



# **10 WASIAT PERLINDUNGAN DAN DZIKIR PENJAGAAN DARI BAHAYA WABAH**

Prof. Dr. Abdurrazzaq bin Abdulmuhsin al-Badr  
Dr. Shalih Bin Abdullah Bin Al-Ushaimi

SHAHIFIQIH 

# **10 WASIAT PERLINDUNGAN DAN DZIKIR PENJAGAAN DARI BAHAYA WABAH**

## **Karya**

**Prof. Dr. Abdurrazaq bin Abdulmuhsin al-Badr  
Dr. Shalih Bin Abdullah Bin Al-Ushaimi**

## **Diterjemahkan Oleh**

**Tim ShahihFiqih**

## **Layout dan Design Sampul**

**Fahd Project**

## **Penerbit**

**Fahd Publishing,  
29 Juni 2021 M / 19 Dzul Qa'dah 1442 H**

# DAFTAR ISI

<b>MUKADIMAH .....</b>	<b>1</b>
Wasiat Pertama.....	5
Wasiat Kedua .....	7
Wasiat Ketiga .....	13
Wasiat Keempat.....	17
Wasiat Kelima .....	19
Wasiat Keenam.....	23
Wasiat Ketujuh .....	26
Wasiat Kedelapan.....	29
Wasiat Kesembilan .....	32
Wasiat Kespuluh.....	34
<b>PENUTUP .....</b>	<b>36</b>
<b>DZIKIR-DZIKIR MUTLAK .....</b>	<b>41</b>
Pertama .....	41

Kedua.....	42
Ketiga.....	44
Keempat .....	45
Kelima .....	46
Keenam.....	47
Ketujuh .....	49
Kedelapan.....	50
Kesembilan .....	52
Kesepuluh.....	53
<b>DZIKIR-DZIKIR MUQAYYAD .....</b>	<b>55</b>
Pertama .....	55
Kedua.....	59
Ketiga.....	62
Keempat .....	63



## MUKADIMAH

Segala puji bagi Allah yang mampu mengabulkan doa orang-orang yang sedang kesusahan ketika ia berdoa kepada-Nya. Rabb yang mampu memberikan pertolongan kepada orang-orang yang sedang dilanda kesedihan ketika ia menyeru-Nya. Rabb yang mampu menghilangkan segala keburukan. Rabb yang mampu memberikan jalan keluar dari segala bencana.

Hati tidak akan hidup kecuali dengan berdzikir mengingat-Nya. Semua hal tidak

akan terjadi kecuali setelah ada izin dari-Nya. Tidak ada seorang pun yang mampu selamat dari apapun yang dibenci kecuali dengan rahmat-Nya. Tidak ada satu pun yang dapat dijaga kecuali dengan perlindungan-Nya.

Harapan tidak akan dapat diraih kecuali dengan kemudahan dari-Nya. Kebahagiaan tidak akan digapai kecuali dengan ketaatan kepada-Nya.

Saya bersaksi bahwa tidak ada Tuhan yang berhak disembah kecuali Allah semata, Esa, tidak ada sekutu bagi-Nya. Allah, Rabb semesta alam. Sesembahan orang-orang terdahulu dan orang-orang yang datang belakangan. Dialah pengurus langit dan bumi tanpa henti.

Saya juga bersaksi bahwa Muhammad adalah hamba dan utusan-Nya. Diutus dengan membawa kitab yang sangat jelas. Diutus di atas jalan yang lurus. Semoga shalawat dan salam selalu tercurahkan atasnya, keluarga dan seluruh sahabatnya.

Amma ba'du,

Ketakutan manusia meningkat pada akhir-akhir ini disebabkan karena adanya sebuah wabah yang bernama corona (COVID-19), maka akan saya sebutkan beberapa wasiat yang semoga bermanfaat untuk bekal menghadapinya.

Saya memohon kepada Allah ﷻ agar mengangkat musibah dan bencana dari kita dan kaum muslimin secara umum. Begitu

juga agar Allah menghilangkan malapetaka dan segala kesulitan yang ada. Dan agar Allah menjaga kita semua sebagaimana Ia telah menjaga hamba-hamba-Nya yang shalih. Sungguh Dia-lah yang mengurus ini semua dan Maha Mampu atas segalanya.

