

**KEUTAMAAN DOA,  
ADAB-ADAB BERDOA  
DAN WAKTU YANG  
DIANJURKAN BERDOA**



Rwwad Translation Center




Rabwah Association



IslamHouse Website

This book is properly revised and designed by Islamic Guidance & Community Awareness Association in Rabwah, so permission is granted for it to be stored, transmitted, and published in any print, electronic, or other format - as long as Islamic Guidance Community Awareness Association in Rabwah is clearly mentioned on all editions, no changes are made without the express permission of it, and obligation of maintained in high level of quality.

 Telephone: +966114454900

 Fax: +966114970126

 P.O.BOX: 29465

 RIYADH: 11557

 ceo@rabwah.sa

 www.islamhouse.com

## KEUTAMAAN DOA, ADAB-ADAB BERDOA DAN WAKTU YANG DIANJURKAN BERDOA

Segala puji hanya milik Allah, serta selawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah. Ammā ba'd:

Doa termasuk ibadah yang paling agung bagi hamba untuk mendekatkan diri kepada Allah. Ia merupakan bukti ketundukan hamba kepada Tuhannya, bukti pengakuannya tentang kelemahan, kebutuhan, dan kehinaan dirinya di hadapan-Nya, serta sebagai pengakuan bahwa tidak ada daya yang ia miliki kecuali dengan pertolongan dan taufik dari Tuhannya.

Oleh sebab itu, Allah *'Azza wa Jalla* menyifati orang yang tidak mau berdoa sebagai orang sombong dalam firman-Nya, *"Dan Tuhanmu berfirman, 'Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang sombong tidak mau berdoa kepada-Ku akan masuk neraka Jahanam dalam keadaan hina dina."* [QS. Gāfir: 60]

Nabi ﷺ telah mengabarkan bahwa doa adalah ibadah dan merupakan senjata orang beriman ketika berada dalam kesulitan, dan yang akan membuat baik urusan seseorang dan keluarganya di dunia dan akhirat.

Berikut ini adalah kumpulan doa dari Al-Qur`ān dan Sunnah Nabi yang sahih ditambah beberapa istiazah (doa perlindungan) dan zikir dari Nabi. Sengaja kami pilihkan dalam lembaran-lembaran ini karena sangat dibutuhkan oleh seorang muslim di setiap waktu. Kami memohon kepada Allah agar bermanfaat bagi penyusun dan pembaca.

Semoga Allah melimpahkan selawat dan salam serta keberkahan kepada Nabi kita, Muhammad, serta keluarga, dan seluruh sahabat beliau.

## Pertama: Keutamaan Doa

Allah *Ta'āla* berfirman, *"Dan Tuhanmu berfirman, 'Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu.'"* [QS. Gāfir: 60]

Allah *Ta'āla* juga berfirman, *"Bukankah Dia (Allah) yang memperkenankan (doa) orang yang dalam kesulitan apabila dia berdoa kepada-Nya dan yang menghilangkan kesusahan, dan Dia menjadikan kamu (manusia) sebagai khalifah (pemimpin) di bumi? Apakah di samping Allah ada tuhan (yang lain)? Sedikit sekali (nikmat Allah) yang kamu ingat."* [QS. An-Naml: 62]

Rasulullah ﷺ bersabda, *"Doa adalah ibadah."* Kemudian beliau membaca, *"Dan Tuhanmu berfirman, 'Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Aku perkenankan bagimu.'"* [QS. Gāfir: 60] [Hadis sahih].

Beliau ﷺ juga bersabda, *"Tidak ada sesuatu yang lebih mulia bagi Allah Ta'āla daripada doa."* [Hadis hasan].

Beliau ﷺ juga bersabda, *"Sungguh Rabb kalian Mahamalu dan Mahadermawan. Dia malu kepada hamba-Nya jika dia mengangkat tangan kepada-Nya untuk mengembalikannya dalam keadaan kosong."* [Hadis sahih].

