

Pelaksanaan Sholat Sunnah Tahajjud , Dhuha , dan Istikhoroh

Ayuningtias Nida Hanifah dan Muhammad Tsani Abdul Hakim

Fakultas Sains dan Teknologi, UIN SGD Bandung.



Abstrak

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Segala puji bagi Allah yang telah memberikan Rahmat dan Hidayahnya, sehingga paper Shalat sunnah itu dalam bahasa syara'nya disebut tathawwu' atau nawafil, yang artinya tambahan atau penambal. Ibarat pakaian, ada yang koyak atau robek, biasanya ditambal. Begitu pula amal-amal yang wajib. Jika ada yang tertinggal atau terlupakan mengerjakannya, maka haruslah ditambal dengan amal-amal yang sunnah. Umpamanya shalat wajib yang tertinggal, ditambal dengan shalat-shalat sunnah. Ketika Ibnu Sina terhenti penanya untuk menulis, karena benaknya bingung tidak terpikir apa yang harus ditulis. Beliau tinggalkan tempat kerja menulisnya dan pergi mengambil air wudhu, lalu shalat. Para ulama^{''} sepakat bahwa hukum shalat tahajjud bagi kaum muslimin adalah sunnah muakkad (sunnah yang ditekankan). Hal ini berdasarkan nash dari al-Qur^{''}an, sunnah dan ijma^{''} kaum muslimin. Berbagai informasi yang terhimpun dari berbagai sumber mengemukakan bahwa: "waktu shalat sunnah tahajjud dan witr adalah sejak dari selesainya shalat Isya hingga shalat Subuh. Sabiq dan Hasan menyimpulkan bahwa "Shalat malam itu bisa dikerjakan dipermulaan, di pertengahan, dan dipenghabisan malam. Shalat Dhuha mempunyai keistimewaan. Barangsiapa yang melakukan shalat Dhuha 4 raka'at maka Allah akan mencukupi kebutuhannya pada hari itu. Tetapi sebagai seorang muslim hendaknya kita tidak mengharap hal seperti itu, kita cukup berniat untuk mendekatkan diri

kepada Allah, barang siapa yang dekat dengan Allah maka segala apapun akan dimudahkan-Nya. Dengan adanya shalat sunnah manusia dapat menambal amal ibadahnya. Tidak hanya shalat sunnah yang mampu menambal amal-amal wajib, seperti yang dijelaskan diatas bahwa puasa sunnah pun dapat menambal puasa wajib. Manusia diharapkan memperbanyak amalannya. Selain amalan yang wajib yang sunnah pun diharapkan dilakukannya.

Kata kunci : amalan, dekat, subuh, wajib.

A. Pendahuluan.

Subandi, M (2007) dalam artikel “Scholars in The Islamic Golden Ages in Revealing Scientific Information in the Qur’an” menyebutkan ketika Ibnu Sina terhenti penanya untuk menulis, karena benaknya bingung tidak terpikir apa yang harus ditulis. Beliau tinggalkan tempat kerja menulisnya dan pergi mengambil air wudhu, lalu sholat, sampai pikirannya jernih kembali. Subandi, (2014) Ibnu Sina adalah Hafidh al-Qur’an dan Penemu Mikrobiologi. Subandi dan Humanisa, (2011) paradigma wahyu memandu ilmu di UIN bertujuan menghadirkan kembali masa keemasan Islam seperti di abad pertengahan, Science and Technology in Islamic Perspective dapat kembali ditegakkan oleh muslim, dan Subandi, Tita, Siti Afni, Hanny, (2017) dalam English for Specific Purposes mendeskripsi bagaimana informasi dan isyarat wahyu tentang sains dan teknologi. Isyarat sains dan teknologi akan menjadi inisiator bagi orang yang berhati jernih dan tenang. Ketenangan hati akan tercapai melalui ibadah yang disebut sholat.

Shalat sunnah itu dalam bahasa syara’nya disebut tathawwu’ atau nawafil, yang artinya tambahan atau penambal. Ibarat pakaian, ada yang koyak atau robek, biasanya ditambal. Begitu pula amal-amal yang wajib. Jika ada yang tertinggal atau terlupakan mengerjakannya, maka haruslah ditambal dengan amal-amal yang sunnah. Umpamanya shalat wajib yang tertinggal, ditambal dengan shalat-shalat sunnah. Begitu pula puasa wajib yang tertinggal, ditambal dengan puasa-puasa sunnah. Dan demikianlah seterusnya terhadap amal-amal wajib yang lain. Sebaiknya ditambah dengan yang sunnahnya, agar dapat penuh juga ditimbangannya nanti dihari kiamat.

Jadi shalat sunnah itu sebagai penambal dari shalat yang wajib. Dengan adanya shalat sunnah manusia dapat menambal amal ibadahnya. Tidak hanya shalat sunnah yang mampu menambal amal-amal wajib, seperti yang dijelaskan diatas bahwa puasa sunnah pun dapat menambal puasa wajib. Manusia diharapkan memperbanyak amalannya. Selain amalan yang wajib yang sunnah pun diharapkan dilakukannya.