**WASIAT PERTAMA**

## **BERDOA SEBELUM TERJANGKITI WABAH**

Wasiat pertama ini berdasarkan hadits Utsman bin Affan رضي الله عنه, beliau mendengar Nabi صلى الله عليه وسلم bersabda: “Barangsiapa yang membaca

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ  
شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ  
وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

**Bismillaahil-ladzii laa yadhurru ma’as-**

---

## **mihi syai-un fil-ardhi wa laa fis-samaa' wa huwas-samii'ul-'aliim**

(Dengan menyebut nama Allah, yang dengan disebutkan nama-Nya tidak akan ada sesuatu apapun di langit dan di bumi yang dapat membahayakan. Dia Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui)

3x di waktu sore maka tidak akan terkena musibah yang datang dengan tiba-tiba hingga ia masuk waktu pagi. Dan barangsiapa membacanya 3x di waktu pagi maka ia tidak akan terkena musibah yang datang dengan tiba-tiba sampai masuk waktu sore”<sup>1</sup>.

---

1 HR. Abu Dawud no. 5088 dan lainnya

**WASIAT KEDUA**

# MEMPERBANYAK DOA NABI YUNUS

Allah ﷻ berfirman:

وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا  
فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ  
فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ  
إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ

مِنَ الظَّالِمِينَ ﴿٨٧﴾ فَاسْتَجَبْنَا لَهُ  
وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي  
المُؤْمِنِينَ ﴿٨٨﴾

“Dan (ingatlah kisah) Dzun Nun (Yunus), ketika ia pergi dalam keadaan marah. Ia menyangka bahwa Kami (Allah) tidak akan menyulitkannya. Maka ia pun berdoa dalam kegelapan

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي

## كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

### **Laa ilaa-ha illaa anta sub-haanaka innii kuntu minadh-dhalimin**

(Tidak ada Tuhan yang berhak disembah melainkan Engkau saja, Engkau Maha Suci, sungguh hamba benar-benar termasuk orang yang zalim)

Maka Kami kabulkan doanya. Kami juga menyelamatkannya dari kesedihan. Demikianlah Kami selamatkan orang-orang yang beriman”<sup>2</sup>.

Terkait tafsir ayat, “Demikianlah Kami

---

2 QS. Al-Anbiya: 87-88

selamatkan orang-orang yang beriman”, Al-Hafidz Ibnu Katsir rahimahullah berkata: “Maksudnya (keutamaan tersebut akan didapat) oleh orang-orang yang ketika tertimpa kesulitan mereka mau berdoa kepada kami dengan perasaan *inabah* (kembali). Terlebih lagi apabila doa ini dibaca ketika musibah telah datang”<sup>3</sup>.

Kemudian Ibnu Katsir rahimahullah membawakan sebuah hadits, bahwa Nabi shallallahu alaihi wasallam bersabda, “Doa Dzun Nun tatkala berada di dalam perut ikan adalah

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي

---

3 Tafsir Al-Qur’an Al-’Adhim pada surat Al-Anbiya: 88

## كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

### **Laa ilaa-ha illaa anta sub-haanaka innii kuntu minadh-dhalimin**

(Tidak ada Tuhan yang berhak disembah melainkan Engkau saja, Engkau Maha Suci, sungguh hamba benar-benar termasuk orang yang zalim)

Tidaklah ada seseorang pun yang berdoa dengan doa tersebut terkait suatu hajat atau keinginan kecuali pasti Allah akan mengabulkannya”<sup>4</sup>.

Ibnul Qoyyim rahimahullah menjelaskan tentang rahasia doa ini dalam kitab beliau “Al-Fawaid”. Beliau

---

4 HR. Ahmad no. 1462 dan At-Tirmidzi no. 3505

berkata:

“Tidak ada yang melebihi tauhid dalam menolak berbagai kesulitan dunia. Atas dasar inilah, doa untuk menghilangkan kesusahan sering kali menggunakan tauhid<sup>5</sup>. Doa Nabi Yunus ﷺ, yang mana kebuntuan akan dibukakan oleh Allah dengan sebab doa ini, juga menggunakan tauhid. Kesyirikanlah yang menjerumuskan orang-orang ke dalam kesusahan, dan hanya tauhidlah yang dapat menyelamatkan mereka darinya. Sehingga tauhid merupakan amalan yang digunakan oleh seorang hamba untuk berlindung, bernaung, bertameng, dan memohon pertolongan. Wabillahitaufiq”<sup>6</sup>.