## Kedua: Adab dan Sebab Pengabulan Doa

1. Ikhlas kepada Allah *Ta'āla* dan tidak menoleh kepada yang lain.
2. Memulai dan menutup doa dengan memuji Allah dan berselawat kepada Nabi ﷺ.
3. Tidak ragu-ragu serta menghadirkan hati ketika berdoa dan menanamkan rasa yakin akan dikabulkan.
4. Memelas ketika berdoa dan tidak terburu-buru; berdasarkan hadis: *“Aku menurut prasangka hamba-Ku kepada-Ku. Maka silakan dia berprasangka tentang-Ku sesukanya.”* [Hadis sahih].
5. Memperhatikan kehalalan makanan, minuman, dan pakaiannya.
6. Tidak mendoakan keburukan pada keluarga, harta, anak, dan dirinya.
7. Merendahkan suara ketika berdoa; antara suara sir dan suara jahar.
8. Mengakui dosa serta memohon ampun darinya dan mengakui nikmat serta mensyukurinya kepada Allah.
9. Mencari waktu yang mustajab dan bersegera memanfaatkan keadaan dan tempat-tempat yang merupakan sebab doa dikabulkan.

10. Menghadap kiblat dan mengangkat tangan ketika berdoa.
11. Tidak berdoa dengan doa yang berisi dosa dan pemutusan silaturahmi.
12. Mengembalikan hasil kezaliman disertai tobat.
13. Bertawasul kepada Allah di dalam doa dengan nama-nama Allah yang indah dan sifat-sifat-Nya yang tinggi.
14. Meminta kepada Allah semua hal yang besar dan yang kecil.
15. Memilih berdoa dengan doa-doa dari Nabi ﷺ karena doa-doa tersebut merupakan doa-doa yang komprehensif.

## **Ketiga: Waktu, Kondisi, dan Tempat Mustajabnya Doa**

1. Waktu akhir malam. Dari Abu Hurairah - radiyallāhu 'anhu-, bahwa Nabi ﷺ bersabda, *“Rabb kita Yang Mahasuci lagi Mahatinggi turun pada setiap malam ke langit dunia ketika tersisa sepertiga akhir malam seraya berfirman, ‘Siapakah yang berdoa kepada-Ku niscaya Aku kabulkan, siapakah yang meminta kepada-Ku niscaya Aku berikan, dan siapakah yang memohon ampun kepada-Ku niscaya Aku ampuni?’”* [Hadis sahih].
2. Ketika azan salat fardu dan waktu antara azan dan iqamat.
3. Setelah berwudu, berdoa dengan doa yang diajarkan Nabi dalam hal itu.
4. Ketika sujud dalam salat; berdasarkan hadis: *“Keadaan terdekat hamba kepada Tuhannya adalah ketika dia bersujud, maka perbanyaklah doa (padanya).”* [Hadis sahih].
5. Sebelum dan setelah salam dalam salat lima waktu.
6. Satu waktu di hari Jumat; menurut pendapat yang paling kuat adalah waktu terakhir dari waktu asar, sebelum magrib.
7. Ketika meminum air zam-zam disertai niat yang tulus.



8. Ketika turun hujan.
9. Ketika berdoa kepada Allah menggunakan nama-Nya yang paling agung, yang jika Allah dimohon dengannya akan mengabulkan dan jika dimintai dengannya akan memberi.
10. Doa orang yang melaksanakan haji dan umrah.
11. Doa setelah melempar jamrah yang pertama (sugra) dan yang kedua (wusta) ketika menunaikan haji.
12. Doa ketika tawaf, di atas Safa dan Marwa, dan tempat antara Safa dan Marwa ketika sai.
13. Doa pada hari Arafah di Arafah.
14. Doa orang yang melakukan safar.
15. Doa orang yang berpuasa hingga dia berbuka dan ketika berbuka.
16. Doa orang dalam kesulitan.
17. Doa anak yang berbakti kepada kedua orang tuanya.

