

# Kiat-kiat Agar Do'a Dikabulkan



 muslim.or.id

dr. Adika Mianoki, Sp.S

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# Daftar Isi

Daftar Isi	<b>1</b>
Janji Allah kepada Setiap Hamba yang Berdoa	<b>3</b>
13 Kiat terkabulnya Doa Menurut Ibnul Qayyim rahimahullah	<b>8</b>
Kiat Pertama: Hadirnya Hati Untuk Sungguh-sungguh Dalam Berdoa	<b>11</b>
Kiat Kedua: Berdoa di Waktu yang Mustajab	<b>14</b>
1. Saat Sepertiga Malam Terakhir	14
2. Ketika Selesai Adzan	15
3. Antara Adzan dan Iqomah	16
4. Di Akhir Shalat Wajib	17
5. Ketika Khatib Naik Mimbar Sampai Selesai Salat Jumat	18
6. Waktu Setelah Ashar Hari Jumat	20
Kiat Ketiga: Berdoa dengan hati khusyuk disertai merasa lemah dan butuh di hadapan Rabbnya, serta menghinakan diri dan merendahkan diri kepada-Nya	<b>23</b>
Kiat Keempat: Menghadap Kiblat Ketika Berdoa	<b>26</b>
Kiat Kelima: Dalam Keadaan Suci Saat Berdoa	<b>27</b>
Kiat Keenam: Mengangkat Tangan ketika Berdoa	<b>28</b>
Kiat Ketujuh: Dimulai dengan Memuji Allah dan Mengucapkan Shalawat sebelum Berdoa	<b>31</b>
Kiat Kedelapan: Taubat dan Istighfar ketika Berdoa	<b>33</b>
Kiat Kesembilan: Serius dan Mengulang-ulang Doa serta Tidak Tergesa-gesa Ingin Dikabulkan	<b>36</b>
Kiat Kesepuluh: Berdoa Disertai dengan Penuh Harap dan Takut	<b>38</b>

Kiat Kesebelas: Ber-tawasul dengan nama dan sifat Allah serta tauhid kepada-Nya	<b>41</b>
Kiat Keduabelas: Berdoa Diiringi Dengan Sedekah	<b>47</b>
Kiat Ketigabelas: Memilih doa dengan doa mustajab yang diajarkan Nabi	<b>48</b>
Penutup	<b>50</b>

Setiap orang tentu ingin doanya dikabulkan. Untuk mewujudkannya, kita harus memperhatikan sebab-sebab terkabulnya doa. Dalam kesempatan ini, kami akan sampaikan tulisan yang sangat apik dari Syekh Prof. Dr. ‘Abdurrazzaq bin ‘Abdil Muhsin al-Badr *hafidzahullah* yang berjudul *Ad-Du’aa alladzii Laa Yurod* yang menjelaskan tentang kiat-kiat agar doa dikabulkan. Semoga bermanfaat.

## Janji Allah kepada Setiap Hamba yang Berdoa

Sesungguhnya Allah *Ta’ala* memerintahkan para hamba-Nya untuk berdoa dan menjanjikan kepada mereka pengkabulan doa pada banyak ayat di dalam Al-Qur’an. Allah ‘Azza wa Jalla berfirman,

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي  
سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ دَاخِرِينَ

“Dan Tuhanmu berfirman, ‘Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Kuperkenankan bagimu. Sesungguhnya orang-orang yang menyombongkan diri dari berdoa kepada-Ku akan masuk neraka Jahannam dalam keadaan hina dina.’” (QS. Ghafir: 60)

## إِنَّ رَبِّي لَسَمِيعُ الدُّعَاءِ

“Sesungguhnya Tuhanku benar-benar Maha Mendengar (memperkenankan) do’a.” (QS. Ibrahim: 39)

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ  
فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ

“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku. Maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.” (QS. Al-Baqarah: 186)

ادْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ وَلَا تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ  
بَعْدَ إِصْلَاحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللَّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ

“Berdoalah kepada Tuhanmu dengan berendah diri dan suara yang lembut. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas. Dan janganlah kamu membuat kerusakan di muka bumi, sesudah (Allah) memperbaikinya dan berdoalah kepada-Nya dengan rasa takut

(tidak akan diterima) dan harapan (akan dikabulkan).  
Sesungguhnya rahmat Allah amat dekat kepada orang-orang yang berbuat baik.” (QS. Al-A’raf: 55-56).

Ayat-ayat lain yang semakna dengan ini sangat banyak.

Allah juga mencintai para hamba yang berdoa dan memotivasi mereka untuk melakukannya, padahal Allah tidak butuh sama sekali kepada hamba dan doa-doa mereka. Sebagaimana Allah Ta’ala sebutkan dalam hadis *qudsi*,

يَا عِبَادِي إِنَّكُمْ لَنْ تَبْلُغُوا صَرِّي فَتَصُرُونِي. وَلَنْ تَبْلُغُوا نَفْعِي فَتَنْفَعُونِي.

يَا عِبَادِي لَوْ أَنَّ أَوْلَكُمْ وَآخِرَكُمْ، وَإِنْسَكُمْ وَجِنَّتْكُمْ. كَانُوا عَلَيَّ أَنْقَى قَلْبِ  
رَجُلٍ وَاحِدٍ مِنْكُمْ. مَا رَادَ ذَلِكَ فِي مُلْكِي شَيْئًا

يَا عِبَادِي لَوْ أَنَّ أَوْلَكُمْ وَآخِرَكُمْ. وَإِنْسَكُمْ وَجِنَّتْكُمْ. كَانُوا عَلَيَّ أَفْجَرِ قَلْبِ  
رَجُلٍ وَاحِدٍ. مَا تَقَصَّ ذَلِكَ مِنْ مُلْكِي شَيْئًا. يَا عِبَادِي لَوْ أَنَّ أَوْلَكُمْ وَآخِرَكُمْ.  
وَإِنْسَكُمْ وَجِنَّتْكُمْ. قَامُوا فِي صَعِيدٍ وَاحِدٍ فَسَأَلُونِي. فَأَعْطَيْتُ كُلَّ إِنْسَانٍ  
مَسْأَلَتَهُ. مَا تَقَصَّ ذَلِكَ مِمَّا عِنْدِي إِلَّا كَمَا يَنْقُصُ الْمِحْيَطُ إِذَا أُدْخِلَ الْبَحْرَ

“Wahai hamba-hamba-Ku, sesungguhnya kalian tidak dapat menimpakan bahaya kepada-Ku dan tidak pula dapat memberikan manfaat kepada-Ku.

Wahai hamba-hamba-Ku, andai makhluk yang pertama, sampai yang terakhir, manusia dan jin semua menjadi seperti orang yang hatinya paling bertakwa di antara kalian, maka itu tidak menambah kekuasaan-Ku sedikit pun.

Wahai hamba-hamba-Ku, andai makhluk yang pertama, sampai yang terakhir, manusia dan jin semua menjadi seperti orang yang hatinya paling berdosa di antara kalian, maka itu tidak mengurangi kekuasaan-Ku sedikit pun.