---

5 Tauhid di sini adalah kalimat-kalimat yang semakna dengan “laa ilaaha illallaah”

6 Al-Fawaid hal 53

**WASIAT KETIGA**

**BERDOA MEMOHON  
PERLINDUNGAN DARI  
COBAAN YANG BERAT**

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ جَهْدِ  
الْبَلَاءِ، وَدَرَكِ الشَّقَاءِ، وَسُوءِ  
الْقَضَاءِ، وَشَمَاتَةِ الْأَعْدَاءِ

Allaahumma innii a'uudzu bika min  
jahdil balaa', wa darakisy-syaqaa', wa suu-  
il qadha', wa syamaatatil-a'da'

(Ya Allah hamba berindung kepada-Mu dari cobaan yang berat, kesengsaraan yang sangat, takdir yang buruk dan kegembiraan musuh)<sup>7</sup>.

Wasiat ketiga ini berdasarkan sebuah hadits dari Abu Hurairah رضي الله عنه, beliau pernah bercerita:

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ  
وَسَلَّمَ يَتَعَوَّذُ مِنْ جَهْدِ الْبَلَاءِ  
وَدَرَكِ الشَّقَاءِ وَسُوءِ الْقَضَاءِ

---

7 Bagian ini ditambahkan oleh tim shahihfiqih. Untuk memudahkan kaum muslimin mengamalkan doa ini.

---

## وَسْمَاتِهِ الْأَعْدَاءِ

“Dahulu Rasulullah ﷺ sering meminta perlindungan kepada Allah dari beratnya cobaan, kesengsaraan yang sangat, takdir yang buruk dan kegembiraan musuh”<sup>8</sup>.

Dalam riwayat yang lain dari Abu Hurairah رضي الله عنه juga, Nabi ﷺ bersabda:

تَعَوَّذُوا بِاللَّهِ مِنْ جَهْدِ الْبَلَاءِ  
وَدَرَكِ الشَّقَاءِ وَسُوءِ الْقَضَاءِ

---

8 HR. Al-Bukhari no. 6347

## وَشَمَاتَةِ الْأَعْدَاءِ

“Berlindunglah kalian kepada Allah dari beratnya cobaan, kesengsaraan yang sangat, takdir yang buruk dan kegembiraan musuh!”<sup>9</sup>.

---

9 HR. Al-Bukhari no. 6616

**WASIAT KEEMPAT**

# **SENANTIASA MEMBACA DOA KELUAR RUMAH**

Wasiat keempat ini berdasarkan sebuah hadits dari Anas bin Malik رضي الله عنه, bahwa Nabi صلى الله عليه وسلم bersabda: “Apabila seseorang keluar dari rumahnya kemudian berdoa,

بِسْمِ اللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ لَا حَوْلَ  
وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

**Bismillaahi tawakkaltu ‘alallahi, laa haula  
wa laa quwwata illaa billaah**

(Dengan menyebut nama Allah, saya bertawakal kepada Allah, tidak ada daya dan kekuatan kecuali dengan pertolongan Allah semata)

Maka ketika itu akan dikatakan (kepadanya): 'Engkau telah mendapatkan petunjuk, diberikan kecukupan dan dijaga dari setan'; Setan-setanpun akhirnya menjauhinya. Salah satu dari setan berkata: 'Bagaimana mungkin kamu bisa menyesatkan orang yang telah mendapatkan petunjuk, dicukupi dan dilindungi?!'"<sup>10</sup>.

---

10 HR. Abu Dawud no. 5095

## WASIAT KELIMA

# MEMOHON KESELAMATAN KEPADA ALLAH PADA WAKTU PAGI DAN SORE

Wasiat kelima ini berdasarkan hadits dari Abdullah bin Umar رضي الله عنه, beliau mengatakan: “Rasulullah ﷺ tidak pernah meninggalkan doa ini ketika pagi dan sore hari,

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي  
الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ

الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ  
وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي،  
وَأَمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي  
مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ، وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ  
يَمِينِي، وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ فَوْقِي،  
وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ  
تَحْتِي

**Allaahumma innii as-alukal-'aafiyah  
fid-dun-yaa wal aakhirah, allaahumma  
innii as-alukal 'afwa wal 'aafiyah fii  
diinii wa dun-yaaya wa ahlii wa maalii,  
allaahummastur 'auraatii wa aamin  
rau'aatii, allaahummah fadhnii mim baini  
yadayya wa min khalfii wa 'an yamiinii  
wa 'an syimaalii wa min fauqii wa  
a'uudzubika bi'adhamatika an ughtaala  
min tahtii**