## Keempat: Doa-doa dari Al-Qur`ān

- *“Ya Tuhan kami, terimalah amal dari kami. Sungguh, Engkaulah Yang Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui. Ya Tuhan kami, jadikanlah kami orang yang berserah diri kepada-Mu, serta anak keturunan kami, dan tunjukkanlah kepada kami cara-cara melakukan ibadah kami, dan terimalah tobat kami. Sungguh, Engkaulah Yang Maha Penerima tobat lagi Maha Penyayang.”* [QS. Al-Baqarah: 127-128]
- *“Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat, dan lindungilah kami dari azab neraka.”* [QS. Al-Baqarah: 201]
- *“Ya Tuhan kami, janganlah Engkau condongkan hati kami kepada kesesatan setelah Engkau berikan petunjuk kepada kami, dan karuniakanlah kepada kami rahmat dari sisi-Mu, sesungguhnya Engkau Maha Pemberi.”* [QS. Āli 'Imrān: 8]
- *“Ya Tuhan kami, kami benar-benar beriman, maka ampunilah dosa-dosa kami dan lindungilah kami dari azab neraka.”* [QS. Āli 'Imrān: 16]
- *“Ya Tuhan kami, ampunilah dosa-dosa kami dan hapuskanlah kesalahan-kesalahan kami serta wafatkanlah kami beserta orang-orang yang berbakti. Ya Tuhan kami, berilah kami apa yang telah Engkau janjikan kepada kami melalui rasul-rasul-Mu, dan janganlah Engkau hinakan kami*

*pada hari Kiamat. Sungguh, Engkau tidak pernah mengingkari janji.” [QS. Āli 'Imrān: 93-94]*

- *“Ya Tuhan kami, kami telah menzalimi diri kami sendiri. Jika Engkau tidak mengampuni kami dan memberi rahmat kepada kami, niscaya kami termasuk orang-orang yang rugi.” [QS. Al-A'rāf: 23]*
- *“Ya Tuhan kami, anugerahkanlah kepada kami pasangan kami dan keturunan kami sebagai penyenang hati (kami), dan jadikanlah kami pemimpin bagi orang-orang yang bertakwa.” [QS. Al-Furqān: 74]*
- *“Ya Tuhanku, berilah aku keturunan yang baik dari sisi-Mu, sesungguhnya Engkau Maha Mendengar doa.” [QS. Āli 'Imrān: 38]*
- *“Ya Tuhanku, berilah ampunan dan (berilah) rahmat, Engkaulah pemberi rahmat yang terbaik.” [QS. Al-Mu`minūn: 18]*
- *“Ya Tuhanku, jadikanlah aku dan anak cucuku orang yang tetap melaksanakan salat. Ya Tuhan kami, perkenankanlah doaku. Ya Tuhan kami, ampunilah aku dan kedua ibu bapakku dan semua orang yang beriman pada hari diadakan perhitungan (hari Kiamat).” [QS. Ibrāhīm: 40-41]*
- *“Ya Tuhanku, aku berlindung kepada-Mu dari bisikan-bisikan setan, dan aku berlindung (pula) kepada-Mu ya Tuhanku, agar mereka tidak mendekatiku.” [QS. Al-Mu`minūn: 97-98]*

- *"Ya Tuhanku, anugerahkanlah kepadaku (seorang anak) yang saleh."* [QS. Aş-Şāffāt: 100]
- *"(Ya Tuhanku), sungguh, aku telah ditimpa penyakit, padahal Engkau Tuhan Yang Maha Penyayang dari semua yang penyayang."* [QS. Al-Anbiyā` : 83]
- *"Ya Tuhanku, berilah aku petunjuk agar aku dapat mensyukuri nikmat-Mu yang telah Engkau limpahkan kepadaku dan kepada kedua orang tuaku, dan agar aku dapat berbuat kebajikan yang Engkau ridai; dan berilah aku kebaikan yang akan mengalir sampai kepada anak cucuku. Sungguh, aku bertobat kepada Engkau, dan sungguh, aku termasuk orang muslim (berserah diri)."* [QS. Al-Ahqāf: 15]

## Kelima: Doa-doa dari Sunnah

- *"Ya Allah, perbaikilah agamaku yang merupakan benteng urusanku, perbaiki duniaku yang menjadi tempat hidupku, perbaiki akhiratku yang kepadanya aku akan kembali. Jadikanlah kelangsungan hidup sebagai penambah segala kebaikan bagiku, dan jadikanlah kematian sebagai pemutus dari segala keburukan bagiku."* [Hadis sahih].
- *"Ya Allah, sungguh aku telah banyak menzalimi diriku, dan tidak ada yang mengampuni dosa kecuali Engkau, maka berilah aku ampunan dari sisi-Mu dan rahmatilah aku. Sesungguhnya Engkau Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."* [Hadis sahih].

Doa ini diajarkan Rasulullah ﷺ kepada Abu Bakar untuk dibaca di dalam shalatnya.

