

BAB IV

PENGEMBANGAN MATERI FIKIH BERBASIS *ESQ*

Materi yang akan dikembangkan oleh penulis dalam bahasan ini adalah materi fikih kelas tujuh semester pertama berdasarkan standar isi yang ada di dalam Permenag nomor 2 tahun 2008 yang meliputi materi *taharah* (bersuci), salat fardu dan sujud sahwi, azan, ikamah dan salat berjamaah serta materi dhikr dan doa setelah salat. Sedangkan buku yang digunakan penulis untuk pengembangan materi fikih MTs adalah buku *Fikih MTs 1* karangan Amir Bayan dan Zainul Muttaqin diterbitkan oleh Toha Putra Semarang tahun 2008 dan buku pendukung *Penerapan Fikih Kelas VII Madrasah Tsanawiyah* karangan T. Ibrahim dan H. Darsono cetakan Tiga Serangkai Solo tahun 2009". Jadi, semua materi yang ada dalam tulisan ini selain materi *ESQ* diambil dari buku diatas.

Materi ini dipilih oleh penulis karena (1) merupakan materi paling awal yang diterima oleh siswa MTs., (2) materi ini merupakan materi yang sangat pokok karena menyangkut ibadah siswa sehari-hari.

A. *Taharah*

1. Pengertian *Taharah*

Kata *taharah* (الطهارة) menurut bahasa artinya bersih, kebersihan atau bersuci. *Taharah* menurut istilah adalah suatu kegiatan bersuci baik dari najis dan hadas sehingga seseorang diperbolehkan untuk mengerjakan suatu ibadah yang menuntut dalam keadaan suci seperti salat dan tawaf. Kegiatan bersuci dari najis meliputi menyucikan badan, pakaian dan

tempat, sedangkan bersuci dari hadas dapat dilakukan dengan berwudu, tayamum dan mandi.

Allah berfirman:

إِنَّ اللَّهَ تُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَ يُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ ﴿٢٢٢﴾

Artinya: Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.¹

1. Pengertian Najis, Hadas dan Kotoran

Kata Najis berasal dari bahasa arab النجاسة yang artinya kotoran. Najis menurut istilah adalah suatu bendah yang kotor yang mencegah sahnya mengerjakan suatu ibadah yang dituntut harus dalam keadaan suci seperti salat dan tawaf.

Kata hadas berasal dari bahasa arab الحدث yang artinya menurut bahasa adalah sesuai peristiwa atau juga dapat diartikan kotoran atau tidak suci. Hadas menurut istilah ialah keadaan tidak suci bagi seseorang sehingga menjadikannya tidak syah dalam melakukan ibadah tertentu.

Sedangkan kotoran ialah sesuatu yang kotor dan tidak sedap dipandang mata. Kotor ini ada yang hukumnya najis seperti kotoran manusia, kotoran binatang, darah, dan ada yang hukumnya tidak najis seperti sampah buangan sayur-mayur dan sisa debu yang melekat pada badan dan pakaian manusia.

2. Macam-Macam Najis dan Tata Cara *Taharahnya*

¹al-Qur'an, 2 (al-Baqarah): 222.

Najis yang mencegah sahnya salat tersebut terbagi menjadi tiga macam, yaitu: najis *mukhaffafah* (المخففة), najis *mutawassitah* (المتوسطة), dan najis *mughallazah* (المغلظة).

a. Najis *mukhaffafah* artinya najis yang ringan

Yang termasuk najis *mukhaffafah* ialah air kencing anak laki-laki yang belum berumur dua tahun dan belum makan atau minum sesuatu kecuali air susu ibu (ASI)

Cara mensucikan najis *mukhaffafah* adalah dengan memercikan air pada benda yang terkena najis *mukhaffafah* itu. Rasulullah saw bersabda:

يُغَسَّلُ مِنْ بَوْلِ الْجَارِيَةِ وَيُرَشُّ مِنْ بَوْلِ الْغُلَامِ (رواه ابو داود)²

Artinya: kencing anak perempuan itu dibasuh, sedangkan kencing anak laki-laki itu diperciki. (hadis riwayat Abu>Dawud, untuk selanjutnya, hadis riwayat di singkat HR)

b. Najis *mutawassitah* artinya najis yang sedang

Yang termasuk najis *mutawassita* (najis sedang) adalah:

1) Bagkai binatang darat yang berdarah sewaktu hidupnya. Allah swt

berfirman:

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمْ أَلْمَيْتَةُ

Artinya: diharamkan bagimu (memakan) bangkai.³

²Abu>Dawud Sulaiman, *Sunan Abi>Dawud* (al-Maktabah al-Shamilah)

³al-Qur'an, 5 (al-Maidah):3

Yang dimaksud dengan bangkai adalah binatang yang mati karena tidak disembelih, atau disembelih tetapi tidak menurut aturan shari'ah islam.

Yang tidak termasuk najis adalah bangkai belalang dan ikan, tanduk, bulu, dan kulit binatang, seperti belalang, bulu domba, dan semacamnya.

2) Darah

Semua macam darah adalah najis. Allah swt berfirman:

حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَالدَّمُ وَلَحْمُ الْخِنْزِيرِ

Artinya: Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi.⁴

Jika darah itu sedikit maka darah itu dapat dimaafkan seperti darah nyamuk yang melekat pada badan atau pakaian, darah bisul, dan darah karena luka kecil.

3) Nanah, yaitu darah yang tidak sehat dan sudah membusuk.

4) Kotoran manusia dan kotoran binatang

Semua benda baik yang padat maupun yang cair yang keluar dari kubul atau dubur manusia ataupun binatang hukmnya najis kecuali mani

5) Arak (*Khamr*)

Semua minuman keras yang memabukkan termasuk benda najis. Hal ini berdasarkan firman Allah swt. Sebagai berikut:

⁴al-Qur'an, 5(al-Ma'idah):3

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ
وَالْأَزْلَمُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ ﴿٩٠﴾

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, Sesungguhnya (meminum) khamar, berjudi, (berkorban untuk) berhala, mengundi nasib dengan panah, adalah Termasuk perbuatan syaitan.⁵

Najis mutawassita terbagi menjadi dua bagian yaitu:

- 1) Najis '*ainiyah*, Yaitu najis *mutawassitah* yang masih kelihatan wujud, warna, dan baunya.
- 2) Najis *hukmiyah*, Yaitu najis *mutawassitah* yang diyakini ada, tetapi sudah tidak kelihatan wujudnya, warna dan baunya. Contoh air kencing yang sudah kering yang terdapat pada pakaian.

Cara mensucikan najis mutawassita '*ainiyah* dengan menghilangkan najis tersebut dan membasuhnya dengan air sampai hilang warna, rasa, dan baunya, sedangkan *hukmiyah* cukup dengan memercikkan air.

- c. Najis *mughallazhah* artinya najis yang berat.

Yang termasuk najis *mughallazhah* (najis berat) adalah air liur serta kotoran anjing dan babi. Cara mensucikan najis *mughallazhah* adalah dengan mencuci najis tersebut sebanyak tujuh kali dengan air, salah satu di antaranya dengan memakai debu yang suci. Rasulullah saw. Bersabda:

طَهُورٌ إِنَاءٌ أَحَدِكُمْ إِذَا وَلَغَ فِيهِ الْكَلْبُ أَنْ يَغْسِلَهُ سَبْعَ مَرَّاتٍ أُولَاهُنَّ
بِالْثَّرَابِ (رواه مسلم عن أبي هريرة)⁶

⁵al-Qur'an, 5(al-Ma'idah):90

Artinya: sucinya tempat dan peralatan salah seorang di antaramu, apabila dijilat anjing hendaknya dicuci tujuh kali, permulaan dari tujuh kali itu harus dengan tanah atau debu. (HR. Muslim dari **Abu> Hurairah**)

3. Macam- Macam *Hadas* dan Tatacara *Taharahnya*

Hadas ada dua macam yaitu: *hadas* kecil dan *hadas* besar.

- a. *Hadas* kecil yaitu: keadaan seseorang tidak suci, dan supaya ia menjadi suci maka ia harus wudu atau jika tidak ada air atau ada halangan, maka diganti dengan tayamum.

Hal-hal yang menyebabkan seseorang ber*hadas* kecil ialah:

- 1) Karena keluar sesuatu dari salah dua lobang, yaitu qubul dan dubur.

Allah swt berfirman:

أَوْ جَاءَ أَحَدٌ مِّنْكُمْ مِنَ الْغَائِطِ

Artinya: Atau kembali dari tempat buang air (kakus)...⁷

- 2) Karena hilang akal nya disebabkan mabuk, gila atau sebab lain seperti tidur. Rasulullah saw bersabda:

رُفِعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثَةٍ عَنِ الصَّبِيِّ حَتَّى يَبْلُغَ وَعَنِ النَّائِمِ حَتَّى يَسْتَيْقِظَ
وَعَنِ الْمَجْنُونِ حَتَّى يُفِيْقَ⁸

Artinya: Telah diangkat pena itu dari tiga perkara, yaitu dari anak-anak sehingga ia dewasa, dari orang tidur hingga ia bangun, dan dari orang gila hingga ia sehat kembali. (HR. **Abu>Dawud** dan Ibn **Majah**)

⁶Muslim Ibn al-Hajjaj, *Sahih/Muslim*, (Al-Maktabah al-Shamilah)

⁷al-Qur'an, 5(al-Ma'idah):6

⁸Abu>Dawud Sulaiman, *Sunan Abi>Dawud* (Al-Maktabah al-Shamilah), lihat juga di *Sunan Ibnu Majah*

- 3) Karena persentuhan antara kulit laki-laki dengan kulit perempuan yang bukan mahromnya, dan tanpa ada batas yang menghalangnya.

Allah swt. Berfirman:

أَوْ لَمَسْتُمُ النِّسَاءَ

Artinya: atau menyentuh perempuan⁹

- 4) Karena menyentuh kelamin, baik kemaluannya sendiri maupun kemaluan orang lain dengan telapak tangan dan jari.

Rasulullah saw bersabda:

رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ مَنْ مَسَّ ذَكَرَهُ فَلْيَتَوَضَّأْ¹⁰

Artinya: Rasulullah saw bersabda barang siapa yang menyentuh kemaluannya hendaklah ia berwudu. (HR. **Al-Bukhari** Muslim)

b. Hadas Besar

Yang dimaksud dengan hadas besar adalah keadaan seseorang tidak suci, dan supaya ia menjadi suci, maka ia harus mandi atau kalau tidak ada air/ada halangan, maka diganti dengan tayamum.

Hal-hal yang menyebabkan orang berhadas besar ialah:

- 1) Bertemunya dua kelamin laki-laki dan perempuan (bersetubuh)

baik keluar mani ataupun tidak. Rasulullah saw bersabda:

قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا التَّقَى الْخِنَانَانِ فَقَدْ وَجَبَ الْغُسْلُ
وَإِنْ لَمْ يُنْزَلْ¹¹

⁹al-Qur'an, 5(al-Ma'idah):6

¹⁰Muhammad Isma'îl al-Bukhārī, *Shāhīh al-Bukhārī* (Al-Maktabah al-Shāmilah), lihat juga *Shāhīh Muslim*

¹¹Muslim Ibn al-Hājāj, *Shāhīh Muslim*, (Al-Maktabah al-Shāmilah)

Artinya: rasulallah saw bersabda “apabila bertemu dua khitan maka sungguh ia wajib mandi meskipun tidak keluar mani. (HR. Muslim)

- 2) Keluar mani, baik karena mimpi atau sebab lain. Rasulullah saw bersabda:

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ الْخُدْرِيِّ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ إِنَّمَا الْمَاءُ مِنَ الْمَاءِ¹²

Artinya: Dari Abu Said al-Khudri ra. Dari Nabi saw bersabda “sesungguhnya air itu dari air” maksudnya wajib mandi karena keluar air mani. (HR. Muslim)

- 3) Meninggal dunia. Hal ini sesuai dengan hadis Nabi sebagai berikut:

وَعَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا: أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ فِي الَّذِي سَقَطَ عَنْ رَأْسِهِ فَمَاتَ اغْسِلُوهُ بِمَاءٍ وَسِدْرٍ وَكَفِّنُوهُ فِي تَوْبَيْنٍ¹³

Artinya: dari ibnu abbas ra. Sesungguhnya rasulallah bersabda ”tentang orang yang meninggal karena terjatuh dari kendaraannya, mandikanlah dengan air dan bidarah dan kafanilah dengan dua kain. (HR. Al-Bukhari Muslim)

- 4) Haid (menstruasi). Yaitu darah yang keluar dari wanita yang telah dewasa pada setiap bulan.
- 5) *Nifas*. Yaitu darah yang keluar dari seorang ibu sehabis melahirkan.
- 6) *Wiladah* (melahirkan anak).

4. Alat-Alat Bersuci

¹²Ibid

¹³Muhammad Isma'îl al-Bukhārî, *Shihjhal-Bukhārî* (Al-Maktabah al-Shāmilah), lihat juga *Shihjhal-Muslim*

Alat-alat yang dipergunakan dalam *taharah* terdiri dari dua macam yaitu air dan bukan air. Air yang dapat digunakan bersuci terdiri dari tujuh air yaitu : air hujan ,air laut,air sungai, air sumur, air dari mata air,air salju, air embun.

Sedangkan alat-alat bersuci selain air terdiri dari debu dan benda-benda kesat yang lain seperti: batu, kayu, kertas, dan sebagainya.

5. Macam- Macam Air

Ditinjau dari segi hukum, air terbagi menjadi empat macam:

a. Air mutlak atau *ṭḥīr mutḥīr* (suci menyucikan)

Yang dimaksud dengan air mutlak ialah air yang masih asli belum tercampur dengan benda lain dan tidak terkena najis. Air mutlak itu hukumnya suci dan dapat menyucikan. Yang termasuk jenis air mutlak ialah: air hujan, air laut, dan macam-macam air lain yang sudah disebutkan di atas. Allah swt berfirman:

وَيُنزِلُ عَلَيْكُمْ مِّنَ السَّمَاءِ مَاءً لِّيُطَهِّرَكُم بِهِ

Artinya: Dan Allah menurunkan kepadamu hujan dari langit untuk mensucikan kamu dengan hujan itu.¹⁴

Dalam *hadis* yang diriwayatkan **Abu>Hurairah** , bahwa ada seorang laki-laki bertanya kepada Rasulullah, dan ia berkata, “kami pergi berlayar dan kami membawa air hanya sedikit. Jika kami memakai air itu untuk berwudu kami tidak dapat minum. Bolehkah kami berwudu dengan air laut? “Nabi saw bersabda:

¹⁴al-Qur’aa, 8(al-Anfal):11

هُوَ الطَّهْرُ مَاؤُهُ الْحَلُّ مَيْتَهُ¹⁵

Artinya: laut itu suci dan bangkainya halal dimakan. (HR. al-Turmudhi)

b. Air makruh yaitu air *mushammas*

Yang dimaksud dengan air *musammas* ialah air yang dipanaskan dengan terik matahari dalam tempat logam yang dibuat dari seng atau besi, tembaga, baja, alumunium yang masing-masing benda logam itu berkarat. Air musammas seperti ini hukumnya makruh, karena itu suci dan menyucikan tetapi makruh untuk digunakan karena dikhawatirkan dapat menimbulkan penyakit. Rasulullah saw bersabda:

يَا حُمَيْرَاءُ لَا تَفْعَلِي فَإِنَّهُ يُورِثُ الْبَرَصَ¹⁶

Artinya: wahai humairah! Jangan engkau berbuat begitu karena yang demikian itu akan menimbulkan penyakit baros (sopak). (HR. al-Baihaqi)

c. Air *musta'mal* atau *tāhir ghairu mutāhhir* (Tidak Menyucikan)

Yang dimaksud dengan air *tāhir ghairu mutāhhir* ialah air yang suci tetapi tidak dapat menyucikan. Ada tiga macam air yang termasuk jenis air ini, yaitu:

- 1). Air suci yang dicampur dengan benda suci yang lain sehingga berubah salah satu sifatnya (warna, rasa, atau baunya). Contoh air kopi, air teh, dan lain sebagainya.
- 2) Air suci yang sedikit yang kurang dari dua kullah dan sudah dipergunakan untuk bersuci walaupun tidak berubah sifatnya, atau

¹⁵Muhammad Ibnu 'Isa al-Turmudhi, *Sunan al-Turmudhi* (Al-Maktabah al-Shamilah)

¹⁶Ahmad Ibnu Husain al-Baihaqi, *Sunan al-baihaqi al-Kubra* (Al-Maktabah al-Shamilah)

air dua kullah yang sudah dipergunakan untuk bersuci dan telah berubah salah satu sifatnya.

3) Air buah-buahan atau air yang ada di dalam pohon misalnya, pohon pisang dan lain-lainnya.

d. Air *Mutanajjis* atau Air yang Terkena Najis

Yang dimaksud air *mutanajjis* ialah air yang tadinya suci kurang dari dua kullah tetapi terkena najis dan telah berubah salah satu sifatnya. Air seperti ini hukumnya najis, tidak boleh diminum, tidak sah dipergunakan untuk wudu, mandi, atau menyucikan benda yang terkena najis. Sebaliknya apabila air itu banyak (dua kullah atau lebih) walaupun terkena najis tetapi tidak berubah salah satu sifatnya, hukumnya tetap suci dan menyucikan. Air ini boleh diminum, sah dipergunakan untuk bersuci, baik untuk menghilangkan hadas atau najis. Rasulullah saw bersabda:

إِنَّ الْمَاءَ لَا يُنَجِّسُهُ شَيْءٌ إِلَّا مَا غَلَبَ عَلَى رِيحِهِ وَطَعْمِهِ وَلَوْنِهِ¹⁷

Artinya: Air itu tidak najis karena sesuatu, kecuali telah berubah bau, rasa atau warnanya. (HR. Ibn Majah dan Baihaqi)

6. Bersuci Dari Kotoran

Istinja menurut bahasa adalah terlepas atau selamat. Sedangkan menurut istilah adalah bersuci setelah buang air besar atau air kecil.

a. Cara *istinja*

¹⁷Ibn Majah Abu' Abdillah, *Sunan Ibnu Majah* (Al-Maktabah al-Shamilah), lihat juga *Sunan al-baihaqi*

Cara ber*istinja*^s dapat dilakukan dengan salah satu cara sebagai berikut:

- 1) Membersihkan tempat keluarnya kotoran air besar atau air kecil dengan air sampai bersih.
- 2) Membersihkan tempat keluarnya kotoran air besar atau air kecil dengan batu, kemudian dibasuh dan dibersihkan dengan air.
- 3) Membersihkan tempat keluarnya kotoran air besar atau air kecil dengan batu atau benda-benda kesat lainnya sampai bersih. Batu yang dipergunakan sekurang-kurangnya tiga batu atau satu batu yang mempunyai tiga permukaan. Rasulullah saw bersabda:

مَرَّ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عَلَى قَبْرَيْنِ فَقَالَ إِنَّهُمَا يُعَدَّانِ
أَمَّا أَحَدُهُمَا فَكَانَ يَمْشِي بِالنَّمِيمَةِ وَأَمَّا الْآخَرُ فَكَانَ لَا يَسْتَنْزِرُهُ مِنْ
بَوْلِهِ (رواه البخارى ومسلم)¹⁸

Artinya: sesungguhnya Rasulullah saw melalui dua buah kuburan, kemudian beliau bersabda, “sesungguhnya kedua orang yang berada dalam kuburan itu sedang disiksa. Adapun salah satunya disiksa karena mengadu-adu, sedangkan yang lain disiksa karena tidak menyuci kencingnya. (HR. al-Bukhari dan Muslim)

Syarat-syarat *istinja*^s dengan menggunakan batu atau benda keras/kesat, terdiri dari enam macam:

- 1) Batu atau benda itu keras/kesat dan harus suci serta dapat dipakai untuk membersihkan najis.
- 2) Batu atau benda itu tidak termasuk yang dihormati. Misalnya, bahan makanan atau batu masjid.

¹⁸al-Bukhari, *Shūḥḥ al-Bukhārī* (al-Maktabah al-Shāmilah), lihat juga *Shūḥḥ Muslim*

- 3) Sekurang-kurangnya tiga kali usapan dan sampai bersih.
 - 4) Najis yang akan disucikan belum sampai kering.
 - 5) Najis itu tidak pindah dari tempat keluarnya.
 - 6) Najis itu tidak bercampur dengan benda lain.
- b. Alat-Alat yang digunakan untuk *istinja'*

Istinja' dapat dilakukan dengan air atau benda selain air. Benda selain air yang digunakan untuk *istinja'* ialah benda yang keras dan kasar seperti: batu, kertas, atau daun-daun yang sudah kering.

c. Adab Buang Air

- 1) Mendahulukan kaki kiri pada waktu masuk WC.
- 2) Membaca doa ketika masuk WC:

بِسْمِ اللَّهِ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخَبَائِثِ

Artinya: dengan menyebut nama Allah, Ya Allah aku berlindung kepadamu dari kotoran dan dari segala yang kotor.¹⁹

- 3) Mendahulukan kaki kanan sewaktu keluar dari WC.
- 4) Pada waktu keluar dari WC membaca doa:

عُفْرَانَكَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَذْهَبَ عَنِّي الْأَذَى وَعَافَانِي

Artinya: saya mengharap ampunan-Mu. Segala pujui bagi Allah yang telah menghilangkan kotoran yang menyakiti diri saya, dan engkau telah menyehatkanku.²⁰

- 5) Pada waktu buang air hendaknya memakai alas kaki.
- 6) *Istinja'* hendaknya dilakukan dengan tangan kiri.

d. Hal-hal yang Dilarang Ketika Buang Air

- 1) Buang air ditempat terbuka.

¹⁹Amir Abyan, Zainul Muttaqin, *Fikih MTs 1* (Semarang : Toha Putra, 2008),14

²⁰Ibid,15

- 2) Buang air di air tenang, kecuali jika air itu besar seperti danau.
- 3) Buang air di lubang-lubang, karena kemungkinan ada binatang.
- 4) Buang air di tempat yang mengganggu orang lain.
- 5) Buang air di bawah pohon yang sedang berbuah.
- 6) Bercakap-cakap ketika buang air kecuali sangat terpaksa.
- 7) Menghadap kiblat atau membelakanginya.
- 8) Membaca ayat al-qur'an

7. ESQ Dalam *Taharah* (Wudu dan Air Sebagai Media *Taharah*)

- a. Wudu sebagai pembebas dari belenggu negatif

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ أَلَا أُدُلُّكُمْ عَلَى مَا يَمْحُو اللَّهُ بِهِ الْخَطَايَا وَيَرْفَعُ بِهِ الدَّرَجَاتِ قَالُوا بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ إِسْبَاغُ الْوُضُوءِ عَلَى الْمَكَارِهِ وَكَثْرَةُ الْخُطَا إِلَى الْمَسَاجِدِ وَانْتِظَارُ الصَّلَاةِ بَعْدَ الصَّلَاةِ فَذَلِكُمْ الرِّبَاطُ²¹

Sukakah Anda aku tunjukkan suatu amal yang dapat menghapus segala dosa dan mengangkat derajat?” jawab mereka : tentu ya Rasulullah” Sabda beliau : Menyempurnakan wudu di saat segan, membanyakkan langkah ke masjid dan menunggu waktu salat, itulah cara menguasai diri yang baik (HR. Muslim)

Melihat hadis diatas kita mendapatkan motivasi dari rasul bahwa salah satu cara untuk menghapus dosa dan mengangkat derajat manusia adalah wudu'. Filosofinya, bahwa semua unsur yang terdapat dalam wudu adalah kebersihan dan kesucian yang merupakan lambang

²¹ Muslim Ibn al-Hajjaj, *Shihh/Muslim*, (al-Maktabah al-Shamilah)

fitrah manusia. Wudu melambangkan pembebasan dari belenggu – belenggu negative yang dilakukan oleh semua anggota wudu.

Membasuh wajah melambangkan penjernihan dan penyucian hati serta pikiran. Membasuh tangan melambangkan penyucian segala kegiatan. Membasuh kepala melambangkan pikiran yang suci, dan membasuh kaki melambangkan langkah yang lurus dan bersih.²²

Menurut Ary Ginanjar ada tujuh belenggu yang selalu menghambat manusia untuk berpikir merdeka, yaitu : prasangka negative, prinsip kehidupan selain Allah, pengalaman pahit, kepentingan, sudut pandang, pembanding serta fanatisme. Ketujuh belenggu diatas merupakan hal yang mempengaruhi cara berpikir seseorang. Oleh karena itu, kemampuan melihat sesuatu secara jernih harus didahului oleh kejernihan hati dan pikiran. Sedangkan hati maupun pikiran tidak akan bisa memancarkan sinar kejernihan jika terhalangi oleh belenggu belnggu diatas. Karena pada hakikatnya cahaya Allah tidak bisa masuk hati seseorang yang dipenuhi oleh belenggu saitaniyah²³

b. Wudusebagai pereda ketegangan psikis

Wudu disamping sebagai persiapan salat bukan hanya sekedar membersihkan tubuh tetapi juga membersihkan jiwa dari segala kotoran. Wudu yang dilakukan dengan benar karena Allah, akan mampu meredakan ketegangan psikis seseorang. Rasulullah sendiri

²²Ary Ginanjar, *ESQ: Emotional Spiritual Quotient*, (Jakarta : Arga, 2005),292

²³Ibid,

selalu memerintahkan berwudu jika sedang dalam keadaan marah. Marah adalah setan, setan terbuat dari api, maka media yang paling efektif untuk memadamkan api adalah air.²⁴

c. Air (media bersuci) sebagai media rehabilitasi psikis

Konsep islam tentang wudu ternyata mengandung *ESQ* yang sangat tinggi, padahal banyak orang yang hanya memandang wudu hanyalah bagian dari sebuah syarat salat saja. Padahal dibalik wudu dan unsur air terdapat banyak nilai nilai emosi dan spirit yang harus terus digali. Perhatikan firman Allah dibawah ini :

إِذْ يُغَشِّيكُمُ النُّعَاسَ أَمَنَةً مِّنْهُ وَيُنزِلُ عَلَيْكُم مِّنَ السَّمَاءِ مَاءً لِّيُطَهِّرَكُم

بِهِ وَيُذْهِبَ عَنْكُم رِجْزَ الشَّيْطَانِ وَلِيَرْبِطَ عَلَى قُلُوبِكُمْ وَيُثَبِّتَ بِهِ

الْأَقْدَامَ ﴿١١﴾

(ingatlah), ketika Allah menjadikan kamu mengantuk sebagai suatu penenteraman daripada-Nya, dan Allah menurunkan kepadamu hujan dari langit untuk mensucikan kamu dengan hujan itu dan menghilangkan dari kamu gangguan-gangguan syaitan dan untuk menguatkan hatimu dan memperteguh dengannya telapak kaki(mu)²⁵

Menurut teori Simon Baruch dari amerika air memiliki daya penenang jika suhu air dan kulit sama, sedangkan jika suhu air lebih tinggi atau lebih rendah akan memberikan efek stimulasi. Konsep *back nature* (kembali pada alam) yang sering digunakan para psikiater untuk

²⁴Sentot Haryanto, Psikologi salat,(yogyakarta: Mitra Pustaka, 2002),105-112

²⁵al-Qur'an 8, (al-Anfab) :11

merehabilitasi psikis seseorang ternyata banyak menggunakan media air (seperti; air terjun, air mancur, sungai buatan, wisata air dan lain lain). Hal ini sebenarnya telah diperlihatkan Allah dengan gambaran surga yang penuh ketenangan dan kedamaian selalu dikaitkan dengan unsur air, yaitu.....*Sungai yang mengalir dibawahnya*.²⁶

B. Salat *Fardu*

1. Pengertian Salat

Kata salat berasal dari bahasa arab الصلاة artinya sama dengan الدعاء yakni doa. Sedangkan pengertian salat menurut istilah ialah suatu amal ibadah yang terdiri dari perkataan-perkataan dan perbuatan-perbuatan yang dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam dengan syarat-syarat dan rukun-rukun tertentu. Ibadah salat hukumnya wajib bagi setiap muslim sehari semalam lima kali. Allah swt berfirman :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اٰرْكَعُوْا وَاَسْجُدُوْا وَاَعْبُدُوْا رَبَّكُمْ
وَأَفْعَلُوْا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, ruku'lah kamu, sujudlah kamu, sembahlah Tuhanmu dan perbuatlah kebajikan, supaya kamu mendapat kemenangan²⁷

Allah juga berfirman tentang perintah salat sebagai berikut:

وَأَقِيْمُوا الصَّلٰوةَ وَاَتُوا الزَّكٰوةَ وَاٰرْكَعُوْا مَعَ الرَّاكِعِيْنَ

Artinya: dan dirikanlah salat, tunaikanlah zakat dan ruku'lah beserta orang-orang yang ruku'.²⁸

²⁶Sentot Haryanto, Psikologi salat,(yogyakarta: Mitra Pustaka, 2002),105-112

²⁷al-Qur'aan, 22(al-Hajj):77

²⁸al-Qur'aan, 2(al-Baqarah):43

Perintah salat pertama kali disampaikan kepada Nabi saw ketika beliau sedang *isra'* dan *mi'raj* langsung dari Allah swt. Hal ini dijelaskan dalam *hadis* sebagai berikut:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: فَرَضَ اللَّهُ عَلَى أُمَّتِي لَيْلَةَ الْإِسْرَاءِ خَمْسِينَ صَلَاةً فَلَمْ أَزَلْ أُرَاجِعُهُ وَأَسْأَلُهُ التَّخْوِيفَ حَتَّى جَعَلَهَا خَمْسًا فِي كُلِّ يَوْمٍ وَلَيْلَةٍ²⁹

Artinya: Rasulullah saw telah bersabda: Allah swt telah menfardukan atas umatku pada malam *isra'* lima puluh kali Salat, maka aku selalu kembali menghadap-Nya dan memohon keringanan sehingga dijadikan kewajiban Salat itu lima kali dalam sehari semalam. (HR. Muttafaq 'Alaih)

Ibadah salat merupakan ibadah yang paling utama dibandingkan dengan ibadah yang lain. Hal ini dijelaskan dalam sebuah hadis sebagai berikut:

أَوَّلُ مَا يُحَاسَبُ بِهِ الْعَبْدُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ الصَّلَاةُ فَإِنْ صَلَحَتْ صَلَحَ لَهُ سَائِرُ عَمَلِهِ وَإِنْ فَسَدَتْ فَسَدَ سَائِرُ عَمَلِهِ (رواه الطبراني)³⁰

Artinya: amal yang pertama kali akan dihisab bagi seorang hamba pada hari kiamat ialah salat. Jika salatnya baik maka dinilai naik semua amalnya, dan jika salatnya rusak maka dinilai rusak semua amalnya. (HR. al-T̤abrani)

2. Waktu Salat *Fardu*

Salat fardu lima waktu adalah sebagai berikut:

²⁹al-Bukhārī, Ṣ̤ḥ̤ḥ̤ al-Bukhārī (al-Maktabah al-Shāmilah), lihat juga Ṣ̤ḥ̤ḥ̤ Muslim, Sunan al-Nasa'i, Sunan Abi Dawud, Sunan al-Turmudhi, Sunan Ibnu Majah

³⁰Jalal al-Dīn al-Suyutī, *Jamī' al-Aḥḥādīth* (al-Maktabah al-Shāmilah)

- a. Salat zuhur (4 rakaat), waktunya ialah mulai matahari condong kearah barat dan berakhir sampai bayang-bayang suatu benda sama panjang dengan benda itu.
- b. Salat asar (4 rakaat), waktunya mulai bayang-bayang suatu benda sama dengan bendanya dan berakhir sampai matahari terbenam.
- c. Salat maghrib (3 rakaat) waktunya mulai dari terbenamnya matahari dan berakhir sampai hilangnya cahaya mega kemerah-merahan.
- d. Salat isyak (4 rakaat) waktunya mulai hilangnya cahaya mega kemerah-merahan dan berakhir sampai terbit fajar *shadiq* (fajar kedua)
- e. Salat Subuh (2 rakaat), waktunya mulai terbit fajar shidiq dan berakhir sampai terbit matahari.

3. Syarat Wajib Salat

Syarat wajib salat adalah sebagai berikut:

- a. Islam, Artinya orang yang tidak beragama islam tidak wajib Salat.
- b. Baligh, yaitu sudah dewasa dengan tanda-tanda ; telah berumur lima belas tahun, keluar mani, keluar Haid bagi perempuan yang sudah berumur 9 tahun
- c. Berakal artinya orang yang tidak berakal seperti orang gila, pingsan, sedang tidur, dan anak-anak yang masih kecil belum wajib mengerjakan salat. Rasulullah saw bersabda:

عَنْ عَائِشَةَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ رُفِعَ الْقَلَمُ عَنْ ثَلَاثٍ عَنِ النَّائِمِ حَتَّى يَسْتَيْقِظَ وَعَنِ الصَّغِيرِ حَتَّى يَكْبُرَ وَعَنِ الْمَجْنُونِ حَتَّى يَعْقِلَ
أَوْ يُفِيقَ (رواه النسائي)³¹

Artinya: dari Aishah, dari Nabi saw berkata: “telah diangkat pena dari tiga perkara, yaitu dari orang yang tidur sampai ia bangun, dari anak kecil hingga ia dewasa, dan dari orang gila hingga ia sembuh”. (HR. al-Nasa’i)

- d. Ada pendengaran, artinya anak yang sejak lahir sudah tuna rungu ia tidak wajib mengerjakan Salat.
- e. Suci dari haid dan nifas
- f. Sampai dakwah Islam kepadanya.

4. Syarat Sah Salat

Syarat sah salat adalah sebagai berikut:

- a. Suci dari hadas. Baik hadas besar maupun hadas kecil.
- b. Suci badan, pakaian, dan tempat salat dari najis.
- c. Menutup aurat, aurat laki-laki adalah antara pusar sampai lutut, sedangkan aurat perempuan ialah semua badan selain telapak tangan dan wajah.
- d. Telah masuk waktu salat, artinya salat tidak sah jika dikerjakan sebelum masuk waktu salat atau telah habis waktunya.
- e. Menghadap kiblat, artinya posisi orang yang sedang salat baik dengan berdiri atau sambil duduk, ia harus menghadap kiblat.

5. Rukun Salat

³¹Abu>Abd al-Rahman Ahmad al-Nasa’i>Sunan al-Nasa’i>(al-Maktabah al-Shamilah)

Rukun boleh juga disebut fardu. Perbedaan antara syarat dan rukun adalah bahwa syarat adalah sesuatu yang harus ada pada suatu perbuatan / amal ibadah sebelum amal ibadah itu dikerjakan. Sedangkan pengertian rukun atau fardu ialah sesuatu yang harus ada pada suatu perbuatan/amal ibadah dalam waktu pelaksanaan suatu perbuatan atau amal ibadah itu.

Adapun rukun salat terdiri dari 13 macam:

- a. Niat, maksudnya ialah menyengaja didalam hati untuk mengerjakan salat karena Allah swt. Jika niat itu dilafalkan dalam bahasa arab dalam rangka membantu untuk meyakinkan hati, maka lafalnya seperti berikut:

أَصَلِّيْ فَرَضَ الظُّهْرِ اَرْبَعَ رَكَعَاتٍ مُسْتَقْبِلَ الْقِبْلَةِ اَدَاءً (اِمَامًا مَأْمُوْمًا) بِاللهِ
تَعَالَى

Artinya: saya niat salat zuhur empat rakaat menghadap kiblat (sebagai imam atau sebagai makmum) karena Allah .³²

Niat itu adalah jiwa dari semua amal ibadah. Rasulullah saw bersabda:

إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ وَإِنَّمَا لِلكُلِّ أَمْرٍ مَّا نَوَى..... (رواه البخاري)³³

Artinya: “Bahwasanya setipa amal perbuatan harus didasari dengan niat dan segala perbuatan itu tergantung kepada niatnya”. (HR. al-Bukhari)

- b. Berdiri bagi yang mampu, bagi orang yang tidak mampu berdiri, maka ia boleh mengerjakan salat dengan duduk atau dengan berbaring atau dengan isyarat.
- c. Takbiratul ihram, maksudnya ialah membaca اللهُ أكبر

³² Amir Abyan, *Fikih MTs 1*,25

³³ al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari* (al-Maktabah al-Shamilah)

- d. Membaca surah *al-Fatihah*, bagi orang yang salat sendirian, ia wajib membaca surah *al-Fatihah* setelah membaca takbir dan doa *iftitah* pada rakaat pertama dan pada rakaat berikutnya secara sempurna. Jika orang yang Salat itu menjadi makmum, maka dibaca pada waktu imam membaca surat setelah al fatihah Tentang kewajiban membaca surah *al-Fatihah* dalam Salat ini Rasulullah saw bersabda:

لَا صَلَاةَ لِمَنْ لَمْ يَفْرَأْ بِفَاتِحَةِ الْكِتَابِ (رواه البخاري ومسلم)³⁴

Artinya: Tidak sah salat seseorang yang tidak membaca surah *al-Fatihah*. (HR. al-Bukhari dan Muslim)

- e. Rukuk dengan *tuma'ninah* (tenang), maksudnya ialah membungkukan badan sehingga punggung menjadi sama datar dengan leher, dan kedua tangannya memegang lutut dalam keadaan jari terkembang dengan tenang. Rasulullah saw bersabda:

لَا تُجْزَى صَلَاةٌ لَا يُقِيمُ الرَّجُلُ فِيهَا صُنْبَهُ فِي الرُّكُوعِ وَالسُّجُودِ (رواه

خمسة)³⁵

Artinya: Salat tidak cukup bila seseorang tidak meluruskan punggungnya pada waktu rukuk dan sujud. (HR. lima ahli hadis)

- f. *I'tidal* dengan *tuma'ninah*
- g. Maksudnya ialah bangun dari rukuk dan kembali tegak lurus dengan tenang. Hal ini sesuai dengan sabda Rasulullah saw:

وَإِذَا رَفَعَ رَأْسَهُ اسْتَوَى قَائِمًا حَتَّى يَعُودَ كُلُّ فَقَّارٍ إِلَى مَكَانِهِ (رواه البخاري

ومسلم)³⁶

³⁴Ibid, (al-Maktabah al-Shamilah) lihat juga *Sahih* Muslim

³⁵Jalal al-Din al-Suyuti, *Jami' al-Ahwal* (al-Maktabah al-Shamilah)

Artinya: “Dan jika mengangkat kepalanya (dari rukuk) ia berdiri lurus hingga kembali setiap ruas punggung ketempatnya semula.”(HR. Al-Bukhari dan Muslim)

- h. Sujud dua kali dengan *tjuma'niyah*, maksudnya adalah meletakkan kedua lutut dan kedua telapak tangan, kening dan hidung, di atas sajadah, tikar atau lantai. Rasulullah saw bersabda:

أَمَرَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنْ يَسْجُدَ عَلَى سَبْعَةِ أَعْضَاءٍ وَلَا يَكْفَأَ

شَعْرًا وَلَا تَوْبًا: الْجَبْهَةَ وَالْيَدَيْنِ وَالرُّكْبَتَيْنِ وَالرِّجْلَيْنِ (رواه مسلم)³⁷

Artinya: ”Rasulullah saw menyuruh supaya sujud itu pada tujuh macam anggota dan agar tidak merapatkan rambut dan kainnya (sewaktu sujud), yaitu kening, kedua tangan, kedua lutut dan kedua kaki.” (HR. Muslim)

- i. Duduk di antara dua sujud dengan *tjuma'niyah*, maksudnya ialah bangun kembali setelah sujud yang pertama untuk duduk dengan tenang.
- j. Duduk yang terakhir, maksudnya ialah duduk untuk tahiat akhir setelah bangun dari sujud yang terakhir.
- k. Membaca doa tahiat akhir pada waktu duduk akhir. Bacaan tahiat akhir adalah sebagai berikut:

التَّحِيَّاتُ الْمُبَارَكَاتُ الصَّلَوَاتُ الطَّيِّبَاتُ لِلَّهِ، السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ

وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ، السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ، أَشْهَدُ أَنْ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ

³⁶al-Bukhari, *Shihh al-Bukhari* (al-Maktabah al-Shamilah)

³⁷Muslim, *Shihh Muslim*, (al-Maktabah al-Shamilah)

Artinya: “Segala kehormatan, keberkahan, rahmat dan kebaikan adalah kepunyaan Allah. semoga keselamatan, rahmat serta keberkahan Allah bagi engkau wahai Nabi Muhammad. Mudah-mudahan keselamatan juga bagi kita sekalian dan bagi hamba-hamba Allah yang saleh. Aku bersaksi bahwa tiada tuhan selain Allah, dan aku bersaksi bahwa Muhammad adalah utusan Allah.”³⁸

1. Membaca salawat atas Nabi Muhammad saw, dilakukan pada saat duduk *tahiat* akhir setelah selesai membaca *tahiat* akhir:

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى

آلِ إِبْرَاهِيمَ وَبَارِكْ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ

وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ.

Artinya: “Ya Allah limpahkanlah kemurahan kepada Nabi Muhammad dan keluarganya, sebagaimana Engkau telah melimpahkan kepada Nabi Ibrahim dan keluarganya. Berkahilah Nabi Muhammad dan keluarganya sebagaimana engkau telah memberkahi Nabi Ibrahim dan keluarganya. Sesungguhnya engkau maha terpuji dan maha mulia.”³⁹

- m. Mengucapkan salam yang pertama
- n. Tertib, maksudnya ialah dalam melaksanakan ibadah shalat ini harus berurutan dari rukun yang pertama sampai pada rukun yang terakhir.

Dari ketiga belas rukun Salat ini, dapat dibagi menjadi tiga jenis, yaitu:

- a. Rukun hati : Mencakup satu rukun yaitu rukun yang pertama (niat)
- b. Rukun ucapan : Mencakup lima rukun yaitu rukun yang ketiga, keempat, kesepuluh, kesebelas dan kedua belas.

³⁸Amir Abyan, Zainul Muttaqin, *Fikih MTs 1*,27

³⁹ Ibid,28

- c. Rukun gerakan : Mencakup lima rukun yaitu rukun kedua, kelima, keenam, ketujuh, dan kedelapan. Adapun rukun yang ketiga belas (tertib) adalah gabungan dari rukun gerakan dan hati.

6. Sunah Salat

- a. Sunah *ab'ad*, yaitu suatu amalan sunah yang apabila tidak dikerjakan maka harus diganti dengan sujud *sahwi*. Sunah *ab'ad* ini ada enam macam, yaitu:

- 1) Duduk *tahiat* awal.
- 2) Membaca *tahiat* awal
- 3) Membaca doa qunut pada waktu salat subuh dan pada akhir Salat witr setelah pertengahan bulan ramadan. Adapun lafal doa qunut adalah sebagai berikut:

اللَّهُمَّ اهْدِنِي فِي مَنْ هَدَيْتَ. وَعَافِنِي فِي مَنْ عَافَيْتَ. وَتَوَلَّنِي فِي مَنْ تَوَلَّيْتِ.
 تَوَلَّيْتِ. وَبَارِكْ لِي فِي مَا أُعْطَيْتَ. وَقِنِي شَرَّ مَا قَضَيْتَ. فَإِنَّكَ تَقْضِي
 وَلَا يُقْضَى عَلَيْكَ. وَإِنَّهُ لَا يَدُلُّ مَنْ وَالَيْتَ. وَلَا يَعْزُ مَنْ عَادَيْتَ.
 تَبَارَكْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ

Artinya: “Ya Allah berikanlah aku petunjuk sebagaimana orang yang telah Engkau beri petunjuk, dan berilah aku kesehatan sebagaimana orang yang telah Engkau beri kesehatan, dan kasihanilah aku sebagaimana orang yang telah Engkau kasih, dan berilah aku keberkahan pada orang yang telah Engkau berikan, dan jagalah aku dari keburukan yang telah Engkau tentukan, sebab Engkau yang menentukan dan Engkau tidak ditentukan siapa pun, dan sesungguhnya tidak akan hina orang yang Engkau tolong, dan tidak akan mulia orang yang Engkau musuhi, Engkau maha berkah dan maha tinggi.⁴⁰

- 4) Berdiri ketika membaca doa qunut

⁴⁰Ibid, 29

- 5) Membaca salawat kepada Nabi pada *tahiat* awal.
 - 6) Membaca salawat kepada keluarga Nabi dalam *tahiat* akhir.
- b. Sunah *hai'at* : Yaitu amalan sunah yang apabila tertinggal/tidak dikerjakan, maka tidak disunahkan untuk sujud sahwi. Adapun sunah *hai'at* ini adalah sebagai berikut:

- 1) Mengangkat kedua tangan ketika takbiratul ihram sampai sejajar tinggi ujung jari dengan telinga atau dengan kedua buah bahu.
- 2) Meletakkan kedua tangan di dada atau antara perut dan dada. Telapak tangan kanan memegang pergelangan tangan kiri.
- 3) Mengarahkan pandangan ke tempat sujud, kecuali waktu membaca shahadat pada *tahiat*, melihat ke telunjuk tangan kanan.
- 4) Membaca doa *iftitah* sebagai berikut:

اللَّهُ أَكْبَرُ كَثِيرًا وَالْحَمْدُ لِلَّهِ كَثِيرًا وَسُبْحَانَ اللَّهِ بُكْرَةً وَأَصِيلًا، وَجَهْتُ
 وَجْهِي لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا مُسْلِمًا وَمَا أَنَا مِنَ
 الْمُشْرِكِينَ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ،
 لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا مِنَ الْمُسْلِمِينَ.

Artinya: “Allah adalah yang paling besar dari segala yang besar, sedang Dia Tuhan yang senantiasa Maha Besar. Dan segala puji hanya kepadaNya. Dan maha suci Allah pada tiap pagi dan petang. Saya hadapkan muka saya kehadirat zat yang menciptakan langit dan bumi dengan tunduk berserah diri, dan saya tidak termasuk orang-orang yang mempersekutukan Allah. Sesungguhnya salatku, ibadahku, hidupku, dan matiku adalah milik Allah penguasa alam semesta. Tidak ada sekutu bagiNya dan yang demikian itu saya perintah, dan termasuk golongan orang-orang yang menyerahkan diri.”⁴¹

doa *iftitah* yang lain dapat dikemukakan sebagai berikut:

⁴¹Ibid, 30

اللَّهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَ بَيْنَ الْمَشْرِقِ ، وَالْمَغْرِبِ
اللَّهُمَّ نَقِّنِي مِنْ خَطَايَايَ كَمَا يُنَقَّى الثَّوْبُ الْأَبْيَضُ مِنْ الدَّنَسِ اللَّهُمَّ
اغْسِلْنِي مِنْ خَطَايَايَ بِالْمَاءِ ، وَالتَّلْجِ ، وَالْبَرَدِ

Artinya: Ya Allah jauhkanlah aku dengan kesalahan-kesalahanku, sebagaimana engkau menjauhkan antara timur dan barat. Ya Allah sucikanlah aku dari kesalahan-kesalahanku, sebagaimana kain putih yang dibersihkan dari noda. Ya Allah bersihkanlah aku dari kesalahan-kesalahanku dengan, dengan salju, dan dengan embun.⁴²

- 5) Diam sebentar sebelum membaca *al-Fatihah*
- 6) Membaca ta'awud sebelum membaca surah *al-Fatihah*.

Lafalnya ialah:

أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ

Artinya: “Aku berlindung kepada Allah dari godaan setan yang terkutuk”

Hal ini sesuai dengan perintah Allah saw dalam al-Qur'an yang berbunyi:

فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿١٠٨﴾

Artinya: “Apabila kamu membaca Al Quran hendaklah kamu meminta perlindungan kepada Allah dari syaitan yang terkutuk.⁴³”

- 7) Mengeraskan bacaan surah *al-Fatihah* dan surah atau ayat pada saat Salat maghrib, isha' dan subuh, Salat jum'ah, Salat idul fitri, Salat idul adhah, Salat tarawi, dan Salat witr pada saat bulan ramadan.
- 8) Diam sebentar sebelum membaca *امين* setelah selesai membaca *al-Fatihah*.

⁴²Ibid, 30

⁴³al-Qur'aan, 16(al-Nah):98

- 9) Membaca *امين* setelah selesai membaca *al-Fatihah*.
- 10) Membaca surah atau beberapa ayat al-qur'an bagi imam atau bagi orang yang salat sendiri setelah selesai membaca surah *al-Fatihah* pada rakaat pertama dan kedua.
- 11) Membaca takbir setiap kali akan rukuk dengan mengangkat kedua tangan seperti pada takbiratul ikram.
- 12) Meletakkan kedua telapak tangan dengan jari-jari terkembang di atas lutut ketika tukuk.
- 13) Membaca tasbih selama rukuk yaitu:

وَبِحَمْدِهِ سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ ada sebagian ulama yang menambah

Artinya: maha suci Tuhan yang maha agung dan dengan memuji kepada-Nya.

Tasbih ini biasanya oleh Rasulullah biasanya dibaca paling sedikit 10 kali, tetapi oleh para ulama paling sedikit 3 kali.

- 14) Mengangkat tangan ketika bangun dari rukuk sambil membaca tasmi': *سَمِعَ اللهُ لِمَنْ حَمِدَهُ* Artinya: Allah mendengar orang-orang yang memujinya.
- 15) Membaca tahmid dan doa setelah berdiri tegak dari rukuk. Adapun bacaanya ialah:

رَبَّنَا لَكَ الْحَمْدُ مِلْءُ السَّمَوَاتِ وَمِلْءُ الْأَرْضِ وَمِلْءُ مَا شِئْتَ مِنْ شَيْءٍ بَعْدُ

Artinya: Tuhan kami! Bagi-Mu segala puji, sepenuh langit dan bumi, dan sepenuh apa yang Engkau kehendaki setelah itu.⁴⁴

⁴⁴Ibid, 31

16) Membaca takbir sambil turun untuk sujud.

17) Membaca tasbeih ketika sujud. Adapun bacaannya adalah:

وَبِحَمْدِهِ وَ سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى

Artinya: maha suci tuhan yang maha tinggi dan dengan memuji kepadanya.

18) Membaca takbir ketika bangun dari sujud.

19) Duduk *iftirash* (bersimpuh) pada semua duduk dalam shalat kecuali pada duduk *tahiat* akhir. Cara duduk *iftirash* adalah duduk di atas telapak kaki kiri, dan jempol kaki kanan beserta jari-jemarinya yang lain dipanjatkan ke lantai.

20) Membaca doa ketika duduk di antara dua sujud pada semua rakaat Salat. doa tersebut adalah:

رَبِّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي وَاجْبُرْنِي وَارْقِنِي وَارْزُقْنِي وَاهْدِنِي
وَاعْفُ عَنِّي

Artinya: Ya Allah ampunilah dosaku, belaskasihanilah aku, dan cukupkanlah segala kekuranganku, dan angkatlah derajatku, dan berilah rizki padaku, dan berilah aku petunjuk, dan berilah kesehatan kepadaku, dan maafkanlah aku.⁴⁵

21) Meletakkan kedua tangan di atas dua paha ketika duduk *iftirash* maupun *tahiat*.

22) Membentangkan atau merengangkan jari-jari tangan kiri dan mengepalkan tangan kanan kecuali jari telunjuk pada saat duduk *iftirash tahiat* awal dan duduk *tahiat*.

⁴⁵ Ibid, 32

- 23) Duduk istirahat (sebentar) sesudah sujud kedua sebelum berdiri pada rakaat pertama dan ketiga.
- 24) Membaca doa pada *tahiat* akhir yaitu setelah membaca *tahiat* dan salawat.
- 25) Mengucapkan salam yang kedua dan menengok ke kanan pada salam yang pertama serta menengok ke kiri pada salam yang kedua.
- 26) Berniat memberi salam kepada makmum bagi imam atau berniat memberi salam kepada malaikat dan makmum.

7. Hal-Hal Yang Membatalkan Salat

Hal-hal yang membatalkan Salat adalah sebagai berikut:

- a. Meninggalkan salah satu rukun Salat atau memutuskan rukun sebelum sempurna dilakukan, seperti *I'tida'* sebelum sempurna rukuknya.
- b. Tidak memenuhi salah satu syarat Salat, seperti hadats, najis, atau terbuka auratnya.
- c. Berbicara dengan sengaja bukan untuk kepentingan Salat, meskipun diucapkan dengan bahasa arab.
- d. Banyak bergerak dengan sengaja.
- e. Makan atau minum dengan sengaja.
- f. Menambahkan rukun fi'li, seperti sujud tiga kali.
- g. Tertawa. Adapun batuk, bersin, ataupun berdehem, maka hal ini tidak membatalkan Salat.

h. Mendahului imam sebanyak dua kali.

8. Sujud *Sahwi*

Sujud *sahwi* adalah sujud yang dilakukan karena meninggalkan pekerjaan atau bacaan tertentu di dalam Salat. Hal-hal yang menyebabkan sujud *sahwi* adalah karena meninggalkan sunah ***ab'ad*** atau ragu-ragu bilangan rakaat Salat, maka yang ditetapkan adalah rakaat jumlahnya lebih kecil. Misalnya, seseorang ragu apakah ia melakukan tiga rakaat atau empat rakaat, maka yang diyakini adalah tiga rakaat.

Cara melakukan sujud *sahwi* adalah :

a. Sebelum salam

Apabila ada penyebab sujud *sahwi* teringat sebelum sebelum salam, maka sujud *sahwi* dilaksanakan setelah selesai membaca tahiat akhir, salawat dan doa-doa, barulah melakukan sujud *sahwi*. Ketika mulai melaksanakan sujud *sahwi* seseorang terlebih dahulu membaca takbir kemudian sujud dan membaca.⁴⁶

سُبْحَانَ مَنْ لَا يَنَامُ وَلَا يَسْهُوُ 3×

Setelah itu ia bangun dari sujud untuk duduk *iftirash* sambil membaca doa duduk antara dua sujud kemudian sujud lagi dengan membaca:

سُبْحَانَ مَنْ لَا يَنَامُ وَلَا يَسْهُوُ 3×

Kemudian bangun untuk duduk tahiat sambil membaca takbir kemudian membaca salam.

b. Sesudah salam

⁴⁶ Ibid, 35

Jika salah satu penyebab sujud *sahwi* teringat setelah salam, maka sujud *sahwi* dilakukan setelah Salat dan ketika teringat bahwa ia melakukan kegiatan yang menyebabkan sujud *sahwi*. Caranya ialah sama dengan sujud *sahwi* yang dilaksanakan sebelum salam, yaitu sebanyak dua kali dan diselingi duduk *iftirash* antara dua sujud.

9. *ESQ* Dalam Salat

a. Relaksasi (Istirahat untuk menenangkan suasana)

Dalam pekerjaan sehari-hari, pikiran seseorang sering dipaksa untuk menyelesaikan tugas silih berganti. Kondisi seperti itu mudah mendatangkan kepanikan dan emosi. Perasaan tertekan itu bisa membuat orang tampak bodoh dan serba salah. Saat kelelahan dan ketegangan otot meningkat banyak orang terjebak dalam suasana hati yang kacau sehingga semangat dan keuletan jadi hilang, masalah kecil terasa sebagai hambatan besar, komentar gurauan terasa celaan besar. Hal itu sebenarnya tidak perlu terjadi jika kita sering belajar memahami dan mengendalikan emosi dan ketegangan kita lewat rutinitas salat yang kita lakukan setiap hari, karena salat menurut konsep agama dan fakta ilmiah, mempunyai sentuhan relaksasi yang sangat penting untuk menjaga kondisi emosi dari tekanan yang bisa mengakibatkan kebodohan emosi dan spiritual.⁴⁷ Berikut beberapa fungsi relaksasi dalam salat:

⁴⁷ESQ: Emotional Spiritual Quotient, (Jakarta : Arga, 2005),280-283

- 1) Meditasi untuk menciptakan ruang intuisi, sebagaimana dikatakan oleh *Edward Mc Cracken* bahwa setiap *entrepreneur* harus melibatkan intuisi dalam setiap pengambilan keputusannya.⁴⁸
- 2) Menyetel ulang tombol tombol pemicu dalam *amingdala*⁴⁹ manusia sehingga tidak mudah terprovokasi oleh sebuah keadaan.
- 3) Kesadaran bahwa sesungguhnya salat adalah suara hati untuk mengingat bahwa semua yang terjadi adalah kehendak Allah. Dengan begitu emosi bisa terkontrol sesuai dengan kadar salat seseorang.

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ﴿١٩﴾ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ﴿٢٠﴾ وَإِذَا مَسَّهُ

الْحَيْرُ مُنُوعًا ﴿٢١﴾ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ﴿٢٢﴾ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ

دَائِمُونَ ﴿٢٣﴾

Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah. Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir. Kecuali orang-orang yang mengerjakan salat. Yang mereka itu tetap mengerjakan salatnya (Al-Maarij, 19-23)⁵⁰

b. Membangun Kekuatan Afirmasi (Ketegasan)

Salat bisa memberikan kekuatan afirmasi yang dapat membantu seseorang untuk lebih menyelaraskan nilai nilai positif keimanan

⁴⁸Daniel Goleman, *Working with Emotional Intelligence*,(New York : Bantam Books, 1999), 66

⁴⁹Amingdala adalah Struktur yang memainkan peranan sangat penting dalam situasi darurat emosi, juga merupakan tempat penyimpanan semua kenangan jaya, gagal, harapan, ketakutan, kejengkelan dan frustrasi. Lihat Goleman, *Working with Emotional Intelligence*, 90.

⁵⁰al-Qur'aan, 70(al-Ma'arij):19-23

dengan realitas kehidupan. Menurut Covey , afirmasi atau penegasan memiliki lima dasar yaitu: pribadi, positif, masa kini, visual dan emosi.⁵¹

Dasar dasar diatas telah ditemukan dalam salat setiap orang berupa ketaatan(Pribadi) ketentraman, ketenangan(emosi),Dengan jiwa tenang semua permasalahan pasti terselesaikan (masa kini) dan mampu mensinergikan antara iman dengan realitas dunia (visual) sehingga menghasilkan teladan bagi yang lainnya(positif). Allah berfirman :

أَتْلُ مَا أُوْحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ

عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, Yaitu Al kitab (Al Quran) dan dirikanlah Salat. Sesungguhnya Salat itu mencegah dari (perbuatan- perbuatan) keji dan mungkar. dan Sesungguhnya mengingat Allah (Salat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadat-ibadat yang lain). dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.⁵²

Ary Ginanjar menyatakan bahwa afirmasi yang paling sempurna adalah yang dihasilkan melalui salat, karena didalamnya ada ikrar atau penegasan konkret melalui syahadat yang selalu disuarakan oleh setiap muslim dalam salatnya.⁵³

c. Meningkatkan ESQ

⁵¹Stephen R Covey, *The Seven Habits of Highly Effective People*. (New York : Simon & Schuster, 1990), 133

⁵²al-Qur'an, 29(al-Ankabu):45

⁵³Ary Ginanjar, ESQ, 285

Salah satu metode untuk meningkatkan kecerdasan emosi adalah bangun lima menit lebih awal dari biasanya kemudian duduk dengan tenang, pasang telinga hati, keluar dari pikiran, masuk kedalam hati, biarkan hati menulis yang dikehendaki.⁵⁴ Cara cara seperti itu secara langsung dapat mendatangkan kejujuran emosi, nilai kebijaksanaan dalam jiwa dan bisa mengantarkan pelakunya untuk dapat menggunakannya secara efektif.⁵⁵

Salat, berisikan pokok pokok pikiran suara hati itu sendiri, ketika kondisi diatas dilakukan dengan baik maka salat akan menjadi sebuah energi yang akan mengisi jiwa baik sadar atau tidak sadar akan menjadi mekanisme pembentuk kekuatan yang berujung pada ESQ yang tinggi⁵⁶

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ

ءَايَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ ﴿٢٠٠﴾

Sesungguhnya orang-orang yang beriman ialah mereka yang bila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan ayat-ayatNya bertambahlah iman mereka (karenanya), dan hanya kepada Tuhanlah mereka bertawakkal⁵⁷

d. Membangun Pengalaman Positif

⁵⁴Cooper & A. Sawaf, Kecerdasan emosional dalam kepemimpinan dan organisasi,(Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama,1998), 25

⁵⁵Ibid, 27

⁵⁶Ary Ginanjar, ESQ, 287

⁵⁷al-Qur'aa, 8(al-Anfal):2

Untuk mengatasi serta menyeimbangkan sisi emosional kita, dibutuhkan pengalaman-pengalaman positif sebagai penawar (penawar penyelaras) yang dapat menetralkan kembali dampaklingkungan yang telah memengaruhi hati serta pikiran kita. Dengan melakukan salat secara rutin, maka sesungguhnya kita menciptakan pengalaman batinia sekaligus pengalaman fisik yang mendorong paradigma kea rah positif. Saya menamakanya *Nuw Paradigm Shift* atau pergeseran menuju paradigma baru.

Suatu kegiatan fisik akan lebih mudah diingat apabila dilakukan berulang-ulang. Ketika secara fisik seseorang melakukan rukuk atau sujud berkali-kali, maka kegiatan itu akan membekas pada ingatan. Kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang akan menciptakan kebiasaan(*habit*), dan kebiasaan rutin tersebut akan menghasilkan pengalaman yang berujung pada pembentukan nilai(*value*).

Itulah wujud pelatihan integritas dan komitmen yang sesungguhnya. Komitmen antara seorang manusia dengan Tuhannya. Apabila kegiatan itu dilakukan seumur hidup dengan pemahaman yang baik, bisa Anda bayangkan bagaimana kualitas sumberdaya manusia yang dihasilkannya?⁵⁸

⁵⁸Ary Ginanjar, ESQ,288-289

فَإِذَا قَضَيْتُمُ الصَّلَاةَ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ^{٥٩}

فَإِذَا أَطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ^{٥٩} إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ

كِتَابًا مَّوْقُوتًا ﴿١٠٣﴾

Maka apabila kamu telah menyelesaikan Salat(mu), ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring. kemudian apabila kamu telah merasa aman, Maka dirikanlah Salat itu (sebagaimana biasa). Sesungguhnya Salat itu adalah fardhu yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman⁵⁹(Al-Nisa',103)

e. Pembangkit dan Penyeimbang Energi Batin

Anda masih ingat hukum kekekalan energi? energi tidak hilang, tetapi ia hanya berubah bentuk. Iman melahirkan sebuah keinginan untuk berbakti kepada Allah, dan keinginan adalah sebuah energi atau dorongan. Terkadang keinginan batin itu tidak dapat diakomodir lingkungan, maka yang terjadi adalah seseorang akan merasa kecewa akibat ketidakseimbangan antara keinginan dan kenyataan.

Seorang peneliti berpendapat: apakah anda menumpahkan kekesalan anda kepada orang lain ketika dilanda frustrasi yang diakibatkan oleh kelelahan yang oleh para peneliti disebut “curahan hati negatif” atau anda menarik diri, menjauh dari rekan, pelanggan atau bahkan dari orang yang anda sayangi?. Jika demikian, anda telah kehilangan kontak dengan kecerdasan emosional dan sumber

⁵⁹al-Qur'an,4 (al-Nisa'):103

kreatifitas anda. Untuk mencegah dilemma yang biasa terjadi itu, anda perlu mengadakan pengamatan diri yang sistematis.

Salat adalah salah satu mekanisme untuk menampung dorongan tersebut. Seseorang akan memperoleh keseimbangan antara dorongan keinginan dan kenyataan lewat mekanisme salat, karena salat menampung dorongan energi yang tinggi—dari seseorang yang berjuang sebagai khalifah, sebagai wakil Allah yang bertugas memakmurkan bumi.

Selain untuk menyelaraskan hati, pikiran, dan kenyataan hidup, salat juga sebuah mekanisme yang bisa menambah energi bariu, yang terakumulasi menjadi kumpulan dorongan untuk segera berbuat nyata sebagai aplikasi pemikiran ke dalam realita. Energi itu akan berubah menjadi perjuangan nyata dalam menjalankan misi sebagai *rahmatan lil`alamin*. Salat akan menghasilkan sumberdaya manusia yang diilhami “cahaya Allah” yang berperan untuk memakmurkan bumi.

Disini letak keseimbangan hidup yang sesungguhnya, keseimbangan antara hati serta pikiran, keseimbangan antara pikiran dan tindakan. Keseimbangan itu tidak bersifat statis seperti garis yang mendatar, tetapi seperti garis yang mengarah ke atas, karena kegiatan salat itu sendiri akan meningkatkan dorongan dan energi dari waktu ke waktu (god sport Empowerment).⁶⁰

⁶⁰Ary Ginanjar, ESQ,289

فَإِذَا قُضِيَتِ الصَّلَاةُ فَانْتَشِرُوا فِي الْأَرْضِ وَابْتَغُوا مِن فَضْلِ اللَّهِ وَاذْكُرُوا

اللَّهُ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ ﴿١٠﴾

“Bila selesai salat, memancarkanlah kamu di muka bumi. Carilah karunia Allah. Ingatlah Allah banyak-banyak, Supaya kamu mencapai kejayaan⁶¹

f. Pengasahan Prinsip dan Penjernihan Emosi Melalui Gerakan dan Bacaan Dalam Salat

1) Rukuk dan Sujud

Kalimat yang dibaca pada waktu rukuk dan sujud menunjukkan bahwa dalam salat seseorang menjunjung tinggi sifat suci dan jernih. Sehingga dengan salat dihasilkan pemikiran yang selalu menjunjung tinggi kesucian. Selanjutnya, akan timbul keyakinan bahwa kejernihan hati akan membimbing seseorang kepada keagungan⁶²

2) Takbir *Allahu Akbar*

Dengan takbir yang diucapkan berkali kali dalam salat, sifat kebesaran Allah akan mengisi jiwanya untuk selalu meraih kebesaran dan kemenangan dengan hati yang bersih dan suci. Ucapan tersebut mendidik manusia menjadi pribadi yang bermental juara dan percaya diri⁶³

3) Doa *Ifitah*

⁶¹al-Qur'an, 62(al-Jumu'ah):10

⁶²Ary Ginanjar, ESQ, 294

⁶³Ibid, 296

Sesungguhnya salatku, ibadahku, dan matiku semata hanyalah untuk Allah seru sekalian alam. Itu adalah komitmen jiwa manusia dalam menghadapi kondisi lingkungan yang tidak bisa diramalakan. Lingkungan akan selalu berubah dengan cepat, tetapi komitmen ini berpegang pada sesuatu yang abadi.⁶⁴

4) Doa *Tahiat*

Melalui *tahiat* seseorang dibentuk untuk selalu menghormati Rabbnya, berinteraksi dengan pemimpinnya, nabi dan Rasulnya, memacu jiwa untuk selalu bersikap toleran kepada setiap manusia dan orang salih dengan selalu mendoakan keselamatan bagi mereka.

Melalui *tahiat* jiwa juga dibentuk untuk memiliki misi hidup yang kuat dengan selalu mengucapkan dua kalimat shahadat. Sehingga, secara keseluruhan *tahiat* membawa manusia untuk mempunyai jiwa kepemimpinan yang tangguh dan fleksibel⁶⁵

5) Sinergi Gerakan dan Bacaan Salat

Gerakan dan bacaan salat menyelaraskan realitas nyata dengan suara hati melalui lafal dan bacaan salat. Itu akan melatih keselarasan antara dorongan sifat yang satu dengan lainnya. Sebagai contoh, sebuah pemikiran tanpa tindakan nyata belumlah dianggap bijaksana, sehingga tidak cukup hanya dengan menyatakan beriman, tanpa suatu langkah nyata. Salat juga menjadi

⁶⁴Ibid, 295

⁶⁵ Ibid, 299

contoh pola suatu perjuangan, di mana tidak cukup hanya duduk, berdiri ataupun merunduk, tetapi haruslah dinamis dan berkelanjutan dalam suatu gerakan yang menyeluruh.⁶⁶

g. Melatih Integritas

Integritas adalah sebuah kesungguhan, kejujuran, dan komitmen. Integritas bekerja karena dorongan suara hati, bukan karena factor lain, integritas merupakan kejujuran terhadap diri sendiri.

Mendirikan salat lima waktu secara disiplin tanpa merasa diawasi oleh siapapun selain Allah, adalah pelatihan integritas yang sesungguhnya.⁶⁷

وَلِلَّهِ الْمَشْرِقُ وَالْمَغْرِبُ فَأَيْنَمَا تُولُوْا فَثَمَّ وَجْهُ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

Dan kepunyaan Allah-lah timur dan barat, Maka kemanapun kamu menghadap di situlah wajah Allah. Sesungguhnya Allah Maha Luas (rahmat-Nya) lagi Maha mengetahui⁶⁸

C. Salat Jamaah

1. Azan Dan Ikamah

Azan secara bahasa pemberitahuan atau seruan. Sedangkan Azan menurut istilah adalah pemberitahuan atau seruan sebagai pertanda masuknya waktu salat dengan bacaan yang telah ditentukan. Rasulullah saw bersabda:

كَانَ الْمُسْلِمُونَ حِينَ قَدِمُوا الْمَدِيْنَةَ يَجْتَمِعُونَ فَيَتَحَيَّيْنُونَ الصَّلَاةَ وَلَيْسَ يُنَادِي بِهَا أَحَدٌ فَتَكَلَّمُوا يَوْمًا فِي ذَلِكَ فَقَالَ بَعْضُهُمْ اتَّخَذُوا نَافِوسًا مِثْلَ

⁶⁶ Ibid, 297

⁶⁷ Ibid

⁶⁸ al-Qur'aan, 2(al-Baqarah):115

نَافُوسِ النَّصَارَى وَقَالَ بَعْضُهُمْ قَرْنَا مِثْلَ قَرْنِ الْيَهُودِ فَقَالَ عُمَرُ أَوْلَا
تَبْعَتُونَ رَجُلًا يُنَادِي بِالصَّلَاةِ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَا بِلَالُ فَمَنْ
فَنَادٍ بِالصَّلَاةِ (رواه البخاري ومسلم)

Artinya: pada saat orang muslim kembali ke madinah, mereka berkumpul dan mengira-ngirakan waktu salat, dan tidak ada satupun orang yang menyerukannya. Pada suatu hari mereka membicarakan tentang itu, maka di antara mereka ada yang mengusulkan “pergunakanlah lonceng seperti lonceng orang nasrani”, yang lain berkata “lebih baik menggunakan tanduk seperti sangkakala orang yahudi”, Umar berkata “mengapa tidak disuruh saja orang menyerukan untuk salat”. Rasulullah saw kemudian bersabda “wahai Bilal! berdirilah dan seruhkanlah adzan”. (HR. Al-Bukhari dan Muslim)⁶⁹

Sedangkan ikamah adalah ajakan Salat kepada jamaah yang telah hadir, setelah dikumandangkan Azan. Lafal Azan adalah :

اللهُ أَكْبَرُ. اللهُ أَكْبَرُ 2x
أَشْهَدُ أَنْ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللهِ 2 x
حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ 2 x
حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ 2 x
اللهُ أَكْبَرُ اللهُ أَكْبَرُ
لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ.

Artinya: Allah maha besar (2x). Aku bersaksi bahwa tiada tuhan selain Allah (2x). Aku bersaksi bahwa Nabi Muhammad adalah utusan Allah (2x). Marilah Salat (2x). Marilah merahi kemenangan (2x). Allah maha besar (2x). Tiada Tuhan selain Allah.⁷⁰

Khusus untuk alat subuh maka setelah bacaan: حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ
ditambah dengan bacaan: الصَّلَاةُ خَيْرٌ مِنَ النَّوْمِ Artinya: Salat lebih baik
daripada tidur. Hal ini sesuai dengan hadis sebagai berikut:

⁶⁹al-Bukhari, *Shūhūh al-Bukhārī* (Al-Maktabah al-Shamīlah), lihat juga *Shūhūh Muslim*

⁷⁰ Amir Abyan, Zainul Muttaqin, *Fikih MTs 1*, 42

وَزَادَ أَحْمَدُ فِي آخِرِ قِصَّةِ بِلَالٍ فِي أَذَانِ الْفَجْرِ: الصَّلَاةُ خَيْرٌ مِنَ النَّوْمِ

Artinya: dan **Ahmad** menambahkan pada akhir kisah ucapan Bilal pada Azan subuh ditambah dengan (Salat lebih baik daripada tidur).⁷¹

Lafal ikamah sama dengan lafalh azan, hanya lafalh ikamah diucapkan sekali saja, dan sesudah kalimat: **حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ** ditambah dengan kalimat: **قَدْ قَامَتِ الصَّلَاةُ**

Ketika azan dikumandangkan jamaah yang mendengarkannya disunahkan untuk menjawabnya. Caranya ialah mengikuti dengan suara yang pelan sebagaimana yang diucapkan oleh muazin, kecuali pada kalimat: **حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ** dan kalimat **حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ** jawaban setelah dua kalimat di atas adalah: **لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ**

Pada azan subuh, jawaban dari kalimah: **الصَّلَاةُ خَيْرٌ مِنَ النَّوْمِ** adalah

صَدَقْتَ وَبَرَرْتَ وَأَنَا عَلَى ذَلِكَ مِنَ الشَّاهِدِينَ

yang artinya adalah: “engkau benar dan engkau baik, dan saya termasuk di antara orang-orang yang menjadi saksi yang demikian itu.”

Ketika orang mendengarkan ikamah, juga disunahkan untuk menjawab sama ketika ia mnedengarkan seruan azan, kecuali setelah lafal: **قَدْ قَامَتِ الصَّلَاةُ** jawabanya adalah:

أَقَامَهَا اللَّهُ وَأَدَامَهَا مَا دَامَتِ السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ وَجَعَلَنِي مِنْ أُمَّةٍ لِحَيْنٍ

Artinya adalah: “semoga allah menegakkan salat ini dan

⁷¹Ahmad Ibnu Hanbal, *Musnad Ahmad*, (al-Maktabah al-Shamilah)

melestarikannya, selama ada bumi dan langit, dan semoga Allah menjadikanku termasuk orang-orang yang salih”⁷²

1. Doa Sesudah Azan dan Ikamah

Setelah selesai azan, baik yang azan sendiri maupun yang menjawab azan, hendaknya ia membaca doa sebagai berikut:

اللَّهُمَّ رَبَّ هَذِهِ الدَّعْوَةِ التَّامَّةِ , وَالصَّلَاةِ الْقَائِمَةِ , آتِ مُحَمَّدًا الْوَسِيلَةَ وَالْفَضِيلَةَ , وَأَبْعَثْهُ مَقَامًا مَحْمُودًا الَّذِي وَعَدْتَهُ , انك لا تخلف الميعاد .

Artinya: “ Ya Allah yang mempunyai seruan yang sempurna ini dan salat yang ditegakkan, berilah Nabi Muhammad wasilah dan keutamaan, dan berilah ia kedudukan yang terpuji yang telah Engkau janjikan kepadanya. Sungguh Engkau tak pernah mengingkari janji.”

Adapun doa setelah ikamah adalah sebagai berikut:

اللَّهُمَّ رَبَّ هَذِهِ الدَّعْوَةِ التَّامَّةِ وَالصَّلَاةِ الْقَائِمَةِ . صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَآتِ سَوْئِلَهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ

Artinya: “Ya Allah Tuhan seruan yang sempurna ini dan salat yang ditegakkan, curahkanlah rahmat dan salam atas junjungan kita Nabi Muhammad saw., dan kabulkanlah segala permohonannya pada hari kiamat.”

2. Sunah-Sunah Pada Waktu Azan dan Ikamah

a. Bersuci dari hadas dan najis

Rasulullah saw. bersabda:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: لَا يُؤَدَّنُ إِلَّا مَنْوَضِيٌّ (رواه الترمذي)⁷³

b. Artinya: “dari Abu>Hurairah, bahwasanya Nabi saw bersabda : tidak boleh azan kecuali orang yang telah berwudu”.

⁷²Amir Abyan, Zainul Muttaqin, *Fikih MTs 1* , 43-44

⁷³al-Turmudhi, *Sunan al-Turmudhi*(al-Maktabah al-Shamilah)

- c. Menghadap kiblat serta menengok ke kanan pada waktu dibacakan حَيَّ عَلَى الصَّلَاةِ dan menengok ke kiri pada waktu dibacakan : حَيَّ عَلَى الْفَلَاحِ :

Rasulullah saw. bersabda:

عَنْ أَبِي جُحَيْفَةَ قَالَ رَأَيْتُ بِلَالًا يُؤَدِّنُ وَيَدُورُ وَيُبْعِثُ فَاهُ هَا هُنَا وَهَآ هُنَا
وَإِصْبَعَاهُ فِي أُذُنَيْهِ⁷⁴

Artinya: “Dari Abu Juhaifah ra. Ia berkata, ‘saya pernah lihat Bilal sedang azan dan saya ikuti mulutnya ke sana kemari sedang ibu jarinya diletakkan di lubang telinganya’. (HR. **Ahmad** dan al-**Turmudhi**)

- d. Dengan suara yang bagus dan nyaring, Jika Azan dikumandangkan dengan lembut, maka ikamah dialunkan lebih cepat.
- e. Azan dan ikamah dilakukan dalam keadaan berdiri.

Adapun keutamaan orang yang melakukan azan antara lain disebutkan di dalam hadis sebagai berikut:

سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ إِنَّ الْمُؤَدِّينَ أَطْوَلَ
النَّاسِ أَعْنَاقًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ⁷⁵

Artinya: “Saya mendengar Rasulullah saw. bersabda, ‘sungguh para muazin adalah orang-orang yang paling panjang lehernya (berpenampilan indah) pada hari kiamat’. (HR. **Ahmad**, Muslim, dan Ibnu **Majah**)

3. *ESQ* Azan dan Ikamah (Transfer Kecerdasan Emosional dan Spiritual)

Azan dan ikamah mempunyai potensi untuk membangkitkan fitrah setiap manusia. Suara azan dan ikamah yang dikumandangkan dengan pemaknaan mendalam dapat menjadi sarana yang ekspresif, berjiwa, dan menularkan kebesaran Allah

⁷⁴**Ahmad** Ibnu **Hānbal**, *Musnad Ahmad*, (al-Maktabah al-Shāmilah) lihat juga *Sunan al-Turmudhi*;

⁷⁵Ibid, al-Maktabah al-Shāmilah

Sesungguhnya, kita semua saling mempengaruhi suasana hati, sehingga kemampuan kita mempengaruhi emosi orang lain menjadi lebih positif atau negative merupakan hal yang alamiah, kita tidak pernah berhenti melakukannya, yaitu saling menularkan emosi kepada orang lain. Sebuah penelitian, memberikan fakta bahwa “ ketiga orang yang belum saling kenal duduk berhadapan selama dua menit, orang yang secara emosi paling ekspresif dapat mentransmisikan suasana hatinya kepada kedua responden lainnya. Dalam setiap pertemuan, suasana hati yang dipancarkan oleh orang yang paling ekspresif juga terdeteksi pada duaucapan orang yang lain. Ternyata, benar bahwa emosi itu menular seperti kata Goleman⁷⁶

Azan yang dikumandangkan secara antusias lima kali dalam sehari, semestinya mampu menularkan emosi dari isi Azan itu sendiri. Ucapan *Allahu Akbar* (Maha besar Allah), atau *Hayya ala al- salah* (marilah kita salat), *Hayya ala al-falah*(Raihlah Kemenangan), dan isi Azan lainnya, jika diresapi maknanya, akan mampu mempengaruhi serta membangkitkan semangat seseorang untuk meraih kemenangan dan memegang prinsip shahadat.

Oleh karena itu, seorang muazinsangat dianjurkan untuk terlebih dulu memahami isi Azan itu, sehingga mampu mengumandangkan

⁷⁶Goleman, Working with Emotional Intelligence, 195

kebesaran Allah dan nilai emosi isi Azan dengan semangat, serta memiliki jiwa disamping berfungsi sebagai panggilan untuk salat.⁷⁷

4. Pengertian Salat Jamaah

Kata jamaah (الجماعة) artinya kumpulan atau kelompok orang. Jadi, pengertian Salat jamaah menurut bahasa adalah salat yang dikerjakan bersama-sama lebih dari satu orang. Pengertian Salat jamaah menurut istilah ialah Salat yang dikerjakan bersama-sama oleh dua orang atau lebih, salah seorang di antaranya bertindak sebagai imam (pemimpin yang harus diikuti), sedangkan yang lain disebut makmum yang harus mengikuti imam.

Tempat yang paling utama untuk mengerjakan Salat fardu adalah di masjid, demikian juga Salat jamaah. Makin banyak jumlah jamaahnya makin utama dibandingkan dengan Salat jamaah yang sedikit pesertanya.

Dalam hal ini Rasulullah bersabda:

إِنَّ صَلَاةَ الرَّجُلِ مَعَ الرَّجُلِ أَزْكَى مِنْ صَلَاتِهِ وَحَدَهُ وَصَلَاتُهُ مَعَ الرَّجُلَيْنِ
 أَزْكَى مِنْ صَلَاتِهِ مَعَ الرَّجُلِ وَمَا كَثُرَ فَهُوَ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى⁷⁸

Artinya: sesungguhnya Salatnya seseorang bersama dengan orang lain lebih baik daripada Salat sendiri. Salat seseorang dengan dua orang lebih baik daripada seseorang bersama satu orang. Jika jamaah itu lebih banyak jumlah pesertanya, maka jamaah itu lebih disenangi oleh Allah ta'ala.”

Salat jamaah ini mempunyai derajat yang lebih tinggi dibandingkan dengan salat sendiri. Rasulullah saw bersabda:

صَلَاةُ الْجَمَاعَةِ أَفْضَلُ مِنْ صَلَاةِ الْفَدَىِّ بِسَبْعٍ وَعَشْرِينَ دَرَجَةً⁷⁹

⁷⁷Ary Ginanjar, ESQ, 306

⁷⁸, Jalal al-din al-Suyuti, Jami' al-Ahādīs (al-Maktabah al-Shamīlah)

Artinya: Salat jamaah lebih utama dua puluh tujuh derajat dibandingkan dengan salat sendiri. (HR. Muslim)

5. Hukum Salat Jamaah

Hukum salat jamaah menurut sebagian ulama adalah fardu *'ain* (kewajiban individu), dan ada juga yang berpendapat fardu *kifayah* (jika sudah ada yang mengerjakan, maka kewajiban yang lain gugur), dan sebagian lagi berpendapat sunah muakkad. Pendapat yang terakhir ini dipandang sebagai pendapat yang paling kuat, kecuali salat jamaah dalam salat jum'at. Salat jamaah bagi orang laki-laki di masjid lebih utama daripada salat jamaah di rumah, tetapi kalau salat jamaah sunah maka lebih baik dilakukan di rumah. Sedangkan bagi perempuan lebih baik di rumah daripada di masjid, karena hal tersebut lebih aman. Dalam hadis dinyatakan sebagai berikut:

أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ : صَلُّوا أَيُّهَا النَّاسُ فِي بُيُوتِكُمْ فَإِنَّ أَفْضَلَ صَلَاةِ الْمَرْءِ فِي بَيْتِهِ إِلَّا الصَّلَاةَ الْمَكْتُوبَةَ (متفق عليه)⁸⁰

Artinya: Rasulullah saw bersabda: wahai manusia salatlah kamu dirumah masing-masing. Sesungguhnya sebaik-baik salat adalah salat seseorang di rumahnya kecuali salat wajib.

6. Syarat-Syarat Imam

Orang yang berhak menjadi imam telah dijelaskan oleh hadis sebagai berikut:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا كَانُوا ثَلَاثَةً فَلْيُؤَمِّمَهُمْ أَحَدُهُمْ وَأَحْفَهُمْ بِالْإِمَامَةِ أَفْرَوْهُمْ (رواه مسلم)⁸¹

⁷⁹Muslim , *Sūḥibū Muslim*, (Al-Maktabah al-Shamīlah)

⁸⁰al-Nasa'i, *Sunan al-Nasa'i* (Al-Maktabah al-Shamīlah)

Artinya: Rasulullah saw bersabda: apabila mereka bertiga, maka hendaknya mereka jadikan imam salah seorang di antara mereka, dan yang paling patut untuk menjadi imam ialah yang paling fasih bacaanya. (HR. Muslim)

Adapun syarat-syarat menjadi imam adalah sebagai berikut:

- a. Laki-laki dan perempuan boleh menjadi makmum laki-laki.
- b. Perempuan tidak boleh menjadi imam laki-laki.
- c. Orang dewasa boleh makmum kepada anak yang sudah mumayiz (hampir dewasa).
- d. Hamba sahaya boleh makmum pada orang merdeka, atau sebaliknya.
- e. Laki-laki tidak boleh makmum pada perempuan.
- f. Orang yang makmum pada orang lain tidak boleh dijadikan imam.
- g. Tidak boleh makmum pada orang yang diketahui shalatnya batal.

7. Syarat-Syarat Makmum

- a. Makmum hendaknya berniat mengikuti imam. Adapun imam tidak disyaratkan berniat menjadi imam, tetapi hanya sunah, agar ia mendapatkan pahala berjamaah,
- b. Makmum harus mengikuti semua gerak imam dan tidak boleh mendahului imam. Hadis menyatakan sebagai berikut:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّمَا جُعِلَ الْإِمَامُ لِيُؤْتَمَّ بِهِ. فَإِذَا كَبَّرَ فَكَبِّرُوا وَإِذَا رَكَعَ فَارْكَعُوا (رواه البخاري ومسلم)⁸²

Artinya: Rasulullah saw bersabda “sesungguhnya dijadikan imam itu supaya diikuti perbuatannya. Apabila imam takbir, maka hendaklah kamu takbir, dan apabila imam rukuk, hendaklah kamu rukuk pula.” (HR. al-Bukhari dan Muslim)

⁸¹Ibid

⁸²al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari* (Al-Maktabah al-Shamilah), lihat juga *Shahih Muslim*

- c. Makmum mengetahui gerak-gerik imam, baik diketahui dengan melihat imam sendiri atau melihat makmum yang mengikuti imam atau mendengarkan suara imam.
- d. Imam dan makmum ada dalam satu tempat.
- e. Tempat berdiri makmum harus dibelakang imam.
- f. Imam dan makmum sama aturan shalatnya, seperti salat fardu mengikuti salat gerhana, karena aturan kedua salat tersebut tidak sama. Adapun salat fardu mengikuti salat sunah yang sama aturannya maka hal tersebut dibolehkan.

8. Makmum *Masbuq*

Masbuq ialah tertinggal (dari imam) yaitu orang mengikuti Salat berjamaah, tetapi ia tidak melakukan Salat bersama imam sejak imam takbiratul ikram (sejak rakaat pertama).

Cara makmum mengikuti imam yang tertinggal, ia harus mengerjakan gerakan sebagaimana yang dikerjakan imam. Jika makmum masih mendapati makmum belum rukuk atau sedang rukuk dan ia dapat melaksanakan rukuk bersama imam dengan sempurna, maka makmum tersebut terhitung mengijuti jamaah satu rakaat. Dalam hal sebagaimana yang dilakukan makmum tersebut hendaklah berusaha membaca **al-Fatihah** walaupun hanya satu ayat atau beberapa ayat. Jika imam selesai salat, sedangkan makmum kurang bilangan rakaatnya, hendaklah makmum menambah kekurangan rakaatnya, setelah imam salam. Rasulullah saw bersabda:

إِذَا جَاءَ أَحَدُكُمْ الصَّلَاةَ وَتَحْنُ سُجُودٌ فَاسْجُدُوا وَلَا تَعُدُّوْهَا شَيْئًا. فَمَنْ أَدْرَكَ
الرُّكُوعَ فَقَدْ أَدْرَكَ الرَّكْعَةَ (رواه أبو داود)⁸³

Artinya: “jika salah satu di antaramu datang untuk melakukan salat, sedangkan kita sedang dalam keadaan sujud, maka sujudlah dan jangan kamu hitung sebagai rakaat. Barang siapa yang menemui rukuk, maka ia mendapatkan rakaat.” (HR. **Abu Dawud**)

Bagi makmum yang hanya mendapatkan rukuk dengan imam, menurut sebagian ulama makmum tersebut mendapatkan satu rakaat, karena makmum tidak dituntut untuk membaca *al-Fatihah*, karena hal tersebut sudah ditanggung imam. Sebagian ulama berpendapat bahwa tidak mendapatkan satu rakaat, kecuali apabila ia dapat membaca *al-Fatihah* sebelum imam rukuk.

9. Cara Mengingatn Ketika Lupa

Imam yang lupa dalam melakukan tahapan-tahapan alat, maka makmum harus mnengingatkannya. Cara mengingatkan imam yang lupa, makmum cukup mengucapkan سبحان الله bagi makmum laki-laki, dan tepuk tangan bagi makmum perempuan. Kedua peringatan tersebut harus didengar oleh imam.

10. Cara Menggantikan Imam Batal

Jika di tengah-tengah salat jamaah imam batal, misalnya imam kentut di tengah-tengah jamaah, maka ia menunjuk salah satu di antara makmum yang ada dibelakangnya untuk menggantikannya. Cara imam menunjuk makmum adalah dengan menarik salah satu tangan makmum untuk maju kedepan menggantikannya. Apabila imam langsung mundur

⁸³Abu Dawud, *Sunan Abi Dawud* (al-Maktabah al-Shamilah)

tanpa menunjuk makmum, maka makmum yang ada dibelakang imam harus maju untuk menggantikan imam, oleh karena itu makmum yang ada dibelakang imam harus orang yang fasih bacaan al-Qurannya.

11. *ESQ* Dalam Salat Jamaah(lambang sinergi dan kolaborasi)

Bekerja dalam tim yang terkoordinasi menuntut tingkat kecerdasan sosial yang tinggi, serta ketrampilan membaca dan mengelola hubungan. Orang yang kecerdasan sosialnya lebih tinggi, merupakan orang yang paling banyak mempunyai keturunan yang mampu bertahan hidup.⁸⁴

Dua orang ahli bernama *T Kawaguchi* dan *H Kudo*, dalam tulisannya yang berjudul “ *Neocortical Development and Social Structure in Primates*” pada 1990, menyatakan bahwa *Neocortex*(Lapisan otak paling atas) akan semakin membesar sebanding dengan makin besarnya kelompok yang mampu dibentuk. *Neocortex* dengan pemahamannya yang canggih terhadap dinamika kelompok, menafsirkan data yang dimilikinya sejalan dengan nilai nilai emosi. Setiap pengenalan yang di lakukan pikiran (“ itu kursi) maka pasti disertai reaksi emosi (...aku tidak suka atau ...aku suka)⁸⁵

Berdasarkan pandangan beberapa ahli bahwa *neocortex* akan makin membesar sebanding dengan besarnya kelompok yang mampu dibentuk.

Maka baik salat jamaah di rumah (keluarga), di masjid(lokal), Jum'at(regional), idul fitri dan idul adha(nasional), jamaah pada waktu

⁸⁴Goleman, *Working with Emotional Intelligence*, 238

⁸⁵*Ibid*, 239

haji (internasional), semua akan membangun kecerdasan social manusia melalui peningkatan *neocortex* yang meningkatkan kemampuan berpikir, bersosialisasi dan bersinergi. Itulah sebuah perintah 1400 tahun yang lalu untuk meningkatkan *neocortex* melalui jamaah.⁸⁶

Fakta mendasar saat ini, bahwa tiap orang diantara kita hanya memiliki sebagian informasi atau keahlian yang kita butuhkan untuk menyelesaikan masalah kita.⁸⁷ Peningkatan kecepatan informasi, ilmu pengetahuan, juga jaringan kerja di era modern, membuat kita semakin tergantung pada pemikiran anggota kelompok lainnya, dibandingkan dengan masa masa sebelumnya. Globalisasi adalah bukti nyata akan kebutuhan manusia untuk berinteraksi dan bersinergi dengan kelompok lain di luar kelompoknya. Tidak diragukan bahwa pikiran kelompok hasil dari sinergi akan melahirkan pemikiran yang jauh lebih cerdas dan lebih sempurna.

Salat jamaah adalah contoh pelatihan sekaligus simbol dari kondisi energi. Pertemuan salat jamaah dalam skala apa pun, kesemuanya melambangkan arti penting sinergi dan kolaborasi dari berbagai lapisan tingkatan.⁸⁸

Semua falsafah dalam sinergi dan kolaborasi terdapat dalam salat jamaah, seperti kesamaan tujuan dan visi(kiblat), Saling mengisi (mengisi saf atau barisan yang kosong, dll.), keteraturan organisasi (imam dan makmum), kesamaan persepsi dan perinsip (isi bacaan salat), saling

⁸⁶Ary Ginanjar, ESQ, 303

⁸⁷Goleman, Working with Emotional Intelligence,241

⁸⁸Ary Ginanjar, ESQ, 304

mendukung (salawat), saling mengingatkan perinsip (dakwah dari para khatib), pertemuan rutin (waktu salat), dan demokrasi(tatacara memberi tahu imam yang salah).

Mulai dari isi salat itu sendiri, seperti salawat dan salam, kerapihan barisan dalam saf, system imam dan makmum, kesatuan dan kesamaan gerakan, kesamaan misi dan visi dalam salat, saling mendoakan, bahkan cara memperbaiki imam apabila ia melakukan kesalahan, sungguh merupakan contoh pelatihan sinergi yang terbaik yang pernah ada.⁸⁹

D. Zikir dan Doa

1. Pengertian Zikir dan Doa

a. Pengertian Zikir

Kata Zikir (الذكر) menurut bahasa artinya ingat. Sedangkan zikir menurut istilah adalah mengingat Allah swt dengan maksud untuk mendekatkan diri kepadaNya. Kita sebagai hamba Allah sudah sepatutnya kita mengingat dan selalu teringat kepadaNya. Apabila kita selalu mengingat kebesaran serta kektuatan Allah swt, maka dapat terhindar dari sifat sombong dan takabbur. Allah swt berfirman:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, berzdikirlah (dengan menyebut nama) Allah, zikir yang sebanyak-banyaknya⁹⁰.

b. Pengertian doa

⁸⁹Ibid 304-305

⁹⁰al-Qur'an,33 (al-Ahḏab):41

Pengertian **du'a**(الدعاء) menurut bahasa ialah memanggil, meminta tolong, dan memohon sesuatu. Sedangkan doa menurut istilah ialah memohon sesuatu atau memohon perlindungan kepada Allah swt, dengan merendahkan diri dan tunduk kepadaNya. Allah swt selalu menyuruh hambaNya agar selalu berdoa kepadaNya dengan firmanNya:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ ۗ

Artinya: Dan Tuhanmu berfirman: "Berdoalah kepada-Ku, niscaya akan Kuperkenankan bagimu."⁹¹

2. Zikir Dan Doa sesudah Salat

Bacaan zikir sesudah Salat sering disebut juga dengan wirid. Wirid itu sendiri artinya adalah bacaan-bacaan (zikir, doa) yang dibaca setiap hari. Adapun urutan bacaan zikir atau wirid setelah Salat lima waktu adalah sebagai berikut:⁹²

- a. Membaca shahadat sambil mengusap tangan kanan pada wajah setelah mengucapkan salam yang kedua. Hal ini sesuai dengan *hadis* sebagai berikut:

أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا صَلَّى وَقَرَعَ مِنْ صَلَاتِهِ مَسَحَ بِيَمِينِهِ عَلَى رَأْسِهِ وَقَالَ بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ اللَّهُمَّ أَذْهِبْ عَنِّي الْهَمَّ وَالْحَزْنَ ۗ⁹³

Artinya: “Sesungguhnya Rasulullah saw setelah selesai menunaikan Salatnya beliau mengusap kepalanya dengan tangan kanan dan mengucapkan:

⁹