(Ya Allah sesungguhnya hamba memohon kepada-Mu keselamatan di dunia dan akhirat. Ya Allah, sesungguhnya hamba memohon kepada-Mu ampunan dan keselamatan pada agama, dunia, keluarga dan harta hamba. Ya Allah, tutuplah aurat hamba dan berilah keamanan pada rasa takut hamba. Ya Allah, jagalah hamba dari arah depan, belakang,

kanan, kiri dan atas hamba. Hamba juga berindung dengan keagungan-Mu dari bahaya tiba-tiba dari arah bawah hamba)”<sup>11</sup>.

---

11 HR. Ahmad no. 4785, Abu Dawud no. 5074 dan selainya

---

WASIAT KEENAM

## MEMPERBANYAK DOA

Wasiat ini berdasarkan hadits Ibnu Umar رضي الله عنه,  
Rasulullah صلى الله عليه وسلم bersabda:

مَنْ فُتِحَ لَهُ مِنْكُمْ بَابُ الدُّعَاءِ  
فُتِحَتْ لَهُ أَبْوَابُ الرَّحْمَةِ وَمَا سِئِلَ  
اللَّهُ شَيْئًا يَعْنِي أَحَبَّ إِلَيْهِ مِنْ أَنْ  
يُسْأَلَ الْعَافِيَةَ

“Barang siapa yang dibukakan untuknya pintu doa (taufik untuk berdoa) maka ia telah dibukakan pintu rahmat. Ketika Allah diminta, tidak ada yang melebihi kecintaannya terhadap doa meminta keselamatan”<sup>12</sup>.

Rasulullah ﷺ juga bersabda:

إِنَّ الدُّعَاءَ يَنْفَعُ مِمَّا نَزَلَ وَمِمَّا لَمْ  
يَنْزَلْ فَعَلَيْكُمْ عِبَادَ اللَّهِ بِالدُّعَاءِ

“Sesungguhnya doa itu bermanfaat pada sesuatu yang telah terjadi dan dari sesuatu

---

12 HR. At-Tirmidzi no. 3548

yang belum terjadi, oleh karena itu berdoalah  
wahai hamba-hamba Allah”<sup>13</sup>.

---

13 HR. At-Tirmidzi no. 3548

**WASIAT KETUJUH**

**MENJAUHI TEMPAT-  
TEMPAT TERSEBARNYA  
WABAH**

Wasiat ini berdasarkan hadits Abdullah bin Amir رضي الله عنه, bahwa Umar رضي الله عنه pernah berangkat pergi ke Syam, ketika beliau sampai di daerah Sargh datang berita bahwa wabah telah tersebar di Syam. Abdurrahman bin Auf رضي الله عنه pun mengabarkan kepada beliau bahwa Rasulullah صلى الله عليه وسلم pernah bersabda:

إِذَا سَمِعْتُمْ بِهِ بِأَرْضٍ فَلَا تَقْدَمُوا  
عَلَيْهِ وَإِذَا وَقَعَ بِأَرْضٍ وَأَنْتُمْ بِهَا

## فَلَا تَخْرُجُوا فِرَارًا مِنْهُ

“Apabila kalian mendengar wabah tersebar di suatu tempat maka janganlah kalian mendatanginya, begitu juga apabila terdapat wabah yang tersebar di suatu tempat dan kalian berada di tempat tersebut maka jangan keluar darinya untuk melarikan diri”<sup>14</sup>.

Begitu juga berdasarkan hadits Abu Hurairah , bahwa Rasulullah  bersabda :

## لَا تُورِدُوا الْمُمْرِضَ عَلَى الْمُصِحِّ

---

14 HR. Al-Bukhari no. 5729 dan Muslim no. 2219

“Janganlah kalian campurkan unta yang terinfeksi dengan unta yang masih sehat”<sup>15</sup>.