- *"Ya Allah, jadikanlah dalam hatiku cahaya, dalam penglihatanku cahaya, dalam pendengaranku cahaya, di sebelah kananku cahaya, di sebelah kiriku cahaya, di atasku cahaya, di bawahku cahaya, di depanku cahaya, di belakangku cahaya dan jadikanlah untukku cahaya."* [Muttafaq 'alaih].

Doa ini dibaca oleh Nabi ﷺ dalam shalatnya atau dalam sujudnya.

- *"Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu seluruh kebaikan, baik yang segera (di dunia)*

*dan yang tertunda (di akhirat), yang aku ketahui dan yang tidak aku ketahui. Dan aku berlindung kepada-Mu dari seluruh keburukan, baik yang segera (di dunia) dan yang tertunda (di akhirat), yang aku ketahui dan yang tidak aku ketahui. Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu kebaikan doa yang pernah dimohonkan oleh hamba-Mu dan Nabi-Mu, Muhammad ﷺ, dan aku berlindung kepada-Mu dari kejelekan yang dimohonkan perlindungannya oleh hamba-Mu dan Nabi-Mu. Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu surga dan segala perkataan atau perbuatan yang mendekatkan kepadanya, dan aku berlindung kepada-Mu dari neraka dan segala perkataan atau perbuatan yang mendekatkan kepadanya, dan aku memohon kepada-Mu agar Engkau menjadikan setiap takdir yang Engkau tentukan untukku adalah kebaikan."* [Hadis sahih].

Doa ini diajarkan oleh Rasulullah ﷺ kepada Aisyah Ummul-Mu`minīn -radīyallāhu 'anhu-; termasuk di antara doa-doa yang komprehensif.

- *"Ya Allah! Sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari hilangnya nikmat-Mu, berubahnya keselamatan dari-Mu, siksa-Mu yang tiba-tiba, dan semua murka-Mu."* [Hadis sahih].
- *"Ya Allah, aku memohon kepada-Mu kemudahan melakukan kebaikan, meninggalkan kemungkaran, dan mencintai orang-orang miskin. Jika Engkau menghendaki adanya fitnah pada*

*hamba-hamba-Mu, maka wafatkanlah aku dalam keadaan tidak tertimpa fitnah. Aku juga memohon kepada-Mu agar dapat mencintai-Mu, mencintai orang yang mencintai-Mu, dan mencintai amalan yang dapat mendekatkanku kepada cinta-Mu."* [Hadis hasan sahih].

Nabi ﷺ memerintahkan agar mempelajari doa ini.

- *"Ya Allah, Tuhan langit dan Tuhan bumi, Tuhan arasy yang agung, Tuhan kami dan Tuhan segala sesuatu, yang menumbuhkan biji-bijian dan yang menurunkan Taurat, Injil, dan Al-Qur`ān. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan segala sesuatu yang Engkau pegang ubun-ubunnya. Ya Allah, Engkau Yang Pertama, tidak ada sesuatu sebelum-Mu, dan Engkau Yang Akhir, tidak ada sesuatu setelah-Mu, Engkau Yang Lahir tidak ada sesuatu di atas-Mu, dan Engkau Yang Batin tidak ada sesuatu di bawah-Mu. Lunaskanlah hutang dari kami dan bebaskan kami dari kefakiran."* [Hadis sahih].

Ini merupakan doa untuk kelunasan hutang dan kelapangan rezeki.

- *"Ya Allah, berikanlah kepada kami rasa takut kepada-Mu yang akan mencegah kami berbuat maksiat kepada-Mu, anugerahkanlah kepada kami ketaatan kepada-Mu yang akan mengantarkan kami kepada surga-Mu, dan anugerahkanlah kepada kami keyakinan yang akan meringankan ujian dunia bagi kami. Ya*

*Allah, berikanlah kami kenikmatan dan manfaat pada pendengaran kami, penglihatan kami, dan kekuatan kami selama Engkau menghidupkan kami, dan jadikanlah ia sebagai pewaris kami. Jadikanlah balasan kami terhadap orang yang menzalimi kami, dan tolonglah kami atas orang-orang yang memusuhi kami. Janganlah Engkau timpakan musibah pada agama kami, dan jangan jadikan dunia tujuan terbesar kami dan jangan pula tujuan akhir ilmu kami. Janganlah Engkau timpakan kepada kami penguasa yang tidak menyayangi kami."* [Hadis hasan].