Wahai hamba-hamba-Ku, andai makhluk yang pertama, sampai yang terakhir, manusia dan jin semua berada di satu tempat, kemudian semuanya meminta kepada-Ku, lalu Aku mengabulkan permintaan setiap makhluk, maka tidaklah berkurang apa yang Aku miliki, kecuali seperti berkurangnya jarum apabila dicelupkan ke laut.” (HR. Muslim)

Allah ‘Azza wa Jalla mencintai hamba yang meminta kepada-Nya. Bahkan semakin besar perhatian hamba dalam berdoa semakin besar pula kecintaan Allah Ta’ala kepada hamba tersebut. Nabi *shallallahu ‘alaihi wasallam* bersabda,

لَيْسَ شَيْءٌ أَكْرَمَ عَلَى اللَّهِ تَعَالَى مِنَ الدُّعَاءِ



*“Tidak ada sesuatu yang lebih mulia di sisi Allah dibandingkan doa”. (HR. Tirmidzi, hasan)*

Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam juga bersabda,

مَنْ لَمْ يَسْأَلِ اللَّهَ يَغْضَبْ عَلَيْهِ

*“Barangsiapa yang tidak berdoa kepada Allah, maka Allah murka kepadanya.” (HR. Tirmidzi, hasan)*

اللَّهُ يَغْضَبُ إِنْ تَرَكْتَ سُؤَالَهُ وَبَنِي آدَمَ حِينَ يُسْأَلُ يَغْضَبُ

*“Allah murka jika engkau tidak meminta kepada-Nya. Sementara manusia ketika diminta maka ia akan murka.”*

## 13 Kiat terkabulnya Doa Menurut Ibnul Qayyim *rahimahullah*

Allah *Rabbul 'aalamiin* mencintai orang yang berdoa, dan berjanji mengabulkan doa-doa mereka, memenuhi harapan-harapan mereka, dan memberi permintaan mereka, jika terpenuhi syarat-syarat terkabulnya berdoa dan tidak terdapat penghalang terkabulnya doa. Sungguh telah banyak dalil dari Al-Qur'an dan hadis bahwasanya doa yang mustajab memiliki ketentuan yang hendaknya dipenuhi oleh orang yang berdoa. Demikian pula terdapat penghalang-penghalang terkabulnya doa yang hendaknya dihindari sehingga doa tidak akan tertolak.

Ibnul Qayyim *rahimahullah* telah mengumpulkan ringkasan tentang hal ini dengan sangat baik. Beliau menjelaskan hal-hal penting yang hendaknya diperhatikan oleh orang yang berdoa kepada Allah *Ta'ala*. Di akhir penjelasan setelah beliau memaparkan tentang ketentuan-ketentuan dalam berdoa, beliau *rahimahullah* menutup dengan perkataan,

## فان هذا الدعاء لا يكاد يرَدُّ أبدا

“Sesungguhnya doa yang dilakukan seperti ini hampir-hampir tidak akan pernah tertolak.”

Oleh karena itu, dalam rangka memberikan nasihat dan kebaikan, maka kita akan membahas ucapan Ibnu Qayyim *rahimahullah* ini secara lengkap disertai beberapa penjelasan dan faidah yang ada di dalamnya. Ibnu Qayyim *rahimahullah* berkata,

“Jika terkumpul dalam doa:

- Hadirnya hati dan terkumpul seluruhnya untuk sungguh-sungguh menyampaikan permintaan.
- Bertepatan dengan waktu *ijabah* (waktu terkabulnya doa), yaitu (diantaranya) sepertiga malam terakhir, ketika azan, antara adzan dan iqomat, di akhir shalat wajib, ketika khatib naik mimbar di hari Jumat sampai selesai salat, atau waktu setelah ashar hari Jumat.
- Khusyuknya hati disertai merasa lemah di hadapan Rabb-Nya, menghinakan diri, dan merendahkan diri kepada-Nya.
- Menghadap kiblat ketika berdoa.

- Dalam keadaan bersuci.
- Mengangkat tangan kepada Allah *Ta'ala*.
- Mengucapkan shalawat Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam*.
- Sebelum menyampaikan kebutuhannya, didahului dengan taubat dan istighfar.
- Bersikap lembut dan penuh adab dalam berdoa.
- Berdoa dengan disertai penuh harap dan takut.
- Bertawasul dengan nama dan sifat Allah *Ta'ala*.
- Mendahului doa dengan bersedekah.

Sesungguhnya doa yang dilakukan seperti ini hampir-hampir tidak akan pernah tertolak.

- Apalagi jika doa yang diucapkan adalah apa yang dikabarkan Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* dalam doa yang merupakan jaminan mustajab, di antaranya adalah doa yang mengandung nama Allah *Ta'ala* yang termasuk *Al-ismu al-A'dzom*. “ (Al-Jawaabul Kaafiy)

# Kiat Pertama: Hadirnya Hati Untuk Sungguh-sungguh Dalam Berdoa

Perkara pertama yang harus diperhatikan adalah seorang muslim hendaknya berdoa dengan menghadirkan hati. Yang dimaksud dengan “menghadirkan hati” adalah benar-benar menghadapkan hatinya kepada Allah *Ta'ala*. Doa tidak hanya sekedar aktivitas menggerakkan lisan saja, sementara hatinya lalai. Doa yang benar adalah diucapkan dengan lisan dan disertai dengan hadirnya hati ketika berdoa. Oleh karena itu, Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

ادْعُوا اللَّهَ وَأَنْتُمْ مُوقِنُونَ بِالْإِجَابَةِ، وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ لَا يَسْتَجِيبُ دُعَاءَ مَنْ  
قَلْبٍ غَافِلٍ لَاهٍ

“Berdoalah kepada Allah dalam keadaan kalian yakin akan dikabulkan. Ketahuilah bahwa sungguh Allah biasanya tidak mengabulkan doa yang keluar dari hati yang tidak konsentrasi dan lalai.” (HR. Tirmidzi, hasan)

Di antara tanda tidak hadirnya hati ketika berdoa adalah banyaknya gerakan yang tidak perlu ketika berdoa. Engkau

dapati ada orang yang lisannya berucap, namun tangannya sibuk memainkan tanah, atau memegang baju, atau melakukan aktivitas lainnya. Atau Engkau dapati pandangannya menoleh ke kanan dan ke kiri saat berdoa. Itu semua menunjukkan hatinya tidak ikut hadir ketika berdoa. Oleh karena itu, tatkala ‘Umar bin ‘Abdil Aziz *Rahimahullah* melihat seseorang yang berdoa sambil memainkan kerikil di tangannya, maka beliau berkata kepadanya,

أَلَا أَلْقَيْتَ الْحَصَاةَ، وَأَخْلَصْتَ إِلَى اللَّهِ الدُّعَاءَ؟

“Tidak bisakah Engkau membuang kerikil itu dan Engkau fokus untuk ikhlas berdoa kepada Allah?” (Dikeluarkan oleh Abu Nu’aim dalam *Hilyatul Auliyaa*’).

