

Sikap UAH kepada Jamaah yang Reaktif dan Emosional: Pelajaran Besar



Ibadah umrah bukan hanya ujian fisik, tetapi juga ujian karakter. Banyak jamaah yang tidak siap secara emosional menghadapi suasana padat, antrean panjang, cuaca panas, dan perbedaan perilaku antarjamaah dari berbagai bangsa. Dalam kondisi itu, tak jarang emosi meledak. Namun, justru di situlah letak pendidikan ruhani yang tersembunyi. Dalam artikel ini, kita akan belajar dari sikap Ustadz Adi Hidayat (UAH) saat menghadapi jamaah yang reaktif dan emosional. Dari sana kita pahami bahwa ibadah bukan hanya soal syarat sah, tapi juga soal akhlak.

1. Kisah Jamaah yang Terpancing Emosi Saat Antre atau Ziarah

Dalam salah satu perjalanan umrah bersama UAH, terjadi insiden kecil saat ziarah ke Masjid Quba. Seorang jamaah tampak gusar karena antrean panjang dan panas matahari yang menyengat. Ia mulai mengeluh dengan suara tinggi, bahkan sempat menegur jamaah lain dengan nada keras karena merasa didahului.

Situasi sempat memanas, hingga akhirnya beberapa pembimbing menenangkan. Namun yang paling berkesan adalah saat UAH sendiri mendekat dan menepuk lembut bahu sang jamaah sambil berkata, “Bapak sudah sampai di tanah mulia, jangan biarkan amarah merusak bekal pahala.”

Seketika itu pula, sang jamaah menunduk dan menangis. Ia menyadari bahwa yang ia bawa dari tanah air bukan hanya koper dan dokumen, tapi juga emosi yang belum selesai. Momen itu menjadi titik balik kesadarannya selama ibadah.

2. Reaksi Tenang dan Bijak UAH dalam Meredam Situasi

Salah satu ciri khas UAH dalam memimpin jamaah adalah ketenangan dalam menyikapi berbagai situasi, termasuk saat menghadapi emosi jamaah. Beliau tak pernah membalas dengan nada tinggi, apalagi mempermalukan. UAH memilih pendekatan hati, bukan hanya lisan.

Dalam setiap kasus jamaah yang terpancing emosi, UAH biasanya menanggapi dengan senyum dan ajakan merenung. “Apa bedanya kita dengan yang belum umrah kalau masih gampang marah?” begitu salah satu kalimat yang sering beliau ucapkan.

Ketenangan itu justru menyentuh banyak jamaah. Tidak hanya yang emosi, tapi juga yang menyaksikan. Mereka belajar bahwa pemimpin spiritual bukan yang paling keras bicara, tapi yang paling mampu menenangkan badai dalam jiwa umat.

3. Nasihat UAH: “Kesabaran adalah Kunci Umrah yang Sahih”

Dalam satu kajian khusus untuk rombongan jamaah, UAH menjelaskan bahwa kesabaran bukan sekadar adab, tapi bagian dari syarat batin umrah. Ibadah ini bukan hanya ritual, tapi proses pelunakan hati dan pembentukan karakter.

“Kalau ingin umrah sah, jangan hanya cek rukun dan wajibnya, tapi cek juga sabarnya,” tegas UAH. Ia menambahkan bahwa banyak jamaah yang rajin thawaf dan sai, tetapi gagal menjaga emosi, hingga pahala berkurang tanpa disadari.

Kesabaran bukan berarti diam atau pasrah, tapi mampu mengendalikan diri saat diuji. Itulah karakter yang dibangun di Tanah Suci. Karena menurut UAH, “Umrah itu latihan sabar dalam tekanan, bukan kenyamanan.”

4. Cara Mengelola Emosi dalam Suasana Penuh Orang dan Tekanan

Mengendalikan emosi di tengah ribuan orang bukan perkara mudah. Namun ada beberapa strategi yang diajarkan UAH dan pembimbing lainnya, agar jamaah tetap tenang dan fokus pada ibadah.

Pertama, **persiapan mental sejak di tanah air**. Jamaah harus diberi pemahaman bahwa Tanah Suci bukan tempat untuk marah atau ego, tapi untuk melebur dalam kebaikan. Kedua, **perbanyak dzikir dan doa saat mulai merasa jengkel**. Mengalihkan emosi ke zikir adalah cara mengingat kembali tujuan utama: mencari ridha Allah.

Ketiga, **hindari terlalu banyak mengeluh dan membandingkan**. Ingat bahwa semua jamaah datang dari latar belakang berbeda. UAH sering berkata, “Kalau kamu mudah terganggu, itu bukan salah orang lain, tapi tanda hatimu belum cukup lapang.”

5. Pelajaran Penting: Mengukur Kedewasaan Spiritual

Sikap jamaah saat menghadapi gangguan kecil adalah cermin kedewasaan spiritualnya. Jamaah yang dewasa tak akan mudah tersinggung, karena mereka sadar sedang berada dalam momen ibadah, bukan sekadar perjalanan.

UAH menyampaikan, “Salah satu tanda umrah yang diterima adalah ketika kamu pulang dengan hati yang lebih tenang.” Maka, saat jamaah mampu meredam emosi, itu pertanda bahwa nilai umrah telah menyentuh jiwa, bukan hanya raga.

Menariknya, jamaah yang dulu pernah marah, akhirnya menjadi pribadi yang paling penyabar di antara rombongan. Ia banyak membantu jamaah lain dan sering

menenangkan orang-orang yang terpancing emosi. Perubahan itu adalah bukti nyata dari kedewasaan spiritual yang tumbuh dari pengalaman batin selama umrah.

6. Umrah adalah Ujian Karakter, Bukan Hanya Fisik

Banyak yang mengira bahwa tantangan utama umrah adalah jarak dan tenaga. Tapi kenyataannya, yang lebih berat adalah menjaga hati di tengah situasi yang tak selalu sesuai harapan. UAH menyebut umrah sebagai ujian karakter — ujian atas kesabaran, ketulusan, dan pengendalian diri.

Setiap langkah thawaf, setiap baris dalam sai, setiap waktu tunggu di antrean, adalah medan latihan bagi jiwa. Di sinilah jamaah belajar bahwa **ibadah sejati bukan hanya dilihat Allah dari gerakan, tapi dari perjuangan menahan diri.**

UAH menyimpulkan: “Kalau kamu bisa sabar di tempat sesuci ini, insyaAllah kamu akan bisa sabar di mana pun.” Kalimat ini menjadi pengingat bahwa perubahan setelah umrah tidak terletak pada status sosial atau banyaknya foto, tapi pada sejauh mana kita menjadi lebih tenang, sabar, dan berakhlak mulia.

Terima kasih telah membaca



The banner features a dark blue background with a white and gold logo on the left that reads "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 white button that says "Subscribe & Comment".

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