

Sunnah-Sunnah yang Sering Dilupakan Saat Umrah

Umrah adalah ibadah yang agung dan menjadi impian banyak umat Islam di seluruh dunia. Meskipun tidak sekompleks Haji, Umrah tetap memiliki nilai spiritual yang tinggi dan sarat dengan sunnah-sunnah Rasulullah ﷺ yang sangat layak diamalkan. Sayangnya, karena keterbatasan waktu, kurangnya pemahaman, atau kelelahan, banyak jamaah melewatkan sunnah-sunnah kecil yang sebenarnya memiliki pahala besar. Artikel ini akan mengulas amalan sunnah Umrah yang sering dilupakan, keutamaannya, kisah inspiratif para sahabat, hikmah spiritual, hingga tips praktis agar kita dapat menghidupkan sunnah selama berumrah.

Amalan Sunnah yang Sering Terlewat Saat Melaksanakan Umrah

Dalam pelaksanaan Umrah, terdapat beberapa amalan sunnah yang sering kali terlewatkan oleh jamaah, padahal memiliki nilai ibadah yang tinggi. Salah satunya adalah mandi sunnah sebelum ihram. Banyak jamaah langsung mengenakan pakaian ihram tanpa memperhatikan anjuran untuk mandi, padahal Rasulullah ﷺ melakukannya sebelum ihram, sebagaimana diriwayatkan oleh Aisyah radhiyallahu ‘anha.

Sunnah lainnya adalah shalat sunnah dua rakaat setelah ihram jika memungkinkan. Banyak jamaah terburu-buru berangkat dari miqat tanpa sempat melaksanakan shalat tersebut, padahal waktu dan tempatnya sangat dianjurkan untuk berdoa dan menyempurnakan niat ihram.

Kemudian, berdoa saat memasuki Masjidil Haram dan membaca doa ketika melihat Ka’bah untuk pertama kali juga sering luput. Padahal ini adalah momen sakral yang sangat dianjurkan oleh para ulama karena termasuk waktu yang mustajab untuk memohon kepada Allah.

Sunnah lainnya yang kerap dilupakan adalah berlari-lari kecil (raml) pada tiga putaran pertama thawaf bagi laki-laki, dan berjalan cepat antara dua tanda hijau saat sa’i bagi laki-laki. Keduanya menghidupkan semangat dan meneladani amalan Rasulullah ﷺ selama Umrah.

Dengan lebih teliti memperhatikan amalan-amalan kecil ini, ibadah Umrah akan terasa lebih lengkap, lebih menyentuh, dan lebih dekat dengan sunnah yang dicontohkan Nabi Muhammad ﷺ.

Keutamaan Melaksanakan Sunnah-Sunnah Kecil dalam Umrah

Menghidupkan sunnah dalam ibadah Umrah, meskipun tampak kecil dan sepele, memiliki keutamaan besar di sisi Allah. Rasulullah ﷺ bersabda:

“Siapa yang mencintai sunnahku, maka sungguh ia mencintaiku, dan siapa yang

mencintaiku, maka ia akan bersamaku di surga.” (HR. Tirmidzi)

Melaksanakan sunnah dalam Umrah menunjukkan kesempurnaan cinta dan penghormatan kepada Rasulullah ﷺ. Ia menandakan bahwa seorang hamba ingin mengikuti tuntunan beliau secara utuh, bukan hanya pada rukun dan wajibnya saja. Keutamaan lainnya adalah menambah pahala dan nilai ibadah di sisi Allah. Setiap langkah yang meniru sunnah akan dilipatgandakan nilainya, terlebih jika dilakukan di tanah haram yang pahalanya berlipat-lipat.

Selain itu, sunnah memberikan kedalaman spiritual dan kekhusyukan yang tidak didapat dari ibadah yang hanya bersifat wajib. Sunnah menumbuhkan rasa hadir dan ikhlas dalam setiap gerakan dan doa yang dilakukan selama Umrah.

Menjalankan sunnah-sunnah kecil juga menghindarkan jamaah dari merasa ibadahnya kering atau terburu-buru. Justru, ia menjadikan perjalanan Umrah terasa utuh dan bernilai lebih dalam pengalaman keagamaan dan emosional.

Kisah Para Sahabat yang Teliti dalam Mengamalkan Sunnah

Para sahabat Nabi ﷺ dikenal sebagai generasi terbaik yang sangat teliti dalam mengikuti setiap sunnah Rasulullah, bahkan dalam hal-hal yang tampak sepele. Misalnya, Abdullah bin Umar radhiyallahu ‘anhu, dikenal meniru setiap detail tindakan Nabi ﷺ, termasuk tempat duduk beliau, cara beliau berdoa, dan gerakan saat thawaf dan sa’i.

Suatu ketika, Ibnu Umar berhenti dan menundukkan kepalanya saat thawaf. Ketika ditanya, ia menjawab, “Di sinilah Rasulullah pernah berdoa, maka aku ingin mengikuti beliau meskipun aku tidak tahu doanya.” Ini menunjukkan kecintaan luar biasa terhadap sunnah, bahkan dalam hal yang tidak wajib.

Sahabat lain, seperti Anas bin Malik, dikenal menghidupkan sunnah dengan konsistensi, meskipun tidak semua orang memperhatikan atau melakukannya. Mereka memahami bahwa mengikuti sunnah adalah bukti cinta dan penghormatan terhadap Rasulullah ﷺ.

