

# Bekal Zikir dan Doa Sepanjang Perjalanan Umrah



Perjalanan umrah bukan hanya perjalanan fisik, tetapi juga perjalanan ruhani menuju penghambaan yang lebih sempurna. Dalam safar yang penuh tantangan, zikir dan doa adalah bekal utama yang menjaga hati tetap terhubung dengan Allah SWT. Ia menjadi pelindung, penenang, dan pengingat akan tujuan utama: berjumpa dengan Allah melalui ibadah. Artikel ini akan membahas pentingnya zikir dan doa selama perjalanan umrah, serta bagaimana menjadikannya rutinitas spiritual yang menguatkan hati dan akhlak.

## Keutamaan Zikir Selama Safar ke Tanah Suci

Zikir selama perjalanan ke Tanah Suci memiliki nilai yang sangat besar. Rasulullah SAW bersabda:

*“Tidaklah suatu kaum duduk untuk berzikir kepada Allah, melainkan para malaikat mengelilingi mereka, rahmat meliputi mereka, dan ketenangan turun kepada mereka.”*

(HR. Muslim)

Ketika seseorang sedang dalam perjalanan ibadah seperti umrah, zikir menjadi media penyucian hati. Safar sendiri adalah momen mustajab doa, dan memperbanyak zikir selama itu akan membuat perjalanan diberkahi dan dilindungi oleh Allah.

Keutamaan lainnya: zikir menghilangkan rasa gelisah di tengah perjalanan panjang, menenangkan hati saat turbulensi pesawat, serta menjaga niat agar tetap lurus hanya karena Allah. Maka tak heran, para ulama menyarankan untuk tidak menyia-nyiakan waktu safar tanpa mengisi hati dengan nama-nama Allah.

## **Doa-Doa Utama yang Dibaca Saat di Pesawat dan di Tanah Suci**

Ada beberapa doa yang dianjurkan selama perjalanan umrah, baik ketika di pesawat, transit, maupun sesampainya di Makkah atau Madinah:

### **Saat Naik Kendaraan atau Pesawat:**

*“Subḥānallaḥi sakhkhara lanā hāzā wa mā kunnā lahu muqrinīn. Wa innā ilā rabbīnā lamunqalibūn.”*

(QS. Az-Zukhruf: 13-14)

Doa ini dibaca sebagai bentuk syukur atas kemudahan perjalanan dan pengakuan bahwa semua kembali kepada Allah.

### **Saat Mendarat di Tanah Suci:**

*“Allāhumma ḥaṭṭa ‘annā wizranā, waftah lanā abwāba raḥmatika, waj‘al hāzā balada āmīnal muṭma‘inna.”*

Ya Allah, hapuskan dosa kami, bukakan pintu rahmat-Mu, dan jadikan kota ini (Makkah/Madinah) tempat yang aman dan tenteram.

### **Saat Melihat Ka'bah:**

*“Allāhumma zid hāzā-baita ta‘zīman wa tasyrīfan wa mahābatan wa birran...”*

Doa ini dibaca dengan khusyuk, karena momen pertama kali melihat Ka'bah termasuk waktu mustajab doa.

## Menjaga Lisan dari Keluh Kesah Selama Perjalanan

Salah satu tantangan terbesar dalam safar adalah menjaga lisan. Kelelahan, perubahan jadwal, antrian panjang, atau makanan yang tidak sesuai selera bisa memancing keluhan. Padahal, keluhan yang diucapkan bisa mengurangi nilai ibadah bahkan mengotori hati.

Allah SWT memuji hamba-Nya yang bersabar dan tidak mengeluh:

*"...Dan orang-orang yang bersabar dalam kesempitan, penderitaan, dan dalam peperangan."* (QS. Al-Baqarah: 177)

Ustadz Adi Hidayat sering mengingatkan bahwa keluh kesah adalah bentuk tidak ridha terhadap takdir Allah. Lebih baik menggantinya dengan istighfar, dzikir, atau doa kebaikan.

Tips praktis: setiap kali ingin mengeluh, ganti dengan kalimat *"Hasbunallāh wa ni'mal wakīl"* atau *"Alhamdulillah 'alā kulli ḥāl"*. Lisan yang terjaga akan menjaga ruhani tetap tenang dan fokus pada ibadah.

