shalat wajib. Rasulullah ﷺ menyebut bahwa siapa yang menjaga 12 rakaat sunnah rawatib, akan dibangun rumah di surga (HR. Muslim). Selain itu, shalat tahajud menjadi amalan sunnah utama yang banyak dilakukan oleh orang-orang yang ingin menjaga spiritualitas setelah haji. Waktu malam yang hening menjadikan tahajud sebagai momen mendalam untuk bermunajat dan memperkuat keikhlasan.

Shalat dhuha juga sangat dianjurkan sebagai bentuk syukur atas nikmat Allah, terutama setelah mendapatkan nikmat besar berupa haji mabrur. Konsistensi dalam shalat sunnah mencerminkan bahwa ibadah haji telah memberikan dampak nyata dalam kehidupan spiritual sehari-hari.

3. Kisah Sahabat yang Rajin Berpuasa Sunnah Setelah Haji Mabrur

Salah satu contoh teladan dari kalangan sahabat adalah Abdullah bin Amr bin Al-Ash RA, yang dikenal sangat tekun dalam menjalankan ibadah, termasuk puasa sunnah. Meskipun Rasulullah ﷺ akhirnya menasihatinya untuk memilih puasa Daud (sehari puasa, sehari tidak), kisah ini menggambarkan semangat luar biasa sahabat dalam memperbanyak amal sunnah.

Setelah menjalankan haji, banyak sahabat menjadikan ibadah sunnah sebagai bagian dari gaya hidup mereka. Mereka menyadari bahwa haji bukanlah akhir, melainkan titik tolak untuk peningkatan spiritual berkelanjutan.

Puasa sunnah seperti puasa Senin-Kamis, puasa Ayyamul Bidh (tanggal 13-15 bulan hijriyah), dan puasa Arafah atau Asyura menjadi pilihan utama. Selain sebagai bentuk ibadah, puasa sunnah juga memberikan manfaat fisik dan mental.

Meneladani semangat sahabat, umat Islam masa kini diharapkan dapat melanjutkan

pengaruh positif dari haji dengan membiasakan diri berpuasa sunnah. Ini juga menjadi pengingat bahwa tubuh kita diciptakan untuk disiplin, dan salah satu bentuknya adalah dengan berpuasa.

4. Keutamaan Memperbanyak Dzikir dan Tilawah Usai Haji

Sepulang dari Tanah Suci, banyak jamaah merasakan kekosongan batin jika tidak menjaga rutinitas dzikir dan tilawah yang biasa dilakukan selama haji. Padahal, dzikir dan membaca Al-Qur'an adalah bahan bakar ruhani yang menghidupkan hati.

Rasulullah ﷺ bersabda, "Perumpamaan orang yang berdzikir kepada Tuhannya dan yang tidak berdzikir, seperti orang yang hidup dan orang yang mati." (HR. Bukhari).

Dzikir menjaga hati tetap terhubung dengan Allah dalam segala kondisi.

Tilawah Al-Qur'an pun menjadi cara untuk memperkuat keimanan. Al-Qur'an yang dibaca setiap hari akan memberi cahaya dalam hidup, sebagaimana disebutkan dalam banyak hadits. Orang yang memperbanyak tilawah setelah haji akan lebih mudah menjaga komitmen pada jalan Allah.

Menghidupkan dzikir pagi-petang, memperbanyak tasbih, tahmid, takbir, serta membaca Al-Qur'an setiap hari bisa menjadi langkah praktis agar hati tidak kosong dan spiritualitas tetap terjaga.

5. Doa agar Dimudahkan dalam Menjalankan Ibadah Sunnah

Agar ibadah sunnah dapat terus dikerjakan secara konsisten, seorang Muslim perlu memohon kekuatan kepada Allah SWT. Di antara doa yang dapat dibaca adalah:

"Allahumma a'inni 'ala dzikrika, wa syukrika, wa husni 'ibadatika."

(Ya Allah, bantulah aku untuk selalu mengingat-Mu, bersyukur kepada-Mu, dan memperbaiki ibadahku kepada-Mu) – HR. Abu Dawud.

Doa ini sangat cocok dibaca setelah shalat fardhu sebagai pengingat bahwa kekuatan untuk beribadah berasal dari pertolongan Allah, bukan semata-mata dari kehendak pribadi.

Selain itu, kita juga bisa membaca doa yang biasa diajarkan Nabi ﷺ dalam berbagai kesempatan:

"Ya Allah, jadikan aku termasuk orang-orang yang senantiasa melaksanakan kebaikan."

Dengan doa-doa ini, hati menjadi lebih ringan dalam menerima ajakan ibadah, dan langkah terasa lebih mudah dalam menjalankan rutinitas ibadah sunnah.

6. Tips Menjaga Konsistensi Ibadah Sunnah Setelah Haji

Menjaga konsistensi ibadah sunnah membutuhkan niat yang kuat dan strategi yang tepat. Berikut beberapa tips yang bisa diterapkan:

Buat jadwal ibadah sunnah. Misalnya, shalat dhuha setiap pagi, tahajud seminggu dua kali, puasa Senin-Kamis, dan tilawah satu juz per hari. Jadwal ini membantu menjaga ritme ibadah.

Gunakan aplikasi pengingat ibadah, seperti pengingat tahajud atau tilawah. Teknologi bisa menjadi teman dalam meningkatkan kedekatan kepada Allah.

Temukan teman ibadah. Memiliki sahabat yang sama-sama semangat dalam ibadah akan sangat membantu. Bisa saling menyemangati dan mengingatkan jika mulai malas.

Tulis jurnal ibadah. Catatan harian tentang ibadah sunnah yang dilakukan bisa menjadi alat evaluasi sekaligus pemacu semangat untuk lebih baik setiap harinya.

Perbarui niat dan motivasi. Ingat bahwa ibadah bukan sekadar rutinitas, tapi bentuk cinta dan syukur kepada Allah. Dengan niat yang lurus, ibadah menjadi ringan dan menyenangkan.

Penutup

Haji Mabrur membawa perubahan besar dalam kehidupan seorang Muslim. Salah satu bentuk paling nyata dari perubahan itu adalah semangat dalam menjalankan ibadah sunnah. Dengan memperbanyak shalat sunnah, puasa, dzikir, tilawah, dan memperkuat doa serta konsistensi, seorang haji akan menjaga cahaya spiritual yang dibawanya dari Tanah Suci. Inilah yang membedakan Haji Mabrur dari sekadar perjalanan ibadah. Semoga kita semua diberi taufik untuk menjaga dan merawat semangat ibadah sunnah sepanjang hidup.

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 in Mecca. Text on the banner includes a YouTube icon, the channel name "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!