Ibnu Umar *raḍiyallāhu 'anhumā* berkata, "Jarang sekali Rasulullah ﷺ berdiri dari suatu majelis kecuali beliau membaca doa ini untuk para sahabatnya."

- *"Ya Allah, peliharalah aku dengan Islam ketika berdiri, peliharalah aku dengan Islam ketika duduk, peliharalah aku dengan Islam ketika tidur, dan janganlah Engkau timpakan padaku sesuatu yang menjadikan senang musuh yang hasad. Ya Allah, aku memohon kepada-Mu seluruh kebaikan yang perbendaharaannya ada di Tangan-Mu, dan aku berlindung kepada-Mu dari seluruh keburukan yang ada di Tangan-Mu."* [Hadis hasan].
- *"Wahai Zat yang mengendalikan hati, arahkanlah hatiku menuju ketaatan kepada-Mu."* [Hadis sahih].



- *"Wahai Zat yang membolak-balik hati, teguhkanlah hatiku di atas agama-Mu."* [Hadis sahih].

Nabi ﷺ banyak membaca doa ini.

- *"Ya Allah, aku memohon kepada-Mu, hanya milik-Mu segala pujian, tidak ada tuhan yang berhak disembah kecuali Engkau Yang Maha Memberi banyak nikmat, Yang menciptakan langit dan bumi. Wahai Zat Yang memiliki kebesaran dan kemuliaan, wahai Yang Mahahidup Yang terus-menerus mengurus (makhluk-Nya)."* [Hadis sahih].

Nabi ﷺ pernah mendengar seseorang membaca doa ini dalam shalatnya, maka beliau bersabda, "Dia telah berdoa kepada Allah dengan nama-Nya yang agung; jika Allah dimohon dengannya Dia akan mengabulkan dan jika diminta dengannya Dia akan memberi."

- *"Ya Allah! Sesungguhnya aku memohon kepada-Mu, ya Allah. Engkau Tunggal Maha Esa, tempat meminta segala sesuatu, yang tidak beranak dan tidak pula diperanakan, tidak ada satu pun yang setara dengan-Nya, agar Engkau mengampuni dosa-dosaku. Sesungguhnya Engkau Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."* [Hadis sahih].

Nabi ﷺ pernah mendengar seseorang membacanya ketika tasyahud, maka beliau

bersabda, "Dia telah diberikan ampunan. Dia telah diberikan ampunan. Dia telah diberikan ampunan."

- *"Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu petunjuk, ketakwaan, kesucian diri, dan kecukupan."* [Hadis sahih].

Al-'Afāf (kesucian diri) adalah melepaskan diri dari perkara yang tidak boleh serta menahan diri darinya. Sedangkan Al-Ginā (kecukupan), maksudnya mencukupkan diri dari manusia dan dari apa yang ada di tangan mereka.

- *"Ya Allah, ampunilah bagiku dosa-dosaku, kejahilanku, dan keterlampauanku dalam urusanku serta apa yang Engkau lebih mengetahuinya daripada diriku. Ya Allah, ampunilah aku ketika bermain dan bercanda, yang kulakukan karena salah dan yang kusengaja; semuanya itu ada padaku. Ya Allah, ampunilah aku pada yang telah aku lakukan dan yang aku tunda, yang aku sembunyikan dan yang kunyatakan serta apa yang Engkau lebih mengetahuinya daripada diriku. Engkaulah yang mendahulukan, Engkau pula yang mengakhirkan, dan Engkau Mahakuasa atas segala sesuatu."* [Hadis sahih].
- *" Ya Allah, Rabb kami! Berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat serta jagalah kami dari siksa neraka."* [Hadis sahih].

Kebaikan dunia mencakup seluruh kebaikan yang didapatkan oleh hamba di dunia. Sedangkan kebaikan akhirat maksudnya surga. Doa ini merupakan yang paling banyak dibaca oleh Nabi ﷺ, sebagaimana diceritakan oleh Anas *radhiyallāhu 'anhū*. Dan Anas ketika hendak meminta sebuah doa maka dia berdoa dengan doa ini. Kalimat singkat doa ini mencakup semua kebaikan di dunia dan akhirat disertai dengan meminta perlindungan dari azab neraka yang merupakan keburukan paling besar.