A. Tahajjud

Tahajjud artinya bangun dari tidur. Dalam terminologi al-Qur'an, tahajjud adalah ibadah tambahan (nafilah) yang dilakukan pada malam hari, baik di awal, tengah, atau akhir malam. Shalat tahajjud artinya shalat sunnah yang dikerjakan pada waktu malam hari setelah tidur lebih dahulu walaupun tidurnya hanya sebentar. syafi'i berkata: "shalat malam dan witr baik sebelum atau sesudah tidur dinamai tahajjud. Orang yang melaksanakan shalat tahajjud disebut *mutahajjid*.

Mengenai hal ini, Allah Swt, berfirman:

يٰٓأَيُّهَا الْمَزْمِيُّ ۖ قُمْ لَيْلًا إِلَّا قَلِيلًا ۖ نِصْفَهُ أَوْ أَنْقِصْ مِنْهُ قَلِيلًا ﴿٣٨﴾

Artinya: "Hai orang yang berselimut (Muhammad), Bangunlah (untuk sembahyang) di malam hari, kecuali sedikit (daripadanya), (yaitu) seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit. (QS. Al-Muzammil: 1-3).38

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ ۗ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴿٧٩﴾

Artinya: "Dan pada sebahagian malam hari bersembahyang tahajjudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu; Mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang Terpuji." (QS. Al-Isra': 79).

Muhammad Shalih Ali Abdillah Ishaq dalam kitab Kaifa Tatahammas Liqiyamil Lail, menyamakan Tahajjud dengan Qiyamul Lail. Jadi, Tahajjud atau Qiyamul lail adalah menghidupkan malam (terutama pada akhir malam) dengan shalat tahajjud, atau mengaji al-Qur'an, atau segala aktivitas lain yang bernilai ibadah.

Para ulama² sepakat bahwa hukum shalat tahajjud bagi kaum muslimin adalah sunnah muakkad (sunnah yang ditekankan). Hal ini berdasarkan nash dari al-Qur'an, sunnah dan ijma³ kaum muslimin.

Diantara dalil yang menunjukkan bahwa hukum shalat tahajjud adalah sunnah diantaranya, Firman Allah Swt:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ ۗ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴿٧٩﴾

Artinya: Dan pada sebahagian malam hari bersembahyang tahajudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu; Mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang Terpuji. (QS. Al-Isra': 79).41

Shalat tahajjud wajib atas Rasulullah sebagai pengagungan kepada Beliau. Kewajiban ini merupakan kekhususan bagi Beliau dan tidak berlaku pada yang lainnya. Hal ini berdasarkan firman Allah Swt:

يَتَأْتِيهَا الْمَزْمِلُ ﴿١﴾ قُمْ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٢﴾ نِصْفَهُ أَوْ أَنْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا ﴿٣﴾

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ أَنْ تَرْتِيلًا ﴿٤﴾

Artinya: "Hai orang yang berselimut (Muhammad), Bangunlah (untuk sembahyang) di malam hari, kecuali sedikit (daripadanya), (yaitu) seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit. Atau lebih dari seperdua itu. dan bacalah Al Quran itu dengan perlahan-lahan." (QS. Al-Muzammil: 1-4).42

Berkenaan ayat diatas, Ibnu Katsir berkata: "Allah memerintahkan Rasulullah Saw, untuk melepas selimutnya. Kemudian bangun untuk shalat bermunajat kepada Rabbnya. Sebagaimana Allah berfirman:

تَتَجَافَىٰ جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ

يُنْفِقُونَ ﴿١٦﴾

Artinya: "Lambung mereka jauh dari tempat tidurnya dan mereka selalu berdoa kepada Rabbnya dengan penuh rasa takut dan harap, serta mereka menafkahkan apa apa rezki yang Kami berikan."(QS. As-Sajdah: 16).

Maka Rasulullah pun melaksanakan shalat malam sebagaimana yang diperintahkan oleh Allah kepada-Nya. Dan (shalat malam) merupakan kewajiban atas beliau semata.”

Waktu Tahajjud

Kapan waktu shalat tahajjud dilakukan? Berbagai informasi yang terhimpun dari berbagai sumber mengemukakan bahwa: “waktu shalat sunnah tahajjud dan witr adalah sejak dari selesainya shalat Isya hingga shalat Subuh. Sabiq dan Hasan menyimpulkan bahwa “Shalat malam itu bisa dikerjakan dipermulaan, di pertengahan, dan dipenghabisan malam. Pendapat-pendapat ini didasarkan atas hadis Rasulullah Saw. Sebagai berikut:

“ Kapan saja kita ingin melihat Nabi Saw, shalat malam, ketika itu pula kita akan pasti melihatnya; dan kapan saja kita ingin melihat tidurnya Nabi Saw, di saat itu pula kita dapat melihatnya; bila beliau berpuasa, terus dilakukannya sampai-sampai kita akan mengira bahwa beliau tidak pernah berbuka. Namun kalau sudah berbuka, sampai-sampai kita akan berkata bahwa beliau tidak pernah berpuasa,” (HR Ahmad AM, Bukhari, dan Nasai).

