

Panduan Praktis Haji & Umrah Sesuai Sunnah (Bagian 2): Sunnah dalam Niat Umrah



Niat adalah pintu gerbang setiap ibadah. Dalam pelaksanaan Umrah, niat bukan sekadar ucapan lisan, tetapi kesungguhan hati yang terikat kuat dengan keikhlasan kepada Allah ﷻ. Rasulullah ﷺ mencontohkan tata cara niat Umrah dengan tuntunan yang sarat makna, mulai dari tempat pengucapan niat, lafaz yang digunakan, hingga doa-doa pendukung untuk menguatkan makna ibadah ini.

Artikel ini akan membimbing Anda memahami sunnah-sunnah dalam niat Umrah, agar perjalanan spiritual ini tidak hanya sah secara fikih, tapi juga bernilai tinggi di sisi Allah.

1. Lafaz Niat Umrah yang Diajarkan Rasulullah ﷺ

Dalam ibadah Umrah, niat dilakukan dengan melafalkan kalimat yang sangat sederhana, namun memiliki kekuatan spiritual besar:

لَبَّيْكَ اللَّهُمَّ حُجَّةً لَّيَّ بَلَّ

Labbaika Allahumma 'Umrah (Aku penuhi panggilan-Mu ya Allah untuk melaksanakan Umrah)

Lafaz ini merupakan bentuk jawaban atas panggilan Allah ﷻ, sebagaimana disebut dalam QS. Al-Hajj: 27. Rasulullah ﷺ melafazkan niat ini dengan penuh ketundukan, diiringi dengan talbiyah sebagai dzikir yang meneguhkan semangat ibadah. Bagi jamaah yang memiliki kebutuhan tertentu, diperbolehkan menambahkan syarat dalam niat, seperti: *"Jika aku tertahan (karena sakit atau halangan), maka tempat berhentiku di tempat aku tertahan."*

Hal ini dilakukan oleh Nabi ﷺ saat berhaji, sebagaimana disebutkan dalam hadits shahih (HR. Bukhari & Muslim), agar ibadah tetap sah jika ada kendala.

2. Tempat Disunnahkan untuk Memulai Niat Umrah

Tempat niat untuk Umrah disebut miqat, yaitu batas geografis yang ditentukan Nabi ﷺ sebagai tempat mulai berihram. Beberapa miqat yang paling dikenal:

Dzul Hulaifah (Bir Ali): untuk jamaah dari Madinah.

Yalamlam: untuk jamaah dari Yaman dan Indonesia (melalui udara).

Qarnul Manazil: untuk jamaah dari arah Najd (Riyadh dan sekitarnya).

Al-Juhfah: untuk jamaah dari arah Syam (Suriah, Yordania).

Dzat 'Irq: untuk jamaah dari arah Irak.

Untuk jamaah haji dan umrah Indonesia yang datang lewat udara, miqatnya biasanya adalah Yalamlam, dan pesawat akan memberi pengumuman sekitar 30-45 menit sebelum melewatinya agar jamaah bersiap berihram dan berniat. Jangan menunda niat hingga tiba di Makkah karena hal itu menyalahi sunnah dan bisa terkena dam.

3. Doa-doa yang Dianjurkan Setelah Niat

Setelah niat Umrah, Rasulullah ﷺ melanjutkan dengan talbiyah, yang merupakan dzikir khas selama ihram:

اَللّٰهُمَّ لِيْ اَوْ كَلِّمْهُنَّ لِيْ اَوْ دَمِّحْ لِيْ اِنْ اِنِّىْ، اَللّٰهُمَّ لِيْ اَوْ كَلِّمْهُنَّ لِيْ اَوْ دَمِّحْ لِيْ اِنْ اِنِّىْ، اَللّٰهُمَّ لِيْ اَوْ كَلِّمْهُنَّ لِيْ اَوْ دَمِّحْ لِيْ اِنْ اِنِّىْ

Talbiyah ini tidak hanya dibaca sekali, tetapi terus diulang-ulang sepanjang perjalanan ke Makkah, dengan suara keras bagi laki-laki dan pelan bagi perempuan. Ini adalah bentuk deklarasi tauhid dan kerendahan hati di hadapan Allah ﷻ .