Sungguh kita dapatkan di zaman sekarang ini, kerikil dalam bentuk lain yang berada di genggaman tangan manusia sepanjang waktunya. Hal ini menyibukkan hati lebih parah daripada bongkahan batu besar yang ada di tangan dengan berbagai perkara sia-sia dan permainan yang ada di genggamannya. Maka jika dia berdoa dengan keadaan demikian, sejatinya dia tidak teranggap sedang berdoa dan

meminta dengan adab yang benar. Seharusnya dikatakan kepada orang seperti ini,

ألا أغلقت الجوال وأخلصت لله السؤال

“Tidak bisakah Engkau mematikan ponsel dan fokus untuk berdoa kepada Allah?”

Sebagai kesimpulan, perkara pertama yang harus diperhatikan bagi orang yang menginginkan terkabulnya doa adalah hendaknya dia fokus menghadapkan hati kepada Allah *Ta'ala* ketika berdoa. Dan bersungguh-sungguh menundukkan jiwanya untuk menghadirkan hati dan juga pikirannya ketika menyampaikan keinginannya. Hendaknya dia juga tidak sibuk dengan perkara-perkara lain yang tidak berhubungan dengan aktivitas doanya. Karena sesungguhnya hati akan terganggu dengan godaan jika diabaikan. Maka sudah seharusnya seorang benar-benar dan sungguh-sungguh berusaha menghadirkan hatinya ketika berdoa kepada Allah *Ta'ala*.

# Kiat Kedua:

## Berdoa di Waktu yang Mustajab

Imam Ibnul Qayyim *rahimahullah* menyebutkan ada enam keadaan waktu mustajab terkabulnya doa, yaitu:

### 1. Saat Sepertiga Malam Terakhir

Waktu ini adalah di antara waktu yang paling mustajab terkabulnya doa. Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* bersabda,

يَنْزِلُ رَبُّنَا تَبَارَكَ وَتَعَالَى كُلَّ لَيْلَةٍ إِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا حِينَ يَبْقَى ثُلُثُ اللَّيْلِ  
الْآخِرِ يَقُولُ مَنْ يَدْعُونِي فَأَسْتَجِيبَ لَهُ ، مَنْ يَسْأَلُنِي فَأُعْطِيَهُ ، وَمَنْ  
يَسْتَغْفِرُنِي فَأَغْفِرَ لَهُ

“Rabb kita Tabaraka wa Ta’ala turun setiap malam ke langit dunia pada sepertiga malam terakhir, lalu Dia berfirman, ‘Barangsiapa yang berdoa pada-Ku, Aku akan memperkenankan doanya. Barangsiapa yang meminta pada-Ku, pasti akan Aku beri. Barangsiapa yang meminta ampun pada-Ku, pasti akan Aku ampuni.’ ” (HR. Bukhari dan Muslim)



Hadits ini menunjukkan bahwasanya waktu ini merupakan waktu mulia yang penuh dengan keberkahan dan sekaligus merupakan waktu yang paling mustajab untuk berdoa. Maka hendaknya setiap muslim bersungguh-sungguh dalam mengambil kesempatan baik ini dan bersemangat agar tidak terlepas satu malam pun untuk berdoa kepada Allah Ta'ala di waktu yang penuh berkah ini.

## 2. Ketika Selesai Adzan

Maksudnya adalah waktu tepat setelah adzan selesai dikumandangkan, karena sesungguhnya saat ini merupakan waktu yang agung untuk berdoa. Waktu ini lebih spesifik dibanding waktu antara adzan dan iqamah. Karena terdapat dalil yang menunjukkan bahwa barangsiapa mendengar adzan, kemudian mengikuti ucapan *muadzin*, kemudian langsung berdoa setelah selesai adzan, maka doanya *mustajab*. Diriwayatkan oleh 'Abdullah bin 'Amru *radhiyallahu 'anhu* dalam sebuah hadis,

أَنَّ رَجُلًا قَالَ يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّ الْمُؤَدِّينَ يَفْضُلُونَنَا. فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ - « قُلْ كَمَا يَقُولُونَ فَإِذَا انْتَهَيْتَ فَسَلْ تُعْطَهُ

“Ada seseorang yang berkata, ‘Wahai Rasulullah, sungguh para muadzin telah mengungguli kami dalam kebaikan.’ Maka Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam menjawab, ‘Ucapkanlah seperti yang mereka kumandangkan. Jika telah selesai, maka berdoalah, niscaya akan dikabulkan.’” (HR. Abu Dawud, *hasan*)

Hadits ini menunjukkan keterkaitan doa dengan mendengar adzan dan mengikuti ucapan *muadzin*. Apabila seorang muslim mendengar adzan, kemudian mengikuti ucapan *muadzin*, kemudian mengucapkan doa setelah adzan, hendaknya setelah itu dia tidak berhenti. Namun dilanjutkan dengan berdoa dengan permohonan yang diinginkannya karena waktu tersebut adalah kesempatan besar untuk diijabahnya doa.

### 3. Antara Adzan dan Iqomah

Terdapat hadits mengenai keutamaan berdoa di waktu antara adzan dan iqomah. Di antaranya adalah sabda Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam,

الدُّعَاءُ لَا يُرَدُّ بَيْنَ الْأَذَانِ وَالْإِقَامَةِ

“Doa antara adzan dan iqamah tidak akan tertolak.” (HR. Tirmidzi, shahih)

Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam juga bersabda,

إِذَا تُودِيَ بِالصَّلَاةِ فَتُحْتَبَرُ أَبْوَابُ السَّمَاءِ ، وَاسْتُجِيبَ الدُّعَاءُ

“Apabila azan dikumandangkan, maka terbukalah pintu-pintu langit dan doa dikabulkan.” (HR. Ath-Thuyalisi dalam musnadnya, shahih)

Maka hendaknya setiap mukmin memperbanyak untuk dirinya di waktu-waktu ini dengan doa meminta kebaikan dari Allah *Rabbul ‘aalamin*.

#### **4. Di Akhir Shalat Wajib**

Maksudnya adalah di akhir shalat wajib sebelum salam. Keadaan ini merupakan waktu yang utama. Ini merupakan waktu yang tepat dikabulkan doa karena di sini terkumpul banyak sebab-sebab terkabulnya doa. Pada saat ini seorang muslim dalam kondisi yang suci, menghadap ke arah kiblat, sebelumnya bertakbir dan mengagungkan Allah serta membaca firman-Nya, kemudian ruku dan sujud dengan penuh

penghinaan diri kepada Allah *Rabbul ‘aalamiin*, kemudian duduk tasyahud setelah amal-amal yang agung sebelumnya, kemudian mengucapkan doa *tahiyat*, kemudian setelahnya mengucapkan persaksian *tauhidullah*, kemudian bershalawat kepada Nabi dengan sholawat yang sempurna –yaitu *shalawat Ibrahimiyah*–.