- *"Ya Allah, Engkau adalah Tuhanku, tidak ada sesembahan yang berhak diibadahi selain Engkau. Engkau telah menciptakanku dan aku adalah hamba-Mu. Aku menepati perjanjian dan janjiku kepada-Mu semampuku. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan perbuatanku, aku mengakui nikmat-Mu kepadaku, dan aku mengakui dosaku kepada-Mu. Maka ampunilah aku. Sesungguhnya tidak ada yang dapat mengampuni dosa selain Engkau." Beliau ﷺ bersabda, "Siapa yang mengucapkan doa ini di siang hari dengan penuh yakin lalu ia meninggal pada hari itu sebelum memasuki waktu sore, maka ia termasuk penghuni surga. Dan siapa yang mengucapkannya di waktu malam dengan penuh yakin lalu ia meninggal sebelum masuk waktu pagi, maka ia termasuk penghuni surga." [Hadis sahih].*

- *" Ya Allah! Sesungguhnya Engkau Maha Pemaaf lagi Maha Pemurah. Engkau menyukai perbuatan memberi maaf, maka maafkanlah aku." [Hadis sahih].*
- *"Ya Allah, bantulah kami untuk berzikir dan bersyukur kepada-Mu serta beribadah dengan baik kepada-Mu." [Hadis sahih].*

## Keenam: Doa-doa Ketika Gelisah, Sedih, dan Kesulitan

- *"Ya Allah! Sesungguhnya aku adalah hamba-Mu, anak hamba laki-laki-Mu, dan anak hamba perempuan-Mu. Ubin-ubunku ada di Tangan-Mu. Telah lalu padaku keputusan-Mu, adil padaku ketetapan-Mu. Aku memohon kepada-Mu dengan semua nama milik-Mu, yang Engkau namakan diri-Mu dengannya atau yang Engkau ajarkan kepada seseorang di antara hamba-Mu, atau yang Engkau turunkan di dalam kitab-Mu, ataupun yang Engkau simpan dalam ilmu gaib di sisi-Mu, agar Engkau menjadikan Al-Qur`ān sebagai penawar hatiku, cahaya dadaku, pengusir kesedihanku, dan penghilang kegelisahanku."* [Hadis sahih].

Disebutkan oleh Nabi ﷺ bahwa orang yang mendengar doa ini harus mempelajarinya.

- *"Ya Allah! Hanya rahmat-Mu yang aku harapkan. Maka janganlah Engkau serahkan aku kepada diriku sendiri sekejap mata pun. Perbaikilah urusanku seluruhnya. Tidak ada tuhan yang berhak disembah kecuali Engkau."* [Hadis sahih].

Nabi ﷺ menyebutkan bahwa doa ini termasuk doa orang yang mengalami kesulitan.

- *"Tidak ada tuhan yang berhak disembah kecuali Allah Yang Mahaagung lagi Mahalembut. Tidak ada tuhan yang berhak disembah kecuali Allah*

*Tuhan Arasy yang agung. Tidak ada tuhan yang berhak disembah kecuali Allah; Tuhan langit, Tuhan bumi dan Tuhan Arasy yang mulia.*" [Hadis sahih].

Nabi ﷺ membacanya ketika kesulitan kemudian berdoa (dengan doa lain) setelahnya.

- *"Tidak ada tuhan yang hak kecuali Engkau. Mahasuci Engkau. Sesungguhnya aku termasuk orang-orang yang zalim."* [Hadis sahih].

Doa ini adalah doa Żū An-Nūn (Nabi Yunus) ketika dalam perut ikan. Nabi ﷺ menyebutkan bahwa tidaklah seorang muslim berdoa dengannya dalam urusan apa pun kecuali akan dikabulkan baginya.

## Ketujuh: Istiazah (Doa-doa Perlindungan) dari Nabi

- *"Ya Allah! Aku berlindung dengan rida-Mu dari murka-Mu dan dengan ampunan-Mu dari azab-Mu. Aku berlindung kepada-Mu dari siksaan-Mu. Aku tidak mampu menghitung pujian dan sanjungan kepada-Mu. Engkau adalah sebagaimana yang Engkau sanjungkan kepada diri-Mu sendiri."* [Hadis sahih].