Kisah-kisah ini menjadi inspirasi bahwa kesungguhan dalam mengamalkan sunnah, meski tampak kecil, adalah cermin ketakwaan dan keikhlasan seorang Muslim dalam menjalani ibadah.

Hikmah Besar dari Sunnah Kecil yang Diamalkan dengan Ikhlas

Setiap sunnah, meski kecil, jika dilakukan dengan niat ikhlas, akan menjadi wasilah keberkahan dan kecintaan Allah. Sunnah-sunnah kecil mendidik hati untuk bersikap teliti, sabar, dan penuh penghayatan dalam beribadah.

Mengamalkan sunnah juga menjaga hati dari rasa puas diri atau merasa cukup dengan yang wajib. Ia menumbuhkan semangat terus-menerus dalam memperbaiki diri dan meningkatkan kualitas ibadah.

Sunnah adalah penjaga dari kelalaian. Dalam perjalanan Umrah yang melelahkan, sunnah-sunnah kecil bisa menjadi penyegar jiwa, memberi ruang untuk menyadari bahwa kita sedang menapaki jejak Nabi di tanah suci.

Banyak jamaah yang bercerita bagaimana ibadah Umrah mereka terasa lebih dalam saat mereka mengamalkan sunnah-sunnah yang sederhana: mulai dari cara masuk masjid, menatap Ka'bah dengan doa, hingga mengusap tangan ke dada saat berdoa di Multazam.

Intinya, sunnah mengubah ibadah dari rutinitas menjadi pengalaman ruhani yang menggetarkan jiwa. Ia menyentuh dimensi batin dan menjadi bukti ketundukan sepenuh hati kepada Allah dan Rasul-Nya.

Doa agar Dimudahkan Menjalankan Sunnah-Sunnah Umrah

Untuk bisa menjalankan sunnah-sunnah dalam Umrah dengan baik, seorang jamaah perlu memohon pertolongan Allah agar diberikan taufik, kemudahan, dan keikhlasan. Beberapa doa yang bisa dibaca di antaranya:

“Allahumma a’inni ‘ala dzikrika, wa syukrika, wa husni ‘ibaadatik.”

(Yaa Allah, tolonglah aku untuk mengingat-Mu, bersyukur kepada-Mu, dan memperbaiki ibadahku kepada-Mu.)

“Rabbana la tuzigh qulubana ba’da idz hadaitana wa hab lana min ladunka rahmah, innaka Antal Wahhab.”

(Yaa Tuhan kami, janganlah Engkau palingkan hati kami setelah Engkau beri petunjuk, dan anugerahkan kepada kami rahmat dari sisi-Mu.)

“Allahumma inni as’aluka hubbaka wa hubba man yuhibbuka wa hubba ‘amalin yuqarribuni ila hubbik.”

(Yaa Allah, aku memohon cinta-Mu, cinta orang-orang yang mencintai-Mu, dan cinta pada amal yang mendekatkanku kepada-Mu.)

Doa-doa ini bisa dibaca sebelum niat Umrah, selama di Masjidil Haram, atau setiap saat sebagai bentuk permohonan agar dimudahkan mengamalkan sunnah secara ikhlas.

Tips Mengingat dan Mengamalkan Sunnah Selama Umrah

Agar sunnah tidak dilupakan selama Umrah, jamaah bisa menerapkan beberapa strategi praktis:

Pelajari sunnah-sunnah Umrah secara ringkas sebelum keberangkatan. Gunakan catatan kecil atau buku saku sebagai pengingat.

Buat checklist amalan sunnah yang ingin diamalkan selama Umrah. Tandai setiap kali sudah dikerjakan, agar tidak terlewat.

Ikuti bimbingan manasik yang membahas detail sunnah Umrah, bukan hanya rukun dan wajibnya. Pilih pembimbing yang memperhatikan aspek sunnah.

Pasang niat sejak awal untuk mengikuti sunnah, agar Allah membukakan jalan dan memudahkan pelaksanaannya.

Berdoa dan minta pengingat dari teman rombongan untuk saling mengingatkan saat tiba di momen-momen sunnah seperti saat thawaf, masuk Masjidil Haram, atau selesai sa'i.

Dengan niat yang ikhlas, perencanaan yang baik, dan bantuan dari sesama jamaah, insyaAllah sunnah-sunnah Umrah bisa diamalkan lebih sempurna dan menghadirkan pengalaman ibadah yang lebih hidup dan mendalam.

Kesimpulan

Menghidupkan sunnah saat Umrah adalah bentuk cinta sejati kepada Nabi Muhammad ﷺ dan jalan menuju kesempurnaan ibadah. Meskipun tidak wajib, sunnah-sunnah kecil memberi pengaruh besar terhadap keberkahan dan kelezatan ruhani selama berumrah. Dengan memahami, mengingat, dan mempraktikkan sunnah secara sadar dan ikhlas, setiap langkah ibadah kita di Tanah Suci menjadi lebih bermakna dan mendekatkan kita kepada ridha Allah. Jangan biarkan Umrah berlalu sebagai ritual semata—jadikan ia sebagai pengalaman spiritual yang utuh dengan meneladani Rasulullah dalam setiap detailnya.

Terima kasih telah membaca



The banner features a dark blue background with a white and gold logo on the left that says "Umrah BERSAMAMU". To the right, there is a white YouTube icon followed by the text "Umrah BersamaMu Official Youtube Video". Below this, it says "Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu" and "www.umrahbersamamu.com". On the far right, there is a photograph of the Kaaba in Mecca. At the bottom left, there is a red and orange button that says "Subscribe & Comment".

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