“ Telah berkata Ibnu Mas’ud: “ Sesungguhnya Nabi Saw, salat witr pada permulaan malam dan pada pertengahan malam,” (HR Thabrani).

Dalam Al-Qur’an Surah Al-Muzzammil (73): 1-4 yang berbunyi:

يَتَّيِبُنَا الْمَظْمِلُ ۝ قُمْ إِلَيْكَ إِلَّا قَلِيلًا ۝ نَصْفَهُ أَوْ أَنْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا ۝

أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ أَنْ تَرْتِيلًا ۝

Artinya: “Hai orang yang berselimut (Muhammad), Bangunlah (untuk sembahyang) di malam hari, kecuali sedikit (daripadanya), (yaitu) seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit. Atau lebih dari seperdua itu. dan bacalah Al Quran itu dengan perlahan-lahan.” (QS. Al-Muzammil: 1-4).

Dalam surah Al-Muzzammil ayat 3-4 Allah menerangkan dengan perkataan “Separuh malam, kurang atau lebih”. Ini berarti bahwa Allah Swt. menyerahkan kepada Nabi Saw. Untuk memilih waktu shalat tahajjud yang tepat sesuai kelonggaran yang ada pada diri Nabi Saw. Hafidz berkata: *“Tahajjud Rasulullah Saw, tidak ada ketentuan waktu-waktunya karena hanyalah semata-mata dimana ada kelapangan.*

Apabila di interpretasikan menurut waktu Indonesia, sepertiga awal malam itu kira-kira pukul 22.00 wib, sampai pukul 23.00 wib, seperdua malam diperkirakan kira-kira pukul 00.00 wib, sampai pukul 01.00 wib, dan dua pertiga malam sekitar pukul 02.00 wib atau pukul 03.00 wib sampai sebelum fajar atau masuk waktu Subuh.

Namun menurut hadist yang shahih, sebaik-baik waktu untuk menjalankan shalat tahajjud adalah pada sepertiga malam yang terakhir, yang menurut interpretasi waktu Indonesia adalah sekitar pukul 02.00wib, atau pukul 03.00 wib, sampai sebelum subuh.⁴⁴ Sebagaimana sabda Rasulullah Saw, sebagai berikut:

“Tuhan kita, Azza wajalla, tiap malam turun kelangit dunia pada sepertiga malam yang terakhir.” Pada saat itulah Allah Swt, berfirman: “Barangsiapa yang beriman kepada-Ku pasti Ku-kabulkan, barangsiapa yang meminta kepada-Ku, pasti Ku-beri, dan barang siapa yang meminta ampun pada-Ku, pasti Ku-ampuni.”(HR Jamaah).

“Pada saat alat malam yang lebih utama?” Abu Dzar menjawab: “ demikian kepada Rasulullah Saw., maka beliau bersabda:” Pada tengah malam yang terakhir, tapi sedikit sekali yang suka mengerjakannya,” (HR Ahmad)

Etika Tahajjud

Terdapat beberapa etika yang perlu diperhatikan oleh orang yang hendak melaksanakan shalat tahajjud. Etika itu adalah sebagai berikut:

- a. Wudhu dan berdo‘a sebelum tidur.

Wudhu sebelum tidur merupakan sunnah Rasulullah. Berdasarkan hadist yang artinya: *Nabi Saw. bersabda kepada Al Bara” bin „Azib r.a: Jika kamu mendatangi tempat tidurmu maka berwudhulah seperti wudhu*

untuk shalat, kemudian berbaringlah diatas lambungmu yang kanan.....”(Muttafaqun „alaihi: 6311, 6882).

- b. Berniat akan melakukan shalat tahajjud ketika akan tidur. Ini sesuai dengan sabda Nabi Saw: *“Barangsiapa mau tidur dan berniat akan bangun melakukan shalat malam, lalu ia tertidur sampai pagi hari, mereka dituliskan apa yang diniatkan itu merupakan sedekah untuk Tuhan, (HR. Ibnu Majah dan Nasa“I).* Jadi, disunnahkan bagi kita pada waktu hendak tidur diawal malam, hendaklah menguatkan niat untuk bangun bertahajjud di pertengahan malam atau akhirnya.
- c. Membersihkan bekas tidur dari wajahnya, kemudian bersuci dan memandang ke langit sambil berdo“a dan membaca akhir surah Ali Imran.
- d. Membuka shalat tahajjud dengan shalat *iftitah*.
- e. Hendaknya membangunkan keluarganya untuk bersama-sama shalat tahajjud.
- f. Jika mengantuk sebaiknya shalatnya dihentikan saja sampai kantuknya hilang.
- g. Jangan memaksakan diri dan hendaklah shalat tahajjud dijalankan sesuai dengan kesanggupannya. Karena itu mengondisikan diri adalah cara yang baik. Karena, bila sudah terbiasa bangun ditengah malam rasa berat dan kantuk akan tidak ada.⁵⁰
- h. Sangat dianjurkan pada waktu malam untuk banyak memohon (berdo“a) dan istighfar kepada Allah SWT. Khususnya sepertiga malam (yakni beberapa jam menjelang waktu fajar).