---

15 HR. Al-Bukhari no. 5774 dan Muslim no. 2221

---

WASIAT KEDELAPAN

# SENANTIASA BERBUAT KEBAIKAN

Wasiat ini berdasarkan hadits Anas رضي الله عنه,  
Rasulullah ﷺ bersabda:

الْمَعْرُوفُ إِلَى النَّاسِ يَتَّقِي صَاحِبَهَا  
مَصَارِعَ السُّوءِ، وَالْآفَاتِ،  
وَالهَلَكَاتِ. وَأَهْلُ الْمَعْرُوفِ فِي  
الدُّنْيَا هُمْ أَهْلُ الْمَعْرُوفِ فِي

## الْآخِرَةَ

“Perbuatan-perbuatan yang baik dapat menghindarkan pelakukanya dari kematian yang buruk, berbagai penyakit dan bencana. Orang yang berbuat kebaikan di dunia, di akhirat nanti ia akan dibalas dengan kebaikan pula”<sup>16</sup>.

Ibnul Qoyyim rahimahullah berkata: “Diantara obat termujarab terhadap penyakit adalah sebagai berikut: 1) Perbuatan baik; 2) Dzikir; 3) Doa; 4) Permohonan sungguh-sungguh (sepenuh hati) kepada Allah; dan 5) Taubat; Beberapa hal ini memiliki pengaruh dalam

---

16 HR. Al-Hakim no. 429

menghilangkan penyakit dan mendatangkan kesembuhan. Hal-hal tersebut lebih mujarab daripada obat-obatan pada umumnya. Namun perlu dicatat, pengaruhnya sangat tergantung dari kesiapan jiwa, penerimaan dan keyakinannya terhadap hal ini”<sup>17</sup>.

---

17 Zaadul Ma’ad Juz 4 Hal. 132

WASIAT KESEMBILAN

# MENGERJAKAN SHALAT MALAM

Wasiat ini berdasarkan hadits Bilal رضي الله عنه bahwa Rasulullah صلى الله عليه وسلم bersabda:

عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ دَأْبُ  
الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ. وَإِنَّ قِيَامَ  
اللَّيْلِ قُرْبَةٌ إِلَى اللَّهِ، وَمَنْهَاةٌ عَنِ  
الإِثْمِ، وَتَكْفِيرٌ لِلْسَّيِّئَاتِ،

## وَمَطْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عَنِ الْجَسَدِ

“Kerjakanlah shalat malam (tahajud)! Karena shalat tersebut merupakan kebiasaan orang-orang shalih sebelum kalian. Shalat tersebut dapat mendekatkan diri kepada Allah, menggugurkan dosa-dosa, dan menolak penyakit dari tubuh manusia”<sup>18</sup>.

---

18 HR. At-Tirmidzi no. 3549

WASIAT KESEPULUH

**MENUTUP TEMPAT  
MAKANAN DAN  
MINUMAN**

Wasiat ini berdasarkan hadits Jabir bin Abdillah رضي الله عنه, beliau pernah mendengar Nabi صلى الله عليه وسلم bersabda:

غَطُّوا الْإِنَاءَ وَأَوْكُوا السِّقَاءَ فَإِنَّ  
فِي السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزِلُ فِيهَا وَبَاءٌ لَا  
يَمُرُّ بِإِنَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ غِطَاءٌ أَوْ

سِقَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ وَكَاءٌ إِلَّا نَزَلَ  
فِيهِ مِنْ ذَلِكَ الْوَبَاءِ

“Tutuplah wadah makanan dan minuman kalian, karena setiap tahunnya ada satu malam di mana wabah turun. Setiap kali wabah tersebut mendapati tempat makan atau tempat minum yang tidak ditutup ia akan masuk ke dalamnya”<sup>19</sup>.

Ibnul Qoyyim رحمته الله berkata: “Ilmu tentang hal ini terlewatkan oleh ilmu dan pengetahuannya para dokter”<sup>20</sup>.

---

19 HR. Muslim no. 2014

20 Zadul Ma'ad Juz 4 Hal. 213

## PENUTUP

Sudah selayaknya setiap muslim menyerahkan semua urusannya kepada Allah ﷻ dengan penuh harapan kepada karunia dan pemberi-Nya. Begitu juga, sudah sepantasnya seorang muslim untuk bertawakal kepada-Nya, karena semua urusan berada dalam genggamannya, tunduk di bawah pengaturan dan kendalinya.

Ketika ada musibah yang menimpa, selayaknya seorang muslim bersungguh-sungguh untuk menerimanya dengan kesabaran dan mengharap pahala. Dikarenakan Allah ﷻ telah menjanjikan pahala yang sangat besar kepada orang-orang yang sabar dan mengharap pahala.