Selain talbiyah, dianjurkan juga untuk memperbanyak doa-doa pribadi yang tulus, seperti memohon kelancaran ibadah, dihapusnya dosa, dan diterimanya amal. Tidak ada doa khusus dari Nabi ﷺ selain talbiyah, tetapi doa apa pun yang baik dan tulus dapat dibaca setelah niat.

4. Hikmah Mengucap Niat di Tempat Tertentu

Mengucap niat di miqat bukan hanya perkara teknis, tapi sarat hikmah. Pertama, hal ini menunjukkan ketaatan total kepada aturan Allah dan Rasul-Nya, yang telah menetapkan tempat-tempat tersebut. Kedua, itu adalah titik transisi dari duniawi menuju murninya ibadah; mulai dari sana, seseorang memasuki keadaan ihram, meninggalkan kenyamanan dan membatasi kebebasan diri demi meraih ridha-Nya.

Ketiga, niat di miqat menjadi awal perjalanan spiritual yang terjaga dari maksiat dan penuh kebaikan. Ia ibarat pintu gerbang menuju Tanah Suci, dan siapa pun yang melaluinya dengan hati tunduk, akan merasakan kekhusyukan yang luar biasa sepanjang manasik.

5. Adab Hati Saat Melafazkan Niat Ibadah

Niat dalam ibadah bukan hanya sekadar ucapan lisan, melainkan cerminan ketulusan hati yang mendalam. Saat melafalkan niat, penting untuk menyertakan rasa takut dan harap kepada Allah, serta pengakuan atas segala dosa dengan harapan ibadah ini menjadi penghapusnya. Hadirkan kesadaran spiritual bahwa kita sedang memulai salah satu ibadah paling agung dalam Islam, sehingga hati harus dipenuhi ketenangan

dan kekhusyukan. Hindari niat yang tercampur riya', pamer, atau keinginan untuk dipuji orang lain.

Adab hati ini menjadi fondasi agar ibadah diterima oleh Allah. Jangan biarkan niat sekadar menjadi formalitas tanpa makna, sementara hati masih terbelenggu urusan duniawi. Dengan niat yang ikhlas, setiap langkah ibadah akan bernilai di hadapan-Nya.

6. Tips Menjaga Keikhlasan Selama Niat Umrah

Keikhlasan adalah fondasi utama dalam menjalankan ibadah Umrah. Untuk menjaga niat tetap tulus, perbarui niat secara berkala, terutama saat menghadapi kelelahan atau godaan riya'. Hindari percakapan yang dapat memicu kesombongan, seperti membandingkan ibadah sendiri dengan orang lain. Perbanyak dzikir dan muhasabah diri agar hati senantiasa terhubung dengan Allah. Ingatlah bahwa hanya Allah yang menjadi penilai amal, bukan manusia. Ikuti tuntunan Nabi ﷺ agar ibadah tidak hanya ikhlas, tetapi juga sesuai sunnah. Dengan demikian, Umrah akan menjadi perjalanan spiritual yang penuh makna dan keberkahan.

Penutup

Niat dalam Umrah bukan hanya langkah awal, tapi fondasi utama dalam menunaikan ibadah ini. Dengan melafalkannya sesuai sunnah, di tempat yang tepat, dengan adab hati yang baik, seorang Muslim menunjukkan ketaatan dan kerendahan hati di hadapan Rabb-nya. Semoga Allah ﷻ menerima niat-niat tulus para tamu-Nya dan menjadikan ibadah Umrah sebagai amal yang menghapus dosa dan menaikkan derajat.

Terima kasih telah membaca




Umrah
BERSAMAMU

Subscribe & Comment

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

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