Aktifitas ini seluruhnya merupakan bentuk penghambaan yang agung yang menjadikan kondisi sebelum salam ini merupakan waktu yang paling penting pengabdian Allah terhadap setiap doa orang yang shalat dan meminta kepada-Nya. Oleh karena itu, terdapat hadis dari sahabat Ibnu Mas’ud *radhiyallahu ‘anhu*, tatkala Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam* mengajarkan tasyahud akhir. Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wasallam* bersabda,

ثم يتخير من الدعاء أعجبه إليه فيدعو

“Kemudian hendaknya ia memilih dari doa yang paling ia senangi, lalu ia berdoa.” (HR. Bukhari)

## **5. Ketika Khatib Naik Mimbar Sampai Selesai Salat Jumat**

Terdapat hadis yang sahih dari Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam,

إِنَّ فِي الْجُمُعَةِ لَسَاعَةً، لَا يُوَفَّقُهَا مُسْلِمٌ، يَسْأَلُ اللَّهَ فِيهَا خَيْرًا، إِلَّا أُعْطَاهُ  
إِيَّاهُ

“Sesungguhnya pada hari Jum’at ada suatu waktu, tidaklah seorang hamba meminta kepada Allah kebaikan melainkan Allah akan berikan kepadanya.” (HR. Muslim)

Mayoritas ulama berpendapat bahwasanya waktu yang dimaksud yaitu sejak naiknya imam ke atas mimbar sampai selesainya shalat Jumat. Hal ini berdasarkan hadis yang diriwayatkan oleh Imam Muslim dan sahabat Abu Musa Al Asy’ari radhiyallahu ‘anhu,

هي ما بين أن يجلس الإمام إلى أن تُقضى الصلاة

“Waktu tersebut adalah antara duduknya imam sampai berakhirnya shalat.” (HR. Muslim)

Sudah selayaknya setiap muslim bersemangat mengaminkan doa *khatib* dan menaruh perhatian untuk banyak berdoa tatkala menunaikan salat jumat, lebih-lebih lagi tatkala sujud. Karena Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda,

أَقْرَبُ مَا يَكُونُ الْعَبْدُ مِنْ رَبِّهِ وَهُوَ سَاجِدٌ ، فَأَكْثِرُوا الدُّعَاءَ

“Keadaan paling dekat antara hamba dengan rabb-Nya adalah tatakala sujud, maka perbanyaklah doa ketika itu. “ (HR. Muslim)

Demikian pula hendaknya bersungguh-sungguh untuk berdoa ketika tasyahud akhir sebelum salam, karena hal ini merupakan waktu terkabulnya doa sebagaimana penjelasan di atas.

## 6. Waktu Setelah Ashar Hari Jumat

Yang dimaksud adalah waktu akhir setelah shalat ashar sampai terbenamnya matahari di hari Jumat. Terdapat hadits yang shahih bahwa Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda,

يَوْمُ الْجُمُعَةِ اثْنَا عَشْرَةَ سَاعَةً لَا يُوْجَدُ فِيهَا عَبْدٌ مُسْلِمٌ يَسْأَلُ اللَّهَ شَيْئًا إِلَّا آتَاهُ إِيَّاهُ فَالْتَمِسُوهَا آخِرَ سَاعَةٍ بَعْدَ الْعَصْرِ

“Siang hari jumat ada dua belas jam. Tidaklah seorang muslim meminta sesuatu kepada Allah, kecuali Allah pasti akan

*kabulkan. Maka mintalah di waktu setelah shalat ashar. “ (HR. Abu Dawud, shahih)*

Oleh karena itu, Imam Ibnul Qayyim *rahimahullah* berkata di dalam kitab beliau *Zaadul Ma'aad* bahwasanya yang paling *rajih* tentang batas waktu yang utama di hari Jumat yang merupakan waktu terkabulnya doa adalah dua pendapat berikut:

Pertama, ketika imam naik mimbar sampai berakhirnya waktu shalat Jumat.

Kedua, akhir waktu setelah shalat ashar sampai sebelum maghrib di hari Jumat.

Hendaknya setiap muslim bisa menyemangati dirinya sendiri untuk tidak melewatkan dua waktu yang utama ini dengan bersungguh-sungguh berdoa di waktu tersebut serta menaruh perhatian yang khusus sehingga bisa meraih kebaikan yang banyak.

Inilah di antara enam kondisi yang merupakan waktu terkabulnya doa. Tentunya penyebutan enam kondisi di atas hanyalah contoh dan bukan merupakan pembatasan. Masih

banyak kondisi lain yang juga merupakan kondisi terkabulkannya doa sebagaimana disebutkan dalam banyak dalil lainnya.

Ini adalah kiat penting yang kedua agar doa dikabulkan, yaitu memperhatikan waktu dan kondisi mustajab terkabulnya doa.



## Kiat Ketiga:

**Berdoa dengan hati khusyuk disertai merasa lemah dan butuh di hadapan Rabbnya, serta menghinakan diri dan merendahkan diri kepada-Nya**

Perkara yang disebutkan oleh Imam Ibnul Qayyim *Rahimahullah* ini sangat penting dalam masalah doa ataupun ibadah-ibadah yang lainnya. Di antara bentuk realisasi penghambaan adalah hendaknya seorang hamba merendahkan dan menghinakan diri di hadapan pencipta-Nya, terlebih lagi di saat berdoa dan meminta. Hal ini seperti yang Allah sebutkan dalam Al Qur'an,

أَدْعُوا رَبَّكُمْ تَضَرُّعًا وَخُفْيَةً إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

*“Berdoalah kepada Tuhanmu dengan merendahkan diri dan suara yang lembut. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas”* (QS. Al-A'raf: 55).

Imam At Thabari *Rahimahullah* menjelaskan dalam kitab tafsirnya bahwa yang dimaksud (تَضَرُّعًا) adalah menghinakan

diri dan merendahkan diri dengan menaati-Nya. Sedangkan (حُفِيَّةً) maksudnya adalah dengan khusyuknya hati mereka.

Maka hendaknya kondisi orang yang berdoa adalah menghadirkan khusyu dan merasa butuh ketika meminta kepada Rabbnya. Menyampaikan doa hendaknya juga dengan suara yang pelan dan penuh adab. Oleh karena itu, tatkala Nabi *Shallallahu 'alaihi wa sallam* mendengar sebagian sahabat mengeraskan suara mereka ketika berzikir dan berdoa, Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* memperingatkan mereka dengan bersabda,

أَيُّهَا النَّاسُ ارْبَعُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ، إِنَّكُمْ لَيْسَ تَدْعُونَ أَصَمًّا وَلَا غَائِبًا، إِنَّكُمْ  
تَدْعُونَ سَمِيعًا قَرِيبًا، وَهُوَ مَعَكُمْ

“Wahai sekalian manusia! Rendahkanlah suara kalian, karena sesungguhnya kalian tidak berdoa kepada Dzat yang tuli dan tidak ada! Sesungguhnya kalian berdoa kepada Dzat yang Maha Mendengar, serta dekat dengan kalian, dan Dia bersama kalian” (HR. Bukhari).