An-Nawawiy menyebutkan tentang hadis ini satu makna yang unik, yaitu beliau berlindung dan memohon kepada Allah *Ta'āla* agar melindunginya dengan rida-Nya dari murka-Nya dan dengan ampunan-Nya dari siksa-Nya. Rida dan murka adalah dua sifat yang saling bertentangan. Begitu juga antara ampunan dan siksaan. Makna semua itu adalah memohon ampun dari kelalaian dalam memenuhi kewajiban dalam beribadah dan dalam memuji-Nya.

- *"Ya Allah! Sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari beratnya cobaan, kesengsaraan yang menghimpit, takdir yang jelek, dan keburukan yang menggembirakan musuh."* [Hadis sahih].

Cobaan yang berat yaitu semua kesulitan yang menimpa manusia yang tidak mampu ia pikul dan tidak kuasa ia tolak dari dirinya. Kesengsaraan yang menghimpit yaitu adanya kesulitan dan datangnya sebab-sebab kesengsaraan. Takdir yang jelek yaitu apa-apa yang ditakdirkan yang

mendatangkan keburukan pada manusia. Keburukan yang menggembirakan musuh yaitu kegembiraan musuh akibat keburukan yang menimpaku sehingga mereka gembira karena kesedihanku.

- *"Ya Allah! Sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari sifat lemah dan malas, dari sifat pengecut dan bakhil, dan dari pikun dan azab kubur. Ya Allah! Berikanlah jiwaku ketakwaan serta sucikanlah ia, sesungguhnya Engkau sebaik-baik yang menyucikannya. Engkaulah pelindung dan penolongnya. Ya Allah! Sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari ilmu yang tidak bermanfaat, dari hati yang tidak khusyuk, dari nafsu yang tidak bisa puas, dan dari doa yang tidak terkabul."* [Hadis sahih].

Sucikanlah yakni bersihkanlah. Tidak ada yang dapat menyucikannya kecuali Engkau. Mahasuci Engkau.

- *"Ya Allah! Sesungguhnya kami berlindung kepada-Mu dari azab neraka Jahanam. Aku berlindung kepada-Mu dari azab kubur. Aku berlindung kepada-Mu dari fitnah Almasih Dajal. Dan aku berlindung kepada-Mu dari fitnah ketika hidup dan setelah mati."* [Hadis sahih].

Diriwayatkan dari Ibnu Abbas *raḍiyallāhu 'anhumā* bahwa Nabi ﷺ mengajarkan doa ini kepada para sahabat seperti beliau mengajarkan mereka surah Al-Qur`ān.



## Kedelapan: Zikir-zikir Nabi

- *"Mahasuci Allah dan aku memuji-Nya. Mahasuci Allah Yang Mahaagung."* [Hadis sahih].

Disebutkan dalam hadis bahwa zikir ini lebih disukai oleh Nabi ﷺ daripada dunia.

- *"Mahasuci Allah. Segala puji milik Allah. Tidak ada tuhan yang berhak disembah kecuali Allah. Allah Mahabesar."* [Hadis sahih].

Disebutkan dalam hadis bahwa zikir ini termasuk ucapan yang paling Allah cintai.

- Dari Juwairiyah *raḍiyallāhu 'anhā*, bahwa Nabi ﷺ keluar meninggalkannya pagi hari ketika salat Subuh sementara dia sedang di tempat salatnya, kemudian beliau baru kembali setelah waktu duha sementara dia masih duduk, maka beliau bertanya, *"Kamu masih dalam keadaan ketika aku meninggalkanmu?"* Dia menjawab, "Ya." Nabi ﷺ bersabda, *"Sungguh, setelah meninggalkanmu aku telah membaca empat kalimat sebanyak tiga kali; sekiranya ditimbang dengan semua yang kamu baca sejak hari ini niscaya dia akan dapat mengalahkannya. Yaitu Subḥānallāhi wa biḥamdih 'adada khalqihī wa riḍā nafsihi wa zinata 'arsyihī wa midāda kalimātihi* (Mahasuci Allah dan aku memuji-Nya sebanyak bilangan makhluk-Nya, sejauh rida-Nya, seberat Arasy-Nya, dan sebanyak tinta tulisan kalimat-Nya). [Hadis sahih riwayat Muslim].