Allah ﷻ berfirman:

إِنَّمَا يُوفِي الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ

حِسَابٍ

“Sesungguhnya orang-orang yang bersabarlah disempurnakan pahalanya tanpa batas”<sup>21</sup>.

Ibunda Aisyah ﷺ juga pernah bertanya kepada Rasulullah ﷺ tentang wabah Tha'un, maka beliau menjawab:

أَنَّ عَذَابَهُ يَبْعَثُهُ اللَّهُ عَلَى مَنْ

21 QS. Az-Zumar : 10

يَشَاءُ وَأَنَّ اللَّهَ جَعَلَهُ رَحْمَةً  
لِلْمُؤْمِنِينَ. لَيْسَ مِنْ أَحَدٍ يَقَعُ  
الطَّاعُونَ، فَيَمُوتُ فِي بَلَدِهِ صَابِرًا  
مُحْتَسِبًا، يَعْلَمُ أَنَّهُ لَا يُصِيبُهُ إِلَّا  
مَا كَتَبَ اللَّهُ لَهُ، إِلَّا كَانَ لَهُ مِثْلُ  
أَجْرِ شَهِيدٍ

“Sesungguhnya wabah Tha’un itu dahulunya  
adalah adzab yang Allah kirimkan kepada

orang-orang yang Ia kehendaki. Lalu Allah jadikan wabah Tha'un tersebut sebagai rahmat bagi kaum mukminin. Tidak ada seorang (muslim) pun yang terkena wabah Tha'un, lalu 1) Ia tetap tinggal di daerah wabah tersebut; 2) Bersabar; 3) Mengharap pahala; 4) Yakin bahwa tidak ada yang menyimpannya kecuali apa yang telah Allah gariskan; melainkan baginya pahala seperti orang yang mati syahid"<sup>22</sup>.

Saya memohon kepada Allah agar memberikan taufik kepada kita semua untuk mengerjakan apa yang dicintai dan diridhai-Nya, baik berupa amal shalih maupun ucapan yang baik. Sesungguhnya Dia-lah Allah yang berfirman dengan hak dan memberi

---

22 HR. Al-Bukhari no. 3474

petunjuk kepada jalan yang lurus.

Segala puji bagi Allah semata, shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada nabi kita, Muhammad. Begitu juga kepada keluarga dan semua sahabatnya.



## DZIKIR-DZIKIR MUTLAK<sup>23</sup>

### PERTAMA

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ  
مِنَ الظَّالِمِينَ

**Laa ilaaha illaa anta subhaanaka innii  
kuntu minazh zhoolimiin**

---

23 Dzikir mutlak adalah dzikir yang dapat dibaca kapan saja tanpa terikat waktu dan keadaan.

---

“Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Engkau, Engkau Mahasuci. Sungguh, aku termasuk orang-orang yang zalim”<sup>24</sup>.

## KEDUA

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴿١﴾ مِنْ شَرِّ

مَا خَلَقَ ﴿٢﴾ وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا

وَقَبَ ﴿٣﴾ وَمِنْ شَرِّ النَّفَّاثَاتِ فِي

الْعُقَدِ ﴿٤﴾ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا

24 QS. Al-Anbiya: 87



Katakanlah, “Aku berlindung kepada Tuhan yang menguasai subuh (fajar), dari kejahatan (makhluk yang) Dia ciptakan, dan dari kejahatan malam apabila telah gelap gulita, dan dari kejahatan (perempuan-perempuan) penyihir yang meniup pada buhul-buhul (talinya), dan dari kejahatan orang yang dengki apabila dia dengki”<sup>25</sup>.

---

25 QS. Al-Falaq: 1-5

KETIGA

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ﴿١﴾ مَلِكِ

النَّاسِ ﴿٢﴾ إِلَهِ النَّاسِ ﴿٣﴾ مِنْ

شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ﴿٤﴾ الَّذِي

يُوسَّوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ﴿٥﴾ مِنْ

الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ ﴿٦﴾

Katakanlah, “Aku berlindung kepada  
Tuhannya manusia, Raja manusia, sembahkan

manusia, dari kejahatan (bisikan) setan yang bersembunyi, yang membisikkan (kejahatan) ke dalam dada manusia, dari (golongan) jin dan manusia”<sup>26</sup>.