Al Hafidz Ibnu Hajar *Rahimahullah* berkata, “Ini menunjukkan dibencinya meninggikan suara ketika berzikir dan

berdoa. Demikianlah perkataan mayoritas perkataan ulama salaf dari kalangan sahabat dan *tabi'in*.”

Imam An-Nawawi *rahimahullah* memberi judul bab tatkala menyebutkan hadis ini dengan judul, “Disunnahkan merendahkan suara ketika berdzikir kecuali dalam kondisi terdapat dalil *syar'i* yang menyebutkan untuk mengeraskan bacaan dzikir atau doa.”

## Kiat Keempat: Menghadap Kiblat Ketika Berdoa

Menghadap kiblat termasuk merupakan adab penting ketika berdoa yang menunjukkan pengagungan orang yang berdoa dan sekaligus menunjukkan perhatian penting terhadap doanya.

Oleh karena itu, terdapat hadis yang shahih dari Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* dalam berbagai kesempatan beliau menghadap kiblat ketika berdoa. Seperti misalnya saat perang badar ketika beliau melihat banyaknya jumlah kaum musyrikin dibanding jumlah kaum muslimin, maka Nabi menghadap kiblat dan mengangkat kedua tangan beliau untuk berdoa. Hal ini karena ketika orang yang berdoa menghadap kiblat, hal itu merupakan sebab yang diharapkan bisa terkabulnya doa yang dia minta. Ini bukanlah merupakan syarat ketika berdoa, namun ini merupakan adab yang baik dan terpuji saat berdoa.

## Kiat Kelima: Dalam Keadaan Suci Saat Berdoa

Bersuci merupakan salah satu adab ketika berdoa. Tidak diragukan lagi bahwa ketika orang yang berdoa dalam keadaan suci, maka kondisinya lebih utama dan mulia untuk menyampaikan doanya kepada Allah, karena kondisi saat berwudhu jelas lebih sempurna daripada kondisi *hadats*.

Dari Al Muhajir bin Qunfudz *Radhiyallahu ‘anhu* bahwasanya beliau pernah mengucapkan salam kepada Nabi *Shallallahu ‘alaihi wasallam* di saat beliau sedang berwudhu. Beliau tidak menjawab salam saat itu. Setelah menyelesaikan wudhu, barulah beliau menjawab ucapan salam tadi. Beliau *Shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda,

إنه لم يمنعني أن أرد عليك إلا أنني كرهت أن أذكر الله إلا على طهارة

“Sesungguhnya tidaklah menghalangiku untuk menjawab ucapan salam darimu, melainkan karena aku tidak suka menyebut nama Allah kecuali dalam keadaan suci” (HR. Abu Dawud, shahih).

## Kiat Keenam: Mengangkat Tangan ketika Berdoa

Diriwayatkan dari sahabat Salman Al-Farisi *radhiyallahu 'anhu*, bahwasanya Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* bersabda,

إِنَّ رَبَّكُمْ تَبَارَكَ وَتَعَالَى حَيُّ كَرِيمٌ يَسْتَحْيِي مَنْ عَبْدَهُ إِذَا رَفَعَ يَدَيْهِ إِلَيْهِ أَنْ  
يُرُدَّهُمَا صِفْرًا

“Sesungguhnya Rabb-mu (Allah) Ta’ala adalah Maha Pemalu lagi Maha Mulia. Dia malu terhadap hamba-Nya (yang berdoa dengan) mengangkat kedua tangannya kepada-Nya kemudian Dia menolaknya dalam keadaan hampa” (HR. Abu Dawud, *shahih*)

Allah Yang Maha Kaya malu kepada hamba-Nya apabila ada hamba yang menengadahkan tangan kepada Allah kemudian tidak mendapatkan apa-apa. Hal ini karena keadaan mengangkat kedua tangan -yakni menghadapkan punggung telapak tangan ke atas atau ke arah kiblat- merupakan kondisi yang menunjukkan sangat fakir, rendah, dan hina, serta tampak sekali menunjukkan keadaan sangat membutuhkan.

Sehingga hal ini merupakan sebab terkabulnya doa di sisi Allah.

Hadis-hadis yang menunjukkan bahwa Nabi mengangkat tangan ketika berdoa sangatlah banyak. Bahkan Nabi *shallallahu ‘alaihi wasallam* bersungguh-sungguh mengangkat kedua tangan beliau dalam kondisi sulit dan genting. Hal ini di antaranya beliau lakukan saat perang Badar. Ketika Nabi *shallallahu ‘alaihi wasallam* melihat banyaknya jumlah pasukan kaum musyrikin dibandingkan kaum muslimin, beliau pun kemudian menghadap kiblat serta menjulurkan kedua tangan beliau ke atas seraya berdoa. Hal ini diceritakan oleh ‘Umar bin Khattab. Beliau mengatakan,

فَمَا زَالَ يَهْتِفُ بِرَبِّهِ، مَا دَامَ يَدَيْهِ مُسْتَقْبِلَ الْقِبْلَةِ، حَتَّى سَقَطَ رِدَاؤُهُ عَنِ  
مَنْكَبَيْهِ

*“Beliau terus memohon kepada Allah disertai mengangkat kedua tangannya menghadap kiblat, sampai-sampai sorban beliau terjatuh dari pundaknya.”* (HR. Muslim)

Demikian pula ketika terjadi kekeringan, beliau berdoa di atas mimbar saat salat *istisqa’*. Anas bin Malik *rahimahullah* mengisahkan,

أنه رفع يديه حتى رأيت بياض إبطيه

*“Rasulullah berdoa kemudian beliau mengangkat kedua tangannya sampai saya melihat putih kedua ketiak beliau.”*

(H.R Bukhari)



## Kiat Ketujuh: Dimulai dengan Memuji Allah dan Mengucapkan Shalawat sebelum Berdoa

Diriwayatkan dari Fadholah bin 'Ubaid *radhiyallahu 'anhu*, beliau berkata, "Rasulullah mendengar salah seorang berdoa saat shalat tanpa disertai dengan memuji Allah dan bershawat kepada Nabi. Maka Nabi memperingatkan orang tersebut agar jangan terburu-buru dalam berdoa. Rasulullah *shallallahu 'alaihi wasallam* memanggil orang tersebut dan bersabda kepadanya,

إِذَا صَلَّى أَحَدُكُمْ، فَلْيَبْدَأْ بِتَحْمِيدِ اللَّهِ تَعَالَى وَالتَّائِبِ عَلَيْهِ، ثُمَّ يُصَلِّ عَلَيَّ  
النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ يَدْعُو بِمَا شَاءَ

"Apabila salah seorang dari kalian berdoa, maka hendaknya dia memulai dengan tahmid dan pujian kepada Allah, kemudian bershawat kepada Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* kemudian berdoa dengan apa yang dikehendakinya."  
(HR. Abu Dawud, *shahih*)

Sikap yang lebih sempurna bagi seorang muslim apabila berdoa hendaknya memulai doanya dengan memuji dan menyanjung Allah, kemudian berselawat kepada Nabi, setelah itu baru dilanjutkan berdoa dan meminta kepada Allah sesuai apa yang diinginkan.