- *"Tidak ada daya dan kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah."* [Hadis sahih].

Disebutkan dalam hadis bahwa zikir ini adalah harta simpanan dari surga.

- *"Aku rida Allah sebagai Tuhanku, Islam sebagai agamaku, dan Muhammad sebagai nabiku."* [Hadis sahih].

Disebutkan dalam hadis bahwa orang yang membacanya pasti mendapatkan surga.

- *"Tidak ada tuhan yang berhak disembah selain Allah, tiada sekutu bagi-Nya. Hanya kepunyaan-Nya seluruh kerajaan dan hanya milik-Nya semua pujian. Dan Dia Mahakuasa atas segala sesuatu."* [Hadis sahih].

Siapa yang membacanya dalam sehari seratus kali maka baginya pahala setara membebaskan sepuluh budak, ditulis untuknya seratus kebaikan, dihapus darinya seratus kesalahan, dan menjadi pelindung baginya dari setan di hari itu hingga dia memasuki waktu sore. Dan tidak ada yang bisa mendatangkan yang lebih afdal dari apa yang dia lakukan kecuali seseorang yang mengamalkannya lebih banyak.

- *"Ya Allah, Tuhan kami! Hanya milik-Mu segala pujian. Engkau yang mengurus langit dan bumi. Hanya milik-Mu segala pujian. Engkau pemilik langit dan bumi serta semua yang ada padanya. Segala pujian hanya milik-Mu. Engkau adalah*

*cahaya bagi langit dan bumi serta semua yang ada padanya. Engkaulah Al-Haqq (Mahabenaar). Hanya firman-Mu yang benar. Hanya janji-Mu yang hak. Hanya pertemuan dengan-Mu yang benar. Surga itu benar adanya, neraka itu benar adanya, dan hari Kiamat itu benar adanya. Ya Allah, hanya kepada-Mu aku berserah diri. Hanya kepada-Mu aku beriman. Hanya kepada-Mu aku bertawakal. Hanya kepada-Mu aku mengadu. Dan hanya kepada-Mu aku berhukum. Maka ampunilah dosa-dosaku yang telah aku lakukan maupun yang belum aku lakukan, yang aku sembunyikan maupun yang aku tampilkan. Engkaulah Al-Muqaddim dan Al Mu`akhkhir. Tiada tuhan yang berhak disembah kecuali Engkau. Tidak ada tuhan yang berhak disembah selain Engkau.” [Hadis sahih].*

Nabi ﷺ membacanya ketika bangun malam untuk tahajud.

- *"Ya Allah! Hanya kepada-Mu aku berserah diri, kepada-Mu aku beriman, kepada-Mu aku bertawakal, kepada-Mu aku kembali, dan dengan-Mu aku melawan. Ya Allah, aku berlindung dengan kemuliaan-Mu. Tidak ada sesembahan yang benar kecuali Engkau. Janganlah Engkau menyesatkanku. Engkau Yang Mahahidup yang tidak akan mati, sedangkan jin dan manusia pasti akan mati." [Hadis sahih].*

- *"Dengan menyebut nama Allah; tidak akan berbahaya sesuatu apa pun di bumi dan di langit bersama nama-Nya, dan Dia Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui."* [Hadis sahih].

Siapa yang membacanya tiga kali ketika memasuki waktu sore maka tidak akan membahayakannya sesuatu apa pun hingga dia memasuki waktu pagi. Dan siapa yang membacanya tiga kali ketika memasuki waktu pagi maka tidak akan membahayakannya sesuatu apa pun hingga dia memasuki waktu sore.

## DAFTAR ISI

KEUTAMAAN DOA, ADAB-ADAB BERDOA DAN WAKTU YANG DIANJURKAN BERDOA.....	3
Pertama: Keutamaan Doa .....	5
Kedua: Adab dan Sebab Pengabulan Doa .....	6
Ketiga: Waktu, Kondisi, dan Tempat Mustajabnya Doa .....	8
Keempat: Doa-doa dari Al-Qur`ān .....	10
Kelima: Doa-doa dari Sunnah.....	13
Keenam: Doa-doa Ketika Gelisah, Sedih, dan Kesulitan .....	21
Ketujuh: Istiazah (Doa-doa Perlindungan) dari Nabi .....	23
Kedelapan: Zikir-zikir Nabi .....	25