

# Menghindari Riya dalam Ibadah Haji dan Umrah

Ibadah haji dan umrah merupakan amalan istimewa yang penuh keutamaan. Namun, di balik kemuliaannya, terdapat jebakan halus yang bisa mengurangi bahkan menggugurkan nilai spiritualnya: riya. Dalam era digital, pamer ibadah bisa muncul tanpa disadari, lewat unggahan foto, video, atau cerita berlebihan. Maka dari itu, sangat penting bagi setiap jamaah untuk memahami hakikat riya dan bagaimana menjaganya, agar perjalanan ke Tanah Suci benar-benar menjadi murni karena Allah ﷻ semata. Artikel ini menguraikan langkah-langkah praktis dan spiritual agar kita dapat menjalankan ibadah haji dan umrah dengan penuh keikhlasan.

## Definisi Riya dan Bahayanya dalam Ibadah

Riya secara bahasa berarti memperlihatkan. Secara istilah syar'i, riya adalah melakukan suatu ibadah atau amal baik dengan tujuan ingin dipuji atau dilihat oleh manusia, bukan karena Allah. Rasulullah ﷺ bersabda, "Sesungguhnya yang paling aku khawatirkan atas kalian adalah syirik kecil: yaitu riya." (HR. Ahmad)

Bahaya riya sangat besar karena ia bisa menggugurkan pahala amal ibadah, bahkan tanpa disadari pelakunya. Dalam Al-Qur'an, Allah menyamakan perbuatan riya dengan menyekutukan-Nya secara halus (QS. Al-Kahfi: 110). Oleh karena itu, jika seseorang menunaikan haji atau umrah dengan niat selain karena Allah—baik untuk mendapatkan gelar, pujian, atau eksistensi sosial—maka ia termasuk orang yang merugi.

Riya tidak hanya tampak dalam tindakan besar, tetapi juga bisa dalam hal kecil seperti menunjukkan keberangkatan, berbagi oleh-oleh ibadah, atau menceritakan pengalaman secara berlebihan. Karena itu, jamaah harus terus-menerus memurnikan niat sejak awal.

## Niat yang Ikhlas Sejak Persiapan

Keikhlasan adalah pondasi utama ibadah. Sejak merencanakan haji atau umrah—dari menabung, memilih travel, hingga menyiapkan perlengkapan—hendaknya hati diarahkan hanya untuk mencari ridha Allah. Ikhlas berarti tidak peduli dilihat atau tidak oleh manusia, karena tujuan utamanya adalah diterima oleh Tuhan semesta alam.

Para ulama salaf bahkan mengatakan bahwa "memperbarui niat" adalah amal yang terus dilakukan dalam setiap tahap ibadah. Sebab, niat bisa terkontaminasi kapan saja. Misalnya, saat seseorang terlalu bersemangat memberitahu banyak orang bahwa ia akan berangkat umrah, atau ingin dipandang sebagai orang yang taat.

Salah satu cara menjaga keikhlasan adalah dengan berdoa sebelum, selama, dan

setelah ibadah, agar hati selalu lurus. Tidak perlu memberitahu semua orang tentang rencana haji, kecuali untuk kepentingan doa dan logistik. Semakin sedikit yang tahu, semakin kecil godaan untuk riya.

#### Godaan Pamer Foto dan Cerita Berlebihan

Di zaman media sosial, riya dapat muncul dalam bentuk konten digital. Foto selfie di depan Ka'bah, video thawaf, atau unggahan testimoni spiritual yang berlebihan bisa menjadi pintu masuk rasa bangga diri. Bukan berarti dilarang membagikan momen, tapi penting untuk menjaga niat dan konteks.

Jika sebuah unggahan ditujukan untuk menginspirasi orang lain agar bersemangat ibadah, disertai dengan nasihat dan rasa rendah hati, maka insyaAllah masih termasuk dalam dakwah. Tapi jika niatnya agar dipuji, atau merasa lebih mulia dari yang belum pergi, maka itu bisa menjurus pada riya.