**KEEMPAT**

اللَّهُمَّ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا  
حَسَنَةً، وَفِي الآخِرَةِ حَسَنَةً،  
وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

**Alloohum-ma rob-banaa aatinaa fid-dun-**

---

26 QS. An-Naas: 1-6

**yaa hasanah, wa fil aakhiroti hasanah,  
waqinaa ‘adzaaban-naar.**

“Ya Allah, Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat, dan lindungilah kami dari azab neraka”<sup>27</sup>.

**KELIMA**

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ  
الْبَرَصِ وَالْجُنُونِ  
وَالْجُذَامِ وَسَيِّئِ الْأَسْقَامِ

---

27 HR. Al-Bukhari no. 4522 dan Muslim no. 2690

**Alloohum-ma innii a'uu-dzu bika minal baroshi wal junuuni wal judzaami wa sayyi-il asqoomi.**

“Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari penyakit belang, gila, kusta, dan dari segala penyakit mengerikan lainnya”<sup>28</sup>.

**KEENAM**

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنْ زَوَالِ  
نِعْمَتِكَ، وَتَحَوُّلِ عَافِيَتِكَ، وَفُجَاءَةِ

---

28 HR. Abu Dawud no. 1554, Ibnu Hibban no. 1017 dan dishahihkan oleh Al-Albani ۞.

## نِقْمَتِكَ، وَجَمِيعِ سَخِطِكَ

**Alloohum-ma innii a'uu-dzu bika min zawaali ni'matika, wa tahaw-wuli 'aafiyatika, wa fujaa-ati niqmatika, wa jamii'i sakhotika.**

“Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari hilangnya nikmat-Mu, berubahnya anugerah sehat-Mu, mendadak datangnya amarah-Mu, dan dari seluruh murka-Mu”<sup>29</sup>.

---

29 HR. Muslim no. 2739

**KETUJUH**

اللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُو فَلَا تَكِلْنِي  
إِلَى نَفْسِي ظَرْفَةَ عَيْنٍ وَأَصْلِحْ لِي  
شَأْنِي كُلَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ

**Alloohum-ma rohmataka arjuu falaa takilnii ilaa nafsii thorfata 'aiin, wa ashlih lii sya'-nii kullah, laa ilaaha illaa anta.**

“Ya Allah rahmat-Mu sangat aku harapkan, maka jangan Engkau bebankan urusanku kepada diriku sendiri meskipun hanya sekejap mata, dan perbaikilah seluruh

urusanku. Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Engkau”<sup>30</sup>.

## KEDELAPAN

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ الْحَلِيمُ، لَا  
إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ،  
لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَاوَاتِ  
وَالْأَرْضِ وَرَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ

30 HR. Abu Dawud no. 5090 dan dihasankan oleh Al-Albani ﷺ dalam Takhrij Al-Kalam Ath-Thayyib no. 121.

**Laa ilaaha illallooh al ‘a-zhiimul haliim,  
laa ilaaha illallooh, robbul ‘arsyil ‘azhiim,  
laa ilaaha illallooh, robbus samaawaati  
wal ardhi wa robbul ‘arsyil kariim.**

“Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah yang Maha Agung lagi Maha Penyantun. Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah Rabb ‘arsy yang agung. Tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Allah Rabb langit dan bumi serta Rabb ‘arsy yang mulia”<sup>31</sup>.

---

31 HR. Al-Bukhari no. 6346 dan Muslim no. 2730

**KESEMBILAN**

اللَّهُ اللَّهُ رَبِّي لَا أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا

**Alloohu, Alloohu robbii, laa usyriku bihi  
syaian.**

“Allah, Allah adalah Rabb-ku, aku tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatu apapun.”<sup>32</sup>

---

32 HR. Abu Dawud no. 1525, Ibnu Majah no. 3882, dan dishahihkan oleh Al-Albani  dalam Ash-Shahihah no. 2755

**KESEPULUH**

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِنُورِ وَجْهِكَ  
الَّذِي أَشْرَقَتْ لَهُ السَّمَاوَاتُ  
وَالْأَرْضُ أَنْ تَجْعَلَنِي فِي حِرْزِكَ  
وَحِفْظِكَ وَجِوَارِكَ وَتَحْتَ كَنْفِكَ

**Alloohum-ma innii as-aluka bi  
nuuri wajhikal ladzii asyroqot lahus  
samaawaatu wal ardhu, an taj-'alanii fii  
hirzika, wa hifzhika, wa jiwaarika, wa  
tahta kanafika.**

“Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu dengan cahaya wajah-Mu yang menyinari langit dan bumi agar menjadikanku dalam perlindungan dan penjagaan-Mu, berada di dekat-Mu, di bawah naungan-Mu”<sup>33</sup>.