## Kiat Kedelapan: Taubat dan Istighfar ketika Berdoa

Sesungguhnya dosa-dosa merupakan penghalang yang nyata untuk terkabulnya doa, sebagaimana hal ini diterangkan oleh Nabi shallallahu 'alaihi wasallam,

الرَّجُلَ يُطِيلُ السَّفَرَ أَشْعَثَ أَغْبَرَ، يَمُدُّ يَدَيْهِ إِلَى السَّمَاءِ، يَا رَبِّ، يَا رَبِّ،  
وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ، وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ، وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ، وَعُذِي بِالْحَرَامِ، فَأَنَّى  
يُسْتَجَابُ لِذَلِكَ؟

*“Ada seorang lelaki yang telah menempuh perjalanan panjang, sehingga rambutnya kusut dan berdebu. Ia menengadahkan tangannya ke langit dan berkata, ‘Wahai Rabb-ku ... Wahai Rabb-ku ...’ Namun makanannya haram, minumannya haram, pakaiannya haram, dan dia diberi makan dari yang haram. Bagaimana mungkin doanya dikabulkan?” (HR. Muslim)*

Orang ini telah terkumpul pada dirinya sebab-sebab terkabulnya doa. Dia berdoa dalam keadaan safar serta juga mengangkat kedua tangannya ke langit ketika berdoa.

Akan tetapi, dia tidak menjaga dari perkara haram. Pakaian, minuman, dan makanannya berasal dari yang haram. Ini semua merupakan penghalang terkabulnya doa.

Salah seorang ulama saleh terdahulu berkata,

لا تستبطئ الإجابة وقد سددت طريقها بالذنوب

*“Janganlah Engkau menganggap Allah terlambat mengabulkan doamu, karena sungguh Engkau telah menutupi jalan terkabulnya doa dengan dosa-dosamu.”*

Oleh karena itu, Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam bertaubat kepada Allah dalam sehari sebanyak seratus kali dan juga memotivasi umatnya untuk melakukannya. Beliau shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda,

يا أيها الناس، توبوا إلي الله واستغفروه ، فإنني أتوب في اليوم مائة مرة

*“Wahai sekalian manusia, bertaubat dan minta ampunlah (istighfar) kepada Allah Subhanahu wa Ta’ala, sesungguhnya aku meminta ampun kepada Allah seratus kali setiap hari.”*

(HR. Muslim)

Maka hendaknya setiap mukmin menasihati dirinya untuk memperbanyak istighfar dan taubat dengan mengakui perbuatan dosanya, menyesal sudah melakukannya, dan bertekad kuat untuk tidak mengulanginya lagi. Terlebih lagi ketika berdoa, karena itu merupakan sebab Allah menerima taubatnya dan dikabulkan doa serta dipenuhi permintaanya oleh Allah.

## Kiat Kesembilan: Serius dan Mengulang-ulang Doa serta Tidak Tergesa-gesa Ingin Dikabulkan

Dari Abu Hurairah *radhiyallahu 'anhu*, Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

يُسْتَجَابُ لِأَحَدِكُمْ مَا لَمْ يُعَجَّلْ يَقُولُ: دَعَوْتُ فَلَمْ يُسْتَجَبْ لِي

*“Doa seseorang di antara kalian akan dikabulkan selama dia tidak tergesa-gesa sehingga mengucapkan, “Aku telah berdoa, namun doaku belum terkabulkan.” (HR. Bukhari)*

Di antara adab doa yang agung adalah memohon dengan serius, mengulang-ulang bacaan doa, terus-menerus berdoa, serta mencari waktu yang utama untuk berdoa. Barangsiapa yang terus menerus mengetuk pintu-pintu doa, akan semakin dekat kemungkinan dibuka pintu untuknya.

Barangsiapa merenungkan doa *ulil albaab* yang Allah *Ta'ala* sebutkan di akhir surat Ali Imran tentang bagaimana mereka mengulangi ucapan *“Rabbanaa”* sebanyak lima kali

dalam doa mereka, maka akhirnya Allah sebutkan di akhir surat,

فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ

“Maka Tuhan mereka memperkenankan permohonannya.” (QS. Ali Imran : 195)

Hendaknya seorang hamba tidak tergesa-gesa ingin dikabulkan doanya, karena sikap tergesa-gesa adalah di antara hal merusak yang merupakan penghalang terkabulnya doa. Sesungguhnya sikap tergesa-gesa akan memperlambat pengabulan doa. Imam Ibnul Qayyim *rahimahullah* menekankan dalam perkataan beliau,

وَالْحَّ عَلَيْهِ فِي الْمَسْأَلَةِ، وَتَمَلُّقَهُ

“Bersikap serius dalam meminta, dan penuh adab dalam berdoa.”

Yang dimaksud bersikap *tamalluq* adalah pelan dan lemah lembut dalam meminta. Beliau *rahimahullah* mengisyaratkan dengan hal ini bahwasanya berdoa hendaknya pelan-pelan, penuh adab, dan menampakkan rasa butuh kepada Allah *Rabbul' aalamin*.

## Kiat Kesepuluh: Berdoa Disertai dengan Penuh Harap dan Takut

Menggabungkan antara *raghbah* (rasa harap) dan *rahbah* (rasa cemas/takut) merupakan perkara penting untuk mendapat keberhasilan dalam berdoa dan ibadah yang lainnya. Seorang mukmin seyogyanya dalam ibadahnya menggabungkan antara rasa harap dan takut. Ketika Allah menyebutkan kisah para nabi dalam surat Al Anbiya' dan bagaimana mereka selamat dari berbagai kesulitan dan ujian, di akhir ayat Allah menyebutkan,

فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَوَهَبْنَا لَهُ يَحْيَىٰ وَأَصْلَحْنَا لَهُ رَوْحَهُ إِنَّهُمْ كَانُوا يُسَارِعُونَ فِي  
الْخَيْرَاتِ وَيَدْعُونَنَا رَغَبًا وَرَهَبًا وَكَانُوا لَنَا خَاشِعِينَ

“Maka Kami memperkenankan doanya, dan Kami anugerahkan kepadanya Yahya dan Kami jadikan istrinya dapat mengandung. Sesungguhnya mereka adalah orang-orang yang selalu bersegera dalam (mengerjakan) perbuatan-perbuatan yang baik dan mereka berdoa kepada Kami dengan harap dan cemas. Dan mereka adalah orang-orang yang khusyu' kepada Kami.” (QS. Al Anbiya': 90)



Mereka menggabungkan dalam doa mereka antara rasa takut dan harap. *Raghbah* adalah berharap dengan apa yang ada di sisi Allah. Orang yang berdoa meminta kepada Rabbnya dalam keadaan berharap dengan keutamaan dan nikmat dari-Nya. Adapun *rahbah* adalah rasa takut dari azab-Nya dan pedihnya hukuman dari-Nya.