Sebagian ulama menganjurkan agar tidak mengunggah dokumentasi ibadah di media sosial, atau minimal menunda publikasi hingga jauh setelah pulang. Ini membantu menjaga privasi spiritual dan menghindari godaan ingin dilihat baik oleh manusia.

#### Menjaga Privasi Spiritual dengan Bijak

Ibadah haji dan umrah adalah perjalanan ruhani yang sangat pribadi. Maka, menjaga privasi pengalaman spiritual merupakan bagian dari adab keikhlasan. Tidak semua hal perlu diceritakan, apalagi ditampilkan dalam bentuk cerita publik.

Seseorang bisa menyimpan pengalaman luar biasa yang ia alami di Masjidil Haram atau saat wukuf di Arafah hanya untuk dirinya dan Allah. Bahkan, sebagian ahli tasawuf menganggap bahwa menyembunyikan kebaikan lebih utama daripada menyembunyikan keburukan.

Tentu saja, berbagi pengalaman boleh-boleh saja, asal dilakukan dengan sikap tawadhu dan tidak berlebihan. Gunakan kisah spiritual sebagai bahan refleksi pribadi dan nasihat, bukan ajang menunjukkan kelebihan diri.

#### Nasihat Ulama tentang Tulus Beribadah

Imam Al-Ghazali pernah mengatakan, "Setiap amal yang tidak diniatkan karena Allah, niscaya akan menjadi kosong dari cahaya." Banyak ulama menganjurkan untuk selalu menghisab diri sebelum, selama, dan setelah beramal agar niat tidak melenceng.

Beberapa cara yang diajarkan ulama untuk menjaga keikhlasan antara lain: memperbanyak istighfar, menghindari pujian, serta menganggap amal sendiri masih jauh dari sempurna. Ulama salaf sering menyembunyikan amal mereka dari keluarga terdekat sekalipun.

Mereka bahkan menangis jika merasa amalnya diketahui orang lain, bukan karena bangga, tetapi karena takut jatuh pada riya. Maka, kita sebagai jamaah haji dan umrah sebaiknya meneladani semangat tulus tersebut, agar ibadah kita bernilai di sisi Allah, bukan sekadar terlihat baik di mata manusia.

Doa Memohon Dijauhkan dari Riya

Tidak ada manusia yang benar-benar aman dari riya. Bahkan para sahabat Nabi pun takut terjerumus ke dalamnya. Oleh karena itu, berdoa agar dilindungi dari riya adalah bentuk penjagaan diri yang penting. Nabi Muhammad ﷺ sendiri mengajarkan doa khusus untuk hal ini:

مُذْمَعًا لِي أَلْأَمَلِ لِكُرْفِعْتَسْرَأَوْ، مُذْمَعًا لِي أَوْ لِكُرْشَأَنْ أَلْأَمَلِ لِي ذُوْعًا لِي نِيْمًا لِي

“Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari mempersekutukan-Mu sementara aku mengetahuinya, dan aku memohon ampun kepada-Mu atas (syirik) yang tidak aku ketahui.” (HR. Ahmad)

Selain itu, dzikir, membaca Al-Qur’an, dan memperbanyak amal tersembunyi akan membantu menstabilkan niat. Ingatlah bahwa tujuan dari haji dan umrah adalah untuk mendekatkan diri kepada Allah, bukan kepada pujian manusia.

Penutup: Ibadah yang Tersembunyi, Pahala yang Mulia

Ibadah yang tulus, meskipun tidak terlihat oleh manusia, justru lebih bercahaya di sisi Allah. Haji dan umrah adalah perjalanan spiritual yang tidak hanya menguji fisik, tetapi juga kemurnian hati. Hindarilah riya dalam segala bentuknya, baik dalam niat, ucapan, maupun unggahan digital. Jika setiap langkah kita dijaga oleh niat yang lurus, maka insyaAllah kita akan pulang dengan gelar yang lebih mulia dari sekadar “haji”, yakni hamba yang ikhlas dan dekat kepada-Nya.

## Terima kasih telah membaca



 YouTube

**Umrah BersamaMu**  
Official Youtube Video

Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu

[www.umrahbersamamu.com](http://www.umrahbersamamu.com)

**Subscribe & Comment**

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