

# Tata Cara Umrah Sesuai Sunnah Nabi Shallallahu 'Alaihi Wasallam

## 1. Niat dan Miqat Umrah

Umrah dimulai dengan niat yang tulus semata-mata karena Allah. Niat merupakan rukun pertama dan paling mendasar dalam ibadah umrah. Jamaah mengucapkan: "Labbaikallahumma 'umratan" di tempat miqat, sebagai bentuk pengikraran untuk memulai ibadah. Miqat adalah batas geografis yang ditentukan Nabi SAW sebagai titik awal dimulainya ihram.

Terdapat lima miqat utama yang digunakan sesuai asal kedatangan jamaah: Dzul Hulaifah (untuk penduduk Madinah), Juhfah (untuk penduduk Syam), Qarnul Manazil (untuk penduduk Najd), Yalamlam (untuk penduduk Yaman), dan Dzat 'Irq (untuk penduduk Irak). Jamaah yang melewati miqat tanpa berniat ihram umrah wajib membayar dam.

Bagi jamaah yang datang menggunakan pesawat, niat ihram dilakukan sebelum atau saat melintasi garis miqat udara. Maskapai biasanya memberikan pengumuman beberapa saat sebelumnya untuk memberi waktu persiapan.

Memahami lokasi dan waktu niat sangat penting agar umrah sah dan tidak menimbulkan pelanggaran yang menuntut fidyah.

## 2. Tata Cara Memakai Ihram dengan Benar

Ihram adalah pakaian khusus yang digunakan dalam ibadah haji dan umrah. Untuk laki-laki, ihram terdiri dari dua helai kain putih tanpa jahitan: satu untuk menutupi bagian bawah (izar), dan satu lagi untuk bagian atas (rida'). Sedangkan perempuan cukup mengenakan pakaian syar'i yang menutup aurat, tidak ketat, dan tidak menyerupai laki-laki.

Sebelum memakai ihram, disunnahkan untuk mandi (ghusl), memakai wewangian di badan (bukan di pakaian), memotong kuku, mencukur bulu, dan membersihkan diri. Ini merupakan bentuk persiapan lahiriah sebelum memasuki niat ibadah.

Setelah berpakaian ihram dan berniat, maka dimulailah kondisi ihram. Dalam kondisi ini, jamaah diharamkan melakukan beberapa hal seperti memakai wangi-wangian, mencukur rambut, memotong kuku, berburu, menikah, serta melakukan hubungan suami istri.

Menjaga ihram dengan baik adalah bagian dari penghormatan terhadap ibadah umrah itu sendiri.

## 3. Urutan Pelaksanaan: Tawaf, Sa'i, dan Tahallul

Setelah tiba di Masjidil Haram, jamaah memulai tawaf, yaitu mengelilingi Ka'bah sebanyak tujuh putaran dimulai dari Hajar Aswad dan berakhir di tempat yang sama, dengan posisi Ka'bah selalu di sebelah kiri. Putaran dilakukan berlawanan arah jarum

jam.

Laki-laki disunnahkan untuk melakukan idhtiba' (membuka bahu kanan) dan raml (berjalan cepat) di tiga putaran pertama. Setelah selesai tawaf, jamaah melaksanakan salat dua rakaat di belakang Maqam Ibrahim jika memungkinkan, atau di tempat lain di masjid.

Kemudian dilanjutkan dengan sa'i, yaitu berjalan dari Bukit Shafa ke Marwah sebanyak tujuh kali (tujuh lintasan). Laki-laki disunnahkan berlari kecil di antara dua lampu hijau. Di setiap titik awal Shafa dan Marwah, jamaah disunnahkan berdoa dan berdzikir. Setelah menyelesaikan sa'i, jamaah melakukan tahallul, yaitu mencukur atau memotong pendek rambut sebagai tanda keluar dari ihram. Laki-laki dianjurkan mencukur habis (halq), sementara perempuan cukup memotong ujung rambut sepanjang ruas jari.

Dengan tahallul, rangkaian umrah selesai dan jamaah kembali ke kondisi semula.

#### 4. Sunnah-Sunnah yang Dianjurkan dalam Umrah

Ada banyak sunnah yang dapat dilakukan selama umrah. Di antaranya adalah membaca talbiyah dengan suara jelas sejak mulai ihram hingga memulai tawaf. Talbiyah: "Labbaik Allahumma labbaik..." adalah deklarasi totalitas penghambaan seorang Muslim.

Sunnah lainnya termasuk memperbanyak doa saat thawaf dan sa'i, bersedekah, memperbanyak dzikir dan membaca Al-Qur'an, serta salat sunnah di tempat mustajab seperti Hijir Ismail, Multazam, dan di belakang Maqam Ibrahim.

Jamaah juga disunnahkan untuk memperhatikan adab dan tata krama selama berada di Masjidil Haram, seperti menjaga lisan, tidak bersuara keras, dan menghormati jamaah lain.

Melaksanakan sunnah-sunnah ini tidak hanya memperindah ibadah, tetapi juga menunjukkan kecintaan terhadap ajaran Nabi SAW.

#### 5. Kesalahan Umum Jamaah dan Cara Menghindarinya

Beberapa kesalahan umum yang sering terjadi antara lain: melewati miqat tanpa niat ihram, tidak menyempurnakan putaran tawaf, melakukan thawaf sambil berbicara hal sia-sia, atau tidak menjaga kesucian selama ihram.

Kesalahan lain adalah tidak mengikuti urutan manasik dengan benar, seperti sa'i sebelum thawaf, atau lupa membaca niat karena terlalu sibuk dengan dokumentasi pribadi (foto/video). Banyak juga yang tidak memahami batas Shafa dan Marwah dengan tepat.

Cara menghindarinya adalah dengan mengikuti manasik sebelum berangkat, membaca buku panduan, dan mengikuti bimbingan ustaz atau pembimbing ibadah. Hindari terlalu fokus pada dokumentasi sehingga lalai dari kekhusyukan dan ketertiban ibadah.

Ilmu adalah kunci utama agar umrah dilakukan dengan benar dan sesuai sunnah Nabi SAW.

#### 6. Landasan Dalil dan Penjelasan Ulama

Ibadah umrah memiliki dasar yang kuat dari Al-Qur'an, hadis, dan ijma' ulama. Dalam QS. Al-Baqarah: 196 disebutkan perintah untuk menyempurnakan haji dan umrah karena Allah. Nabi SAW sendiri melaksanakan umrah sebanyak empat kali sepanjang hidupnya.

Hadis-hadis sahih dari Bukhari dan Muslim menjelaskan secara rinci urutan dan tata cara umrah yang dilakukan Nabi, yang menjadi pedoman utama bagi umat Islam. Para ulama sepakat bahwa umrah adalah ibadah yang dianjurkan dan memiliki keutamaan besar.

Imam Nawawi dalam Syarh Muslim menyatakan bahwa umrah minimal sekali dalam seumur hidup adalah sunnah muakkadah menurut jumhur ulama. Sedangkan Imam Ahmad dan sebagian ulama menyatakan wajib bagi yang mampu.

Dengan landasan yang kuat ini, melaksanakan umrah sesuai sunnah akan menambah kualitas ibadah dan mendekatkan diri kepada Allah.

## 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 the website "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!