Di antara sifat orang mukmin yang sempurna adalah,

وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ

“Dan orang-orang yang memberikan apa yang telah mereka berikan, dengan hati yang takut.” (QS. Al Mukminun: 60)

Mereka bersungguh-sungguh dalam ibadah berharap pahala dari *Rabbul ‘alamin*, namun hati mereka disertai kekhawatiran tidak diterimanya amal-amal mereka. Mereka senantiasa menggabungkan dalam ibadah mereka antara *raghbah* dan *rahbah*.

Contoh lain adalah doa Nabi Ibrahim *khalilur rahman* ketika Allah memerintahkan beliau untuk membangun *Baitullah al Haraam*. Beliau berdoa,

رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

“Ya Tuhan kami, terimalah dari kami (amalan kami), sesungguhnya Engkau lah Yang Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui.” (QS. Al Baqarah: 127)

Beliau adalah termasuk rasul *'ulul azmi* yang juga merupakan kekasih Allah yang dijuluki *khalilur rahman*. Beliau pula lah yang melakukan amal yang paling mulia, yaitu membangun dan memakmurkan *Baitullah*. Meskipun begitu, beliau masih tetap berdoa kepada Allah dengan berharap Allah menerima darinya amal tersebut.

Oleh karena itu, Wuhaib bin Ward *rahimahullah* menangis tatkala membaca ayat ini, seraya berkata,

يا خليل الرحمن ترفع قوائم بيت الرحمن وأنت مُشفق أن لا يتقبل منك

“Wahai *khalilur rahman*, Engkau membangun *baitur rahman*, namun Engkau sangat khawatir Allah tidak menerima amalmu.”

## Kiat Kesebelas: Ber-tawasul dengan nama dan sifat Allah serta tauhid kepada-Nya

*Tawassul* kepada Allah dengan nama-nama dan sifat-sifatNya merupakan *wasilah* yang penting agar doa bisa dikabulkan. Allah *Ta'ala* memerintahkan untuk melakukan hal ini melalui firman-Nya,

وَلِلَّهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنَىٰ فَادْعُوهُ بِهَا

“Hanya milik Allah *al-asma'ul husna*. Maka berdoalah kepada-Nya dengan menyebut *al-asma'ul husna* tersebut.”  
(QS. Al-A'raf : 180)

Oleh karena itu, mayoritas doa Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* dan juga para nabi sebelumnya memuat di dalamnya *tawasul* kepada Allah dengan nama dan sifat-Nya. Doa yang dipanjatkan mengandung nama dan sifat Allah yang sesuai dengan permintaannya. Seperti doa Nabi Syu'aib *'alaihissalam*,

رَبَّنَا افْتَحْ بَيْنَنَا وَبَيْنَ قَوْمِنَا بِالْحَقِّ وَأَنْتَ خَيْرُ الْفَاتِحِينَ

“Ya Tuhan kami, berilah keputusan antara kami dan kaum kami dengan hak (adil) dan Engkaulah Pemberi keputusan yang sebaik-baiknya.” (QS. Al-A’raf : 89)

Begitu juga dalam doa Nabi Isa ‘alaihissalam,

وَأَرْزُقْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ

“Berilah kami rizki, dan Engkaulah pemberi rizki Yang Paling Utama.” (QS. Al-Maidah: 114)

Nabi pernah mengajarkan doa kepada Abu Bakr radhiyallahu ‘anhu,

اللَّهُمَّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي ظُلْمًا كَثِيرًا وَلَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ ، فَاعْفِرْ لِي  
مَغْفِرَةً مِنْ عِنْدِكَ ، وَارْحَمْنِي إِنَّكَ أَنْتَ الْعَفُورُ الرَّحِيمُ

“Ya Allah, sungguh aku telah menzalimi diriku sendiri dengan kezaliman yang banyak, sedangkan tidak ada yang dapat mengampuni dosa-dosa kecuali Engkau. Oleh karena itu, ampunilah aku dengan suatu pengampunan dari sisi-Mu dan rahmatilah aku. Sesungguhnya Engkau Maha Pengampun lagi Maha Penyayang).” (HR. Bukhari dan Muslim)

Nabi shallallahu 'alaihi wasallam sendiri juga mengajarkan kepada umatnya untuk bertawasul kepada Allah dengan kandungan *al-asma'ul husna*. Beliau shallallahu 'alaihi wasallam bersabda,

مَا قَالَ عَبْدٌ قَطُّ إِذَا أَصَابَهُ هُمٌّ وَحَزَنٌ

“Tidak ada seorang pun yang sedang dilanda kegundahan dan kesedihan, lalu mengucapkan doa ini,

اللَّهُمَّ إِنِّي عَبْدُكَ، وَابْنُ عَبْدِكَ، ابْنُ أُمَّتِكَ، تَأْصِيتِي بِيَدِكَ، مَاضٍ فِيَّ  
حُكْمُكَ، عَدْلٌ فِيَّ قِصَاؤُكَ، أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَ لَكَ، سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ، أَوْ  
أَنْزَلْتَهُ فِي كِتَابِكَ، أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ، أَوْ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِي عِلْمِ  
الْغَيْبِ عِنْدَكَ، أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ رَبِيعَ قَلْبِي، وَنُورَ صَدْرِي، وَجِلَاءَ حُزْنِي،  
وَدَهَابَ هَمِّي

”Ya Allah, sesungguhnya diri ini adalah hamba-Mu, anak dari hamba laki-laki Mu, dan anak dari hamba perempuanMu, ubun-ubunku berada dalam genggamannya, hukum-Mu telah berjalan, dan keputusanMu merupakan keputusan yang adil. Aku memohon dengan seluruh nama-nama-Mu, yang Engkau namai diri-Mu, atau nama yang Engkau turunkan dalam kitab-Mu, atau telah Engkau ajarkan kepada seseorang dari hamba-Mu, atau nama yang masih Engkau simpan disisi-Mu,

*jadikan Al-Qur'an sebagai penentram jiwaku, cahaya hatiku, pelenyap duka dan lara ku."*

إِلَّا أَذْهَبَ اللَّهُ عَزَّ وَجَلَّ هَمَّهُ، وَأَبْدَلَهُ مَكَانَ حُزْنِهِ فَرَحًا

*"Tidaklah seseorang mengucapkan doa tersebut, melainkan Allāh akan hilangkan kesedihannya, dan akan jadikan kebahagiaan untuknya."*

Para sahabat berkata,

يَا رَسُولَ اللَّهِ يَنْبَغِي لَنَا أَنْ نَتَعَلَّمَ هَؤُلَاءِ الْكَلِمَاتِ

*"Wahai Rasulullah, seharusnya kita mempelajari dan menghafal doa tersebut."*

Beliau Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam menjawab,

أَجَلٌ، يَنْبَغِي لِمَنْ سَمِعَهُنَّ أَنْ يَتَعَلَّمَهُنَّ

*"Betul sekali, hendaknya seorang yang mendengar doa ini untuk mempelajarinya." (HR. Ahmad, shahih)*

