

# Menghidupkan Salat Sunnah dalam Perjalanan Haji dan Umrah

Perjalanan haji dan umrah bukan hanya soal fisik menempuh ribuan kilometer, melainkan juga tentang memperkuat dimensi ruhani di tanah suci. Di tengah padatnya agenda manasik, antrean, serta rasa lelah, salat sunnah sering kali terlewatkan. Padahal, ibadah-ibadah tambahan inilah yang menjadi penopang kualitas ibadah wajib. Artikel ini mengajak jamaah untuk menghidupkan salat sunnah selama haji dan umrah sebagai bentuk ketekunan ibadah dan penyempurna amal di tempat yang penuh kemuliaan.

## Salat Sunnah sebagai Penguat Spiritualitas Safar

Safar dalam Islam adalah ladang pahala. Rasulullah ﷺ bersabda bahwa doa dan amal saat safar lebih mudah dikabulkan. Maka tidak heran, salat sunnah selama safar memiliki nilai spiritual yang tinggi, terlebih jika dilakukan di tanah suci. Di tengah kelelahan perjalanan, justru amalan kecil seperti dua rakaat salat sunnah bisa menjadi tanda kesungguhan seorang hamba kepada Rabb-nya.

Salat sunnah juga menjadi cara menjaga hati tetap khusyuk, mengalirkan dzikir di sela-sela kesibukan fisik, dan menjadi pelindung dari emosi negatif saat menghadapi antrean, cuaca ekstrem, atau perbedaan karakter sesama jamaah. Dengan meluangkan waktu untuk salat sunnah, jiwa akan lebih tenang, terhubung kepada Allah ﷻ, dan tidak mudah goyah oleh gangguan eksternal.

## Mengatur Waktu untuk Salat Witir dan Rawatib

Dua salat sunnah yang sangat ditekankan adalah salat witir dan rawatib. Witir, sebagai penutup salat malam, bisa dikerjakan setelah tahajud atau sebelum tidur jika takut terlambat bangun. Salat ini menjadi pengikat ruhani yang menjaga keintiman dengan Allah, bahkan Rasulullah ﷺ tidak pernah meninggalkannya dalam keadaan apapun. Salat sunnah rawatib (qabliyah dan ba'diyah) sebaiknya dilakukan secara konsisten selama berada di tanah suci. Di sela waktu salat wajib yang dilakukan di Masjidil Haram dan Nabawi, sempatkan untuk dua rakaat qabliyah atau ba'diyah, terutama untuk salat Dzuhur dan Maghrib. Sebagaimana hadits Nabi ﷺ :

“Barangsiapa yang menjaga salat sunnah rawatib dua belas rakaat dalam sehari, maka Allah akan membangunkan rumahnya di surga.” (HR. Muslim)

## Mencari Waktu Longgar untuk Salat Sunnah Mutlak

Selain witir dan rawatib, ada pula salat sunnah mutlak yang bisa dikerjakan kapan saja, selain pada waktu-waktu terlarang. Salat ini bisa menjadi sarana menenangkan jiwa, menambah kedekatan dengan Allah, atau sekadar mengekspresikan rasa syukur.

Ketika sedang menunggu teman, menanti keberangkatan bus, atau setelah bangun dari istirahat siang, manfaatkan momen tersebut untuk dua rakaat yang ikhlas. Di kamar hotel, di mushala bandara, atau bahkan di sudut Masjidil Haram—setiap tempat di tanah suci adalah ladang pahala. Terutama di Mekkah dan Madinah, setiap rakaat yang ringan akan bernilai luar biasa.

Keutamaan Salat Sunnah di Masjidil Haram dan Nabawi

Rasulullah ﷺ bersabda:

“Salat di masjidku (Masjid Nabawi) lebih utama dari seribu salat di masjid lain, kecuali Masjidil Haram. Dan salat di Masjidil Haram lebih utama dari seratus ribu salat di masjid lain.”

(HR. Ahmad, Ibnu Majah)

Bayangkan: dua rakaat salat sunnah di Masjidil Haram bernilai 200.000 rakaat, dan di Masjid Nabawi 2.000 rakaat! Ini bukan perhitungan biasa, tetapi karunia luar biasa. Maka, menyalakan waktu tanpa memperbanyak salat di sana adalah kerugian yang sulit tergantikan.

Bahkan jika tubuh terasa lelah, cukup duduk dan niatkan dua rakaat ringan dengan penuh khushyuk. Jangan menunda-nunda, karena tidak semua orang mendapat kesempatan ke dua masjid suci ini lebih dari sekali seumur hidup.

Tips Menjaga Konsistensi di Tengah Kelelahan

Menjaga ibadah sunnah selama perjalanan memang menantang. Namun dengan perencanaan dan tekad, semuanya bisa dilakukan. Berikut beberapa tips:

Atur waktu tidur agar cukup dan tidak kelelahan saat waktu shalat sunnah

Gunakan alarm atau pengingat ibadah di ponsel

Ajak teman sekamar untuk saling mengingatkan

Siapkan sajadah kecil dan pakaian bersih agar mudah beribadah di mana pun

Niatkan bahwa setiap ibadah sunnah adalah cara mendekat kepada Allah, bukan beban

Jadikan salat sunnah sebagai bagian dari rutinitas harian, bukan tambahan sesekali. Jika tubuh dan jiwa terbiasa, maka ibadah ini justru menjadi sumber kekuatan selama safar.

Pahala Besar untuk Amalan Kecil Namun Terus-Menerus

Allah ﷻ menyukai amal yang sedikit namun terus-menerus. Dalam hadits disebutkan: “Amalan yang paling dicintai oleh Allah adalah yang paling kontinu, meskipun sedikit.”

(HR. Bukhari dan Muslim)

Dua rakaat setelah wudhu, dua rakaat tahiyatul masjid, atau witir sebelum tidur—semua bisa menjadi investasi akhirat jika dijaga dengan keikhlasan. Jangan

tunggu waktu luang, tetapi luangkan waktu di antara aktivitas umrah atau haji. Ketika ibadah wajib telah ditunaikan, maka salat sunnah menjadi indikator keseriusan kita dalam mencintai Allah. Dan bagi mereka yang konsisten dalam ibadah tambahan, rahmat dan pertolongan Allah akan semakin dekat.

## 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 the YouTube logo, the channel name "Umrah BersamaMu", the phrase "Official Youtube Video", the tagline "Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu", and the website "www.umrahbersamamu.com". A red and orange button on the left says "Subscribe & Comment".

**Umrah**  
BERSAMAMU

Subscribe & Comment

YouTube  
**Umrah BersamaMu**  
Official Youtube Video  
Edukasi dan Informasi Terupdate untukmu  
[www.umrahbersamamu.com](http://www.umrahbersamamu.com)

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