---

33 HR. Ath-Thabarani no. 10600 dan Ibnu Abi Syaibah no. 29539

---

# DZIKIR-DZIKIR MUQAYYAD<sup>34</sup>

**PERTAMA**

**(1X / MALAM)**

أَمَّنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْهِ مِنْ  
رَبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللَّهِ  
وَمَلَائِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لَا نُفَرِّقُ  
بَيْنَ أَحَدٍ مِنْ رُسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا

---

34 Dzikir muqayyad adalah dzikir yang dibaca pada waktu atau keadaan tertentu saja

---

وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ  
الْمَصِيرُ ﴿٢٨٥﴾ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا  
إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا  
مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ  
نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ  
عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ  
مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا

طَاقَةٌ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاعْفِرْ لَنَا  
وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى  
الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

“Rasul (Muhammad) beriman kepada apa yang diturunkan kepadanya (Al-Qur’an) dari Tuhannya, demikian pula orang-orang yang beriman. Semua beriman kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya dan rasul-rasul-Nya. (Mereka berkata), “Kami tidak membeda-bedakan seorang pun dari rasul-rasul-Nya.” Dan mereka berkata, “Kami dengar dan kami taat. Ampunilah kami Ya

Tuhan kami, dan kepada-Mu tempat (kami) kembali.””

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami

menghadapi orang-orang kafir”<sup>35</sup>.

**KEDUA**

**(1X / PAGI DAN SORE)**

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا  
وَالْآخِرَةِ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ  
وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي  
وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي وَآمِنْ

35 QS. Al-Baqarah: 285-286

رَوْعَاتِي، اَللّٰهُمَّ احْفَظْنِيْ مِنْ بَيْنِ  
يَدَيَّ وَمِنْ خَلْفِيْ وَعَنْ يَمِيْنِيْ  
وَعَنْ شِمَالِيْ وَمِنْ فَوْقِيْ، وَاَعُوْذُ  
بِعُظْمَتِكَ اَنْ اُغْتَالَ مِنْ تَحْتِيْ

**Alloohumma innii as-alukal ‘aafiyah,  
fiddun-yaa wal aakhirah, alloohummaa  
innii asalukal ‘afwa wal ‘aafiyah, fii  
diinii wa dun-yaa-ya wa ahlii wa maalii,  
alloohummastur ‘aurootii, wa aamin rou  
‘aatii, alloohummahfazhnii min baini**

**yadayya wamin kholfii, wa ‘an yamiinii,  
wa ‘an syimaalii, wa min fauqii, wa  
a’uudzu bi ‘azhomatika an ughtaala min  
tahtii.**

“Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu keselamatan di dunia dan akhirat. Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu ampunan dan keselamatan dalam urusan agama, dunia, keluarga, dan hartaku. Ya Allah, tutuplah aibku, dan tentramkanlah aku dari rasa takut. Ya Allah, jagalah aku dari arah depan, belakang, kanan, kiri, dan atasku, dan aku juga berlindung dengan kebesaran-Mu agar tidak dibinasakan dari arah bawahku”<sup>36</sup>.

---

36 HR. Ahmad no. 4785, Abu Dawud no. 5074 dan selainnya

---

**KETIGA**

**(3X/PAGI DAN SORE)**

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ  
شَيْءٌ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ،  
وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

**Bismillaahilladzii laa yadhuru  
ma'asmihii syaiun fil ardhi walaaa  
fissamaa-i, wa huwassamii 'ul 'aliim.**

”Dengan menyebut nama Allah, yang dengan

disebutkan nama-Nya tidak akan ada sesuatu apapun di langit dan di bumi yang dapat membahayakan. Dia Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui”<sup>37</sup>.

**KEEMPAT**

**(1X / SORE)**

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ  
شَرِّ مَا خَلَقَ

---

37 HR. Abu Dawud no. 5088, At-Tirmidzi no. 3388 dan lainnya

---

## **A'uudzu bikalimaatillahittaammaati min syarri maa kholaq.**

“Aku berlindung dengan kalimat Allah yang sempurna dari segala keburukan yang telah Dia ciptakan.”<sup>38</sup>

---

38 HR. Muslim no. 2709