## Zikir yang Disarankan oleh Ustadz Adi Hidayat untuk Jamaah

Dalam berbagai kajian manasik, Ustadz Adi Hidayat menyarankan beberapa zikir ringan yang bisa dijadikan rutinitas sepanjang perjalanan umrah:

- **Istighfar:** *"Astaghfirullāh al-'aẓīm wa atūbu ilayh"*  
Untuk membersihkan dosa dan mengundang ampunan Allah sepanjang jalan.
- **Tahlil:** *"Lā ilāha illallāh"*  
Sebagai bentuk tauhid, puncak dari segala zikir.
- **Tasbih, Tahmid, Takbir:**  
*"Subḥānallāh, Alḥamdulillāh, Allāhu Akbar"*  
Ustadz menyarankan melafazkan masing-masing 33x untuk menjaga hati dari

lalai.

- **Shalawat:** “*Allāhumma ṣalli ‘alā Muḥammad*”

Sebagai bentuk cinta dan penghubung spiritual antara jamaah dengan Rasulullah SAW.

Zikir-zikir ini bukan hanya untuk dibaca di waktu senggang, tapi juga saat menunggu boarding, di antrean imigrasi, atau saat berjalan dari hotel ke Masjidil Haram. Ia menjadi pelindung ruhani dalam kondisi paling lelah sekalipun.

## **Peran Zikir dalam Menjaga Ketenangan Batin Saat Ibadah**

Zikir adalah alat penyeimbang batin. Dalam keramaian Masjidil Haram dan Masjid Nabawi, atau saat berdesakan di tengah ribuan jamaah, zikir menjaga hati agar tidak gelisah, panik, atau tergesa-gesa.

Allah SWT berfirman:

*“Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang.”* (QS. Ar-Ra’d: 28)

Ketika tubuh kelelahan, hati yang penuh zikir tetap kuat. Zikir menjadi energi yang tak terlihat, namun terasa dampaknya secara emosional dan spiritual. Ia melatih kita untuk hadir secara penuh dalam setiap ibadah: tawaf, sa’i, dan wukuf di Arafah (jika dalam haji).

Zikir juga menjadikan seseorang lebih sabar terhadap cobaan, lebih bersyukur atas nikmat, dan lebih sadar bahwa ibadah ini adalah panggilan langsung dari Allah.

## **Menyusun Jadwal Zikir Pribadi Sepanjang Perjalanan**

Agar zikir tidak sekadar spontanitas, sebaiknya jamaah menyusun *jadwal zikir pribadi* sejak sebelum berangkat. Ini bisa dibuat secara fleksibel namun konsisten, seperti:

<b>Waktu</b>	<b>Zikir/Doa yang Dianjurkan</b>
--------------	----------------------------------

Sebelum berangkat	Doa safar & istighfar
Saat di pesawat	Tasbih, tahlil, shalawat
Setelah tiba	Doa memasuki kota suci
Waktu luang di hotel	Dzikir pagi-sore (al-ma'tsurat)
Menuju masjid	Shalawat & istighfar
Setelah salat wajib	Tasbih, tahmid, takbir 33x
Menjelang tidur	Ayat Kursi, surat Al-Ikhlash, Al-Falaq, An-Nas

Jadwal ini membantu menjaga semangat ruhani dan menghindarkan dari aktivitas yang tidak bermanfaat. Bisa juga ditulis di catatan HP atau dibawa dalam kertas kecil sebagai pengingat.

## Penutup

Zikir dan doa adalah bekal utama dalam perjalanan suci menuju rumah Allah. Ia adalah pelita yang menerangi langkah, menenangkan hati, dan menjadi penghubung antara hamba dengan Rabb-nya. Dalam setiap langkah, setiap desah napas, dan setiap istirahat di sela safar, jadikan zikir sebagai teman sejati. Sebagaimana pesan Ustadz Adi Hidayat, *“Tanpa zikir, safar hanyalah perjalanan fisik. Dengan zikir, safar menjadi perjalanan menuju surga.”*

## Terima kasih telah membaca



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

**Subscribe & Comment**

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