Adab-adab yang sudah dijelaskan di atas sangat perlu dan penting untuk dikerjakan oleh orang yang senantiasa melaksanakan shalat tahajjud, karena hal tersebut akan menambah kekhusyukan seseorang dalam melaksanakan shalat tahajjud.

Cara Tahajjud

Untuk melaksanakan sholat Tahajjud, langkah-langkah yang harus dilaksanakan adalah:

- A. Mengucapkan niat sholat Tahajjud pelan dan menghayati artinya dalam hati

Adapun niat sholat tahajjud adalah sebagai berikut:

أُصَلِّي سُنَّةَ التَّهَجُّدِ رَكَعَتَيْنِ بِاللهِ تَعَالَى

Artinya yaitu “Aku (berniat) shalat tahajud 2 rakaat karena Allah Ta’ala”.

- B. Mengucapkan takbir (Allahhuakbar) sambil mengangkat kedua tangan ke atas seperti takbir sholat biasanya
- C. Membaca doa iftitah. Karena sifatnya sunnah, akan lebih baik apabila dilakukan
- D. Membaca surat Al-fatihah.
- E. Membaca surat pendek Al Quran seperti An-Nas, Al-Ikhlâs, Al-Falaq, atau surat lainnya dalam Al Quran.
- F. Melakukan gerakan ruku', i'tidal, sujud, hingga salam sambil membaca bacaan untuk gerakan tersebut.
- G. Untuk rakaat selanjutnya, ikuti langkah 2-6
- H. Setelah salam, Anda disunahkan membaca wirid, tasbih, tahmid, takbir, sholawat, istigfar, dan doa sholat tahajud
- I. Doa Sholat tahajud. Adapaun bacaan sholat tahajjud adalah sebagai berikut

اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ قَيِّمُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ
 وَمَنْ فِيهِنَّ . وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ مَلِكُ السَّمَوَاتِ
 وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ . وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ نُورُ
 السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ . وَلَكَ
 الْحَمْدُ أَنْتَ الْحَقُّ وَوَعْدُكَ الْحَقُّ وَلِقَاءُكَ
 حَقٌّ وَقَوْلُكَ حَقٌّ وَالْجَنَّةُ حَقٌّ وَالنَّارُ حَقٌّ
 وَالنَّبِيُّونَ حَقٌّ وَ مُحَمَّدٌ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
 وَسَلَّمَ حَقٌّ وَالسَّاعَةُ حَقٌّ . اللَّهُمَّ لَكَ
 أَسَلْتُ وَبِكَ أَمِنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْكَ
 أُنِيتُ وَبِكَ خَاصَمْتُ وَإِلَيْكَ حَاكَمْتُ فَاعْفُ
 لِي مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ وَمَا أَسْرَرْتُ وَمَا
 أَعْلَنْتُ وَمَا أَنْتَ أَعْلَمُ بِهِ مِنِّي . أَنْتَ الْمُقَدِّمُ
 وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ . وَلَا حَوْلَ وَلَا
 قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ .

Artinya :

Wahai Allah! Milik-Mu lah segala puji. Engkaulah penegak dan pengurus langit dan bumi serta makhluk yang ada di dalamnya. Milik-Mu lah segala puji. Engkaulah penguasa (raja) langit dan bumi serta makhluk yang ada di dalamnya. Milik-Mu lah segala puji. Engkaulah cahaya langit dan bumi serta makhluk yang ada di dalamnya. Milik-Mu lah segala puji. Engkaulah Yang Hak (benar),janji-Mu lah yang benar, pertemuan dengan-Mu adalah benar, perkataan-Mu benar, surga itu benar (ada), neraka itu benar (ada), para nabi itu benar, Nabi Muhammad saw itu benar, dan hari kiamat itu benar(ada). Wahai Allah! Hanya kepada-Mu lah aku berserah diri, hanya kepada-Mu lah aku beriman, hanya kepada-Mu lah aku bertawakkal hanya kepada-Mu lah aku kembali, hanya dehgan-Mu lah kuhadapi musuhku, dan hanya kepada-Mu lah aku berhukum. Oleh karena itu ampunilah segala dosaku, yang telah kulakukan dan yang (mungkin) akan kulakukan, yang kurahasiakan dan yang kulakukan secara terang-terangan, dan dosa-dosa lainnya yang Engkau lebih mengetahuinya daripada aku. Engkaulah Yang Maha Terdahulu

dan Engkaulah Yang Maha Terakhir. tak ada Tuhan selain Engkau, dan tak ada daya upaya dan kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah.”

B. Dhuha

Shalat Dhuha mempunyai keistimewaan. Barangsiapa yang melakukan shalat Dhuha 4 raka'at maka Allah akan mencukupi kebutuhannya pada hari itu. Tetapi sebagai seorang muslim hendaknya kita tidak mengharap hal seperti itu, kita cukup berniat untuk mendekatkan diri kepada Allah, barang siapa yang dekat dengan Allah maka segala apapun akan dimudahkan-Nya.

Banyak hadits yang menunjukkan bahwasanya shalat dhuha sangat dianjurkan. Demikian pendapat kebanyakan ulama. Menurut sebagian ulama, shalat dhuha itu tidak dianjurkan kecuali ada sebab. Sebagian lagi ada yang berpendapat, shalat dhuha di anjurkan untuk dikerjakan dirumah. Dan sebagian yang lain berpendapat Shalat Dhuha itu bid'ah. Hadits-hadits terdahulu dan yang semisalnya menjelaskan bahwa Shalat Dhuha pada waktu Dhuha (pagi hari) merupakan suatu hal yang baik lagi di sukai. Selain itu didalam hadits-hadits tersebut juga terkandung dalil yang menunjukkan disyariatkannya bagi kaum muslimin untuk senantiasa mengerjakannya. Akan tetapi, ada riwayat yang menunjukkan diwajibkannya Shalat Dhuha. Hadits dari Abu darda' dan Abu Dawud menunjukkan sunnahnya Shalat Dhuha, yang hukumnya sunnah muakkadah.

Waktu Dhuha

Shalat Dhuha dilakukan pada hari antara jam 06.30 hingga jam 11.00 bilangan raka'atnya dua raka'at dan sebanyak-banyaknya delapan raka'at. Caranya setiap dua raka'at satu shalatm.

Shalat Dhuha adalah shalat sunnah yang dilakukan seorang muslim ketika waktu Dhuha. Waktu Dhuha adalah waktu ketika matahari mulai naik kurang lebih 7 hasta sejak terbitnya (kira-kira pukul tujuh pagi) hingga waktu dhuhur. Shalat dhuha merupakan shalat sunnah yang di anjurkan oleh Nabi, bagi siap umatnya yang mengamalkan shalat sunnah dhuha dua rakaat pada pagi hari maka orang tersebut akan di cukupkan sampai sore, seperti hadis Nabi SAW :

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ أَوْصَانِي خَلِيلِي صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِثَلَاثٍ
بِصِيَامٍ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ وَرَكَعَتَيْ الضُّحَى وَأَنْ أُوتِرَ قَبْلَ أَنْ أَرْقُدَ
(رواه بخارى ومسلم)

Artinya :

“Diperintahkan kepadaku oleh kekasihku SAW, untuk berpuasa tiga hari pada tiap-tiap bulan, mengerjakan dua raka’at sunnah dhuha dan supaya saya berwitir sebelum tidur”. (H.R. Al-Bukhari, muslim).

Waktu Dhuha itu munculnya matahari mencapai tinggi 7 hasta kirakira jam 06.30 dan ini awal mulannya makhluk hidup dibumi melakukan aktifitasnya masing-masing. Mulai yang mencari ilmu sampai yang mencari rizki yang disediakan oleh Allah di muka bumi ini.

Pada awal hari sebelum melakukan aktifitas dianjurkan untuk memohon kemudahan kepada Allah yaitu dengan melakukan Shalat Dhuha. Seperti yang terkandung didalam do’a setelah melakukan Shalat Dhuha bahwa semua alam dan isinya adalah milik Allah, apaun yang ada di dalam bumi mohon untuk dikeluarkan apaun yang ada diatas langit mohon untuk diturunkan, yang jauh didekatkan, yang haram di sucikan, yang semuanya itu

Shalat Dhuha merupakan shalat pada siang hari yang dianjurkan. Pahalanya disisi Allah sangat besar. Nabi SAW biasa melakukannya, dan mendorong kaum muslimin untuk melakukannya. Beliau menjelaskan barang siapa yang shalat empat raka’at pada siang hari niscaya Allah mencukupinya pada sore harinya.

Tentang Shalat Dhuha di jelaskan dalam ayat sebagai berikut:

وَأَغْطَشَ لَيْلَهَا وَأَخْرَجَ ضُحَاهَا ﴿٦٠﴾

Artinya :

“Dan dia menjadikan malamnya gelap gulita, dan menjadikan siangnya terang benderang.”

Jumlah Rakaat Dhuha

Para ulama berbeda pendapat mengenai berapa raka'at yang paling utama Shalat Dhuha itu dikerjakan. Ada yang mengatakan, delapan raka'at. Dan ada pula yang mengatakan, empat raka'at.

Sebagian ulama mengatakan, bahwa shalat dhuha itu tidak ada batasnya. Artinya, orang bebas melakukan berapa raka'at saja. Diantara mereka yang berkata seperti itu adalah Abu Ja'far Ath-Thabari, Al-Hulaimi, dan Ar-Rauyani dari kalangan mazdhab Asy-Syafi'i. ,,

Aisyah berkata:

عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ
وَسَلَّمَ يُصَلِّي الضُّحَى أَرْبَعًا وَيَزِيدُ مَا شَاءَ اللَّهُ
(رواه مسلم)

Artinya :

“Rasulullah SAW. Biasa melakukan shalat dhuha empat raka'at menambah sekehendak beliau”. (H.R. Muslim)

Cara Dhuha

- a) Berniat untuk melaksanakan shalat sunat Dhuha setiap 2 rakaat 1 salam. Seperti biasa bahwa niat itu tidak harus dilafazkan, karena niat sudah dianggap cukup meski hanya di dalam hati.

أَصَلِّي سُنَّةَ الضُّحَى رَكَعَتَيْنِ مُسْتَقْبِلَ الْقِبْلَةِ آدَاءً لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya :

“Saya berniat sholat dhuha 2 rakaat menghadap kiblat Allah Ta,ala”

- b) Membaca surah Al-Fatihah
- c) Membaca surah Asy-Syamsu (QS:91) pada rakaat pertama, atau cukup dengan membaca Qulya (QS:109) jika tidak hafal surah Asy-Syamsu itu.
- d) Membaca surah Adh-Dhuha (QS:93) pada rakaat kedua, atau cukup dengan membaca Qulhu (QS:112) jika tidak hafal surah Adh-Dhuha

- e) Rukuk, I'tidal, sujud, duduk dua sujud, tasyahud dan salam adalah sama sebagaimana tata cara pelaksanaan shalat fardhu.
- f) Menutup shalat Dhuha dengan berdoa. Inipun bukan sesuatu yang wajib, hanya saja berdoa adalah kebiasaan yang sangat baik dan dianjurkan sebagai tanda penghambaan kita kepada ALLAH.
- g) Doa setelah Sholat Dhuha

اللَّهُمَّ إِنَّ الضُّحَاءَ ضُحَاءُكَ وَالبَّهَاءَ بَهَائِكَ
 وَالجَمَالَ جَمَالِكَ وَالقُوَّةَ قُوَّتِكَ وَالقُدْرَةَ
 قُدْرَتِكَ وَالعِصْمَةَ عِصْمَتِكَ اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ
 رِزْقِي فِي السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ وَإِنْ كَانَ فِي
 الأَرْضِ فَأَخْرِجْهُ وَإِنْ كَانَ مُعَسَّرًا فَيَسِّرْهُ
 وَإِنْ كَانَ حَرَامًا فَطَهِّرْهُ وَإِنْ كَانَ بَعِيدًا فَقَرِّبْهُ
 بِحَقِّ ضُحَائِكَ وَبَهَائِكَ وَجَمَالِكَ وَقُوَّتِكَ
 وَقُدْرَتِكَ أَتَيْتُ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ

Artinya :

“Wahai ALLAH, bahwasanya waktu Dhuha itu waktu Dhuha-MU – dan kecantikan adalah kecantikan-MU – dan keindahan adalah keindahan-MU – dan kekuatan adalah kekuatan-MU – dan kekuasaan adalah kekuasaan-MU - dan perlindungan itu adalah perlindungan-MU. Wahai ALLAH, jikalau rejekiku masih diatas langit, maka turunkanlah – Dan jikalau ada didalam bumi maka keluarkanlah – dan jikalau sukar maka mudahkanlah – dan jika haram maka sucikanlah - dan jikalau masih jauh maka dekatkanlah dengan berkat waktu Dhuha, keagungan, keindahan, kekuatan dan kekuasaan-MU. Limpahkanlah kepada kami segala yang telah Engkau limpahkan kepada hamba-hambamu yang shaleh.”

C. Istikharah

Shalat sunnah istikharah adalah shalat untuk memohon petunjuk dari Allah baik itu dari hal pekerjaan, perjodohan atau rencana yang masih diragukan untuk memilih jalan mana yang mau di ambil, Mulai dari kepentingan pribadi maupun kepentingan umum, intinya shalat ini dilakukan ketika kita merasa sedang kebingungan dalam mengambil sebuah keputusan.

Waktu Istikharah

Untuk waktu pelaksanaannya boleh dilakukan kapan saja, siang hari maupun malam hari, asalkan jangan pada waktu-waktu terlarang, tetapi alangkah baiknya dilakukan pada waktu malam hari yaitu pada pukul 01.00 WIB, jumlah raka'at shalat istikharah adalah 2 raka'at, untuk cara pelaksanaan shalat istikharah sama dengan cara pelaksanaan shalat fardu, perbedaannya hanya terletak pada niatnya, dan berikut Niat shalat istikharah

أُصَلِّي سُنَّةَ الْإِسْتِخَارَةِ رَكْعَتَيْنِ

لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya :

“Aku niat shalat sunnat istikharah 2 rakaat karena Allah ta'ala.”

Keadaan ragu-ragu adalah keadaan di mana kita tidak memiliki satu pilihan apapun terhadap suatu perkara. Oleh karena itu, jika ada beberapa pilihan, hendaklah dipilih, lalu lakukanlah istikhoroh. Setelah istikhoroh, lakukanlah sesuai yang dipilih tadi. Jika memang pilihan itu baik, maka pasti Allah mudahkan. Jika itu jelek, maka nanti akan dipersulit

Seusai shalat Istikharah tidak perlu menunggu mimpi atau bisikan dalam hati. Yang jadi pilihan dan sudah jadi tekad untuk dilakukan, maka itulah yang dilakukan. Terserah apa yang ia pilih tadi, mantap bagi hatinya atau pun tidak, maka itulah yang ia lakukan karena tidak dipersyaratkan dalam hadits bahwa ia harus mantap dalam hati.

Doa Istikharah

﴿بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ﴾

﴿اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْتَخِيرُكَ بِعِلْمِكَ وَأَسْتَقْدِرُكَ بِقُدْرَتِكَ
وَأَسْأَلُكَ مِنْ فَضْلِكَ الْعَظِيمِ فَإِنَّكَ تَقْدِرُ وَلَا أَقْدِرُ وَ
تَعْلَمُ وَلَا أَعْلَمُ وَأَنْتَ عَلَّامُ الْغُيُوبِ . اللَّهُمَّ إِنْ كُنْتَ
تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ ﴿.....﴾ خَيْرٌ لِي فِي دِينِي
وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاقْدِرْهُ لِي وَيَسِّرْهُ لِي ثُمَّ بَارِكْ
لِي فِيهِ . وَإِنْ كُنْتَ تَعْلَمُ أَنَّ هَذَا الْأَمْرَ شَرٌّ لِي فِي دِينِي
وَمَعَاشِي وَعَاقِبَةِ أَمْرِي فَاصْرِفْهُ عَنِّي وَاصْرِفْنِي
عَنْهُ وَاقْدِرْ لِي الْخَيْرَ حَيْثُ كَانَ ثُمَّ رَضِّنِي بِهِ .﴾

www.kajianmuslim.net

Artinya :

"Wahai Allah, sesungguhnya aku memohon kepada Engkau memilih yang baik untukku dengan ilmu Engkau, aku memohon kepada Engkau untuk menentukannya dengan kekuasaan Engkau, dan aku memohon kepada Engkau anugerah Engkau yang agung, karena sesungguhnya Engkau mampu memberi ketentuan sedangkan aku tidak, Engkau dapat mengetahuinya, sedangkan aku tidak, dan Engkaulah yang Maha Mengetahui hal-hal yang ghaib, wahai Allah jika Engkau tahu bahwa perkara ini *(SILAHKAN SEBUTKAN PERKARA MASING-MASING)* baik bagiku, didalam agamaku, kehidupanku, dan akibatnya, maka tetapkanlah perkara itu untukku dan mudahkanlah itu bagiku kemudian berilah aku keberkahan didalamnya, dan jika Engkau tau bahwa perkara ini jelek bagiku, didalam agamaku, kehidupanku, dan akibatnya, maka jauhkanlah perkara itu dariku dan jauhkanlah aku darinya dan tetapkanlah untukku kebaikan dimanapun adanya, kemudian jadikanlah aku rela kepadanya".

Faedah Istikharah

Pertama: Hukum shalat istikhoroh adalah sunnah dan bukan wajib. Dalil dari hal ini adalah sabda Nabi *shallallahu ,,alaihi wa sallam*,

إِذَا هَمَّ أَحَدُكُمْ بِالْأَمْرِ فَلْيَرْكَعْ رَكَعَتَيْنِ مِنْ غَيْرِ الْفَرِيضَةِ

“Jika salah seorang di antara kalian bertekad untuk melakukan suatu urusan, maka kerjakanlah shalat dua raka”at selain shalat fardhu”

Kedua: Dari hadits di atas, shalat istikhoroh boleh dilakukan setelah shalat tahiyatul masjid, setelah shalat rawatib, setelah shalat tahajud, setelah shalat Dhuha dan shalat lainnya. Bahkan jika shalat istikhoroh dilakukan dengan niat shalat sunnah rawatib atau shalat sunnah lainnya, lalu berdoa istikhoroh setelah itu, maka itu juga dibolehkan.

Ketiga: Istikhoroh hanya dilakukan untuk perkara-perkara yang mubah (hukum asalnya boleh), bukan pada perkara yang wajib dan sunnah, begitu pula bukan pada perkara makruh dan haram. Alasannya karena Nabi *shallallahu ,,alaihi wa sallam* bersabda,

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ - صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - يُعَلِّمُ أَصْحَابَهُ الْإِسْتِخَارَةَ فِي الْأُمُورِ كُلِّهَا

“Rasulullah *shallallahu ,,alaihi wa sallam* biasa mengajari para sahabatnya shalat istikhoroh dalam setiap urusan.” Sebagaimana dikatakan oleh Ibnu Abi Jamroh bahwa yang dimaksudkan dalam hadits ini adalah khusus walaupun lafazhnya umum.[8] Ibnu Hajar Al Asqolani *rahimahullah* mengatakan, “Yang dimaksud dengan hadits tersebut bahwa istikhoroh hanya khusus untuk perkara mubah atau dalam perkara sunnah (mustahab) jika ada dua perkara sunnah yang bertabrakan, lalu memilih manakah yang mesti didahulukan.”

Keempat: Istikhoroh boleh dilakukan berulang kali jika kita ingin istikhoroh pada Allah dalam suatu perkara. Karena istikhoroh adalah do”a dan tentu saja boleh berulang kali. Ibnu Az Zubair sampai - sampai mengulang istikhorohnya tiga kali.

Kelima: Do‘a shalat istikhoroh yang lebih tepat dibaca setelah shalat dan bukan di dalam shalat. Alasannya adalah sabda Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam*,

إِذَا هُمْ أَحَدُكُمْ بِالْأَمْرِ فَلْيَرْكَعْ رَكَعَتَيْنِ مِنْ غَيْرِ الْقَرِيضَةِ ثُمَّ لِيَقُلِ اللَّهُمَّ إِنِّي
أَسْتَخِيرُكَ ...

“Jika salah seorang di antara kalian bertekad untuk melakukan suatu urusan, maka kerjakanlah shalat dua raka‘at selain shalat fardhu, lalu hendaklah ia berdo‘a: “*Allahumma inni astakhiruka bi ‘ilmika ...*”

Keenam: Istikhoroh dilakukan bukan dalam kondisi ragu-ragu dalam satu perkara

Ketujuh: Sebagian ulama menganjurkan ketika raka‘at pertama setelah Al Fatihah membaca surat Al Kafirun dan di rakaat kedua membaca surat Al Ikhlas. Sebenarnya hal semacam ini tidak ada landasannya. Jadi terserah membaca surat apa saja ketika itu, itu diperbolehkan.

Kedelepan: Melihat dalam mimpi mengenai pilihannya bukanlah syarat dalam istikhoroh karena tidak ada dalil yang menunjukkan hal ini. Namun orang-orang awam masih banyak yang memiliki pemahaman semacam ini. Yang tepat, istikhoroh tidak mesti menunggu mimpi. *Yang jadi pilihan dan sudah jadi tekad untuk dilakukan, maka itulah yang dilakukan. Terserah apa yang ia pilih tadi, mantap bagi hatinya atau pun tidak, maka itulah yang ia lakukan karena tidak dipersyaratkan dalam hadits bahwa ia harus mantap dalam hati.* Jika memang yang jadi pilihannya tadi dipersulit, maka berarti pilihan tersebut tidak baik untuknya. Namun jika memang pilihannya tadi adalah baik untuknya, pasti akan Allah mudahkan.

Cara Istikharah

Pertama: Ketika ingin melakukan suatu urusan yang mesti dipilih salah satunya, maka terlebih dahulu ia pilih di antara pilihan-pilihan yang ada.

Kedua: Jika sudah bertekad melakukan pilihan tersebut, maka kerjakanlah shalat dua raka'at (terserah shalat sunnah apa saja sebagaimana dijelaskan di awal).

Ketiga: Setelah shalat dua raka'at, lalu berdo'a dengan do'a istikhoroh

Keempat: Lakukanlah pilihan yang sudah dipilih di awal tadi, terserah ia merasa mantap atau pun tidak dan tanpa harus menunggu mimpi. Jika itu baik baginya, maka pasti Allah mudahkan. Jika itu jelek, maka pasti ia akan palingkan ia dari pilihan tersebut.

Penutup

Shalat sunnah itu dalam bahasa syara'nya disebut tathawwu' atau nawafil, yang artinya tambahan atau penambal. Shalat sunnah itu sebagai penambal dari shalat yang wajib. Dengan adanya shalat sunnah manusia dapat menambal amal ibadahnya. Tidak hanya shalat sunnah yang mampu menambal amal-amal wajib, seperti yang dijelaskan diatas bahwa puasa sunnah pun dapat menambal puasa wajib. Manusia diharapkan memperbanyak amalannya. Selain amalan yang wajib yang sunnah pun diharapkan dilakukannya.

Sholat sunnah pun tidak hanya ada satu saja melainkan sangat banyak, antara lainnya adalah yang dibahas pada makalah ini yaitu Sholat Dhuha, Sholat Tahajjud, dan Sholat Istikharah. Masing – masing sholat tersebut mempunyai waktunya sendiri, sholat dhuha dilaksanakan pada waktu pagi hari, sholat tahajjud dilaksanakan pada waktu sepertiga malam, sedangkan sholat istikharah sama dilakukan kapan saja baik siang maupun malam hari.

Daftar Pustaka

Subandi, M., 2014. Mikrobiologi, Kajian dalam Perspektif Islam. Edisi Revisi. PT. Remaja Rosdakarya.Pp.230.

Subandi, M (2007). Scholars in The Islamic Golden Ages in Revealing Scientific Information in the Qur'an. *Dialektika Budaya Journal of Islamic Culture, History and Language*. Vol XIV/No.2/November 2007, Faculty of Adab and Humanity . State Islamic University of Bandung.

Subandi, M., Tita, T.T., Siti Afni, A., Hanny, H.H. (2017). *English for Specific Purposes*. PT. Remaja Rosdakarya. Bandung. Pp. 140+vii.

Subandi, M., Humanisa, H. H., (2011). *Science and Technology. Some Cases in Islamic Perspective*. PT. Remaja Rosadakarya. Bandung. ISBN :978-979-692-040-2.

Ust. Yazid bin Abdul Qadir Jawas "Doa dan Wirid Menurut Al Qur'an dan As sunnah", , terbitan Pustaka Imam Syafi'i, hal 194

<http://www.kajianislam.net>

<http://www.percikaniman.net>

<http://www.bersamadakwah.net>