Imam Ibnul Qayyim rahimahullah menjelaskan bahwa yang dimaksud ber-tawasul dengan tauhid adalah disyariatkan dan dianjurkan untuk ber-tawasul dengan wasilah tauhid yang agung ini, yaitu dengan tauhid dan keimanan kepada Allah. Ini

merupakan salah satu bentuk *tawasul* yang paling agung dan mulia. Di antara yang mempertegas tentang *tawasul* ini adalah apa yang Allah Ta'ala sebutkan tentang doanya orang beriman,

رَبَّنَا إِنَّا سَمِعْنَا مُنَادِيًا يُنَادِي لِلْإِيمَانِ أَنْ آمِنُوا بِرَبِّكُمْ فَآمَنَّا رَبَّنَا فَاغْفِرْ لَنَا  
ذُنُوبَنَا وَكَفِّرْ عَنَّا سَيِّئَاتِنَا وَتَوَفَّنَا مَعَ الْأَبْرَارِ

*“Ya Tuhan kami, sesungguhnya kami mendengar (seruan) yang menyeru kepada iman, (yaitu), ‘Berimanlah kamu kepada Tuhanmu!’ Maka kami pun beriman. Ya Tuhan kami, ampunilah bagi kami dosa-dosa kami dan hapuskanlah dari kami kesalahan-kesalahan kami, dan wafatkanlah kami beserta orang-orang yang banyak berbakti.”* (QS. Ali Imran: 193)

Oleh karena itu, ketika Nabi mendengar ada orang yang berdoa,

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِأَنِّي أَشْهَدُ أَنَّكَ أَنْتَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ الْأَحَدُ الصَّمَدُ  
الَّذِي لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ

*“Ya Allah, sesungguhnya saya memohon kepada-Mu, dengan saya bersaksi bahwa Engkau adalah Yang Berhak diibadahi, tiada sesembahan yang berhak disembah kecuali Engkau, Yang*

*Maha Esa lagi Maha Sempurna Sifat-Nya, tidak melahirkan dan tidak dilahirkan, serta tidak ada satu pun yang setara dengan-Nya.”*

Maka Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* pun bersabda,

لقد سألت الله بالاسم الأعظم الذي إذا سئل به أعطى وإذا دُعي به  
أجاب

*“Sungguh Anda telah memohon kepada Allah dengan nama-Nya yang teragung yang apabila Dia dimintai dengan (menyebut) nama-Nya tersebut, Dia akan memberinya, serta apabila Dia dimohon dengan (menyebut) nama-Nya tersebut, Dia akan mengabulkannya.” (HR. Abu Dawud, shahih)*



## Kiat Keduabelas: Berdoa Diiringi Dengan Sedekah

Sedekah adalah perkara yang agung. Nabi *shallallahu 'alaihi wasallam* bersabda,

صَدَقَةُ السِّرِّ تُطْفِئُ عَضَبَ الرَّبِّ

“Sedekah secara sembunyi meredamkan amarah Allah.” (HR. Ath-Thabrani, *shahih*)

Tidak diragukan lagi bahwa hilangnya murka Allah pada hamba merupakan sebab terkabulnya doa dan dikabulkan permintaan.

Demikian juga dengan amal saleh yang lainnya yang disyariatkan bagi orang mukmin untuk ber-*tawasul* kepada Allah dengan amal saleh tersebut.

## Kiat Ketigabelas: Memilih doa dengan doa mustajab yang diajarkan Nabi

Setiap muslim, apabila memilih doa yang disebutkan oleh Nabi, kemudian berdoa dengan doa tersebut disertai kejujuran dan merasa butuh kepada Allah, maka insyaallah doanya tidak akan sia-sia.

Contohnya adalah doanya Nabi Yunus. Hal ini pernah disebutkan oleh Nabi shallallahu 'alaihi wasallam, "Doa Dzun Nuun (Nabi Yunus) ketika ia berdoa dalam perut ikan paus adalah,

لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ.

'Tidak ada tuhan yang berhak disembah kecuali Engkau, Maha Suci Engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk di antara orang-orang yang berbuat aniaya.'

قَائِلُهُ لَمْ يَدْعُ بِهَا رَجُلٌ مُسْلِمٌ فِي شَيْءٍ قَطُّ إِلَّا اسْتَجَابَ اللَّهُ لَهُ

*“Sesungguhnya tidaklah seorang muslim berdoa dengannya dalam suatu masalah, melainkan Allah kabulkan baginya.”*  
(HR. Tirmidzi, sahih)

Dari Anas, dia pernah bersama Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam dan mendengar ada seseorang yang berdoa,

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ يَا بَارِكُ لَكَ الْحَمْدُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ الْمَنَّانُ بَدِيعُ السَّمَوَاتِ  
وَالْأَرْضِ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ

*“Ya Allah, aku meminta pada-Mu karena segala puji hanya untuk-Mu, tidak ada sesembahan yang berhak disembah kecuali Engkau, Yang Banyak Memberi Karunia, Yang Menciptakan langit dan bumi, Wahai Allah yang Maha Mulia dan Penuh Kemuliaan, Ya Hayyu Ya Qayyum . “*

Kemudian Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda,  
*“Sungguh ia telah berdoa pada Allah dengan nama yang agung di mana siapa yang berdoa dengan nama tersebut, maka akan diijabahi. Dan jika diminta dengan nama tersebut, maka Allah akan beri.”* (HR. Abu Dawud , sahih).

## Penutup

Demikianlah sejumlah kaidah atau ketentuan dan adab penting dalam berdoa yang dipaparkan oleh Ibnul Qayyim *rahimahullah*. Hendaknya setiap muslim bersungguh-sungguh untuk berupaya di dalam doanya. Karena sesungguhnya tatkala terkumpul di dalamnya banyak sebab terkabulnya doa, maka hal ini kan membuahkan hasil sebagaimana disebutkan oleh Ibnul Qayyim dalam ungkapan beliau,

فان هذا الدعاء لا يكاد يردّ أبدا

*“Sesungguhnya doa yang dilakukan seperti ini hampir-hampir tidak akan pernah tertolak. “*

Ya Allah, perbaikilah agama kami yang menjadi pokok pegangan urusan kami, perbaikilah urusan dunia kami yang menjadi tempat kehidupan kami, perbaikilah akhirat kami yang menjadi tempat kami kembali. Jadikanlah kehidupan kami mempunyai nilai tambah bagi kami dalam segala kebaikan dan jadikanlah kematian kami sebagai kebebasan dari segala keburukan.

*Allahu Ta'ala A'lam. Wa shallallahu 'ala Nabiiyina Muhammad wa 'ala Alihi wa shahbihi ajma'iin.*

Sumber:

*Al-Du'ā' alladzī Lā Yurod* karya Syaikh Prof. Dr. 'Abdurrazzaq bin 'Abdil Muhsin al-Badr *hafidzahullah* yang diunduh dari: <https://www.al-badr.net/ebook/192>

**Penulis: dr. Adika Mianoki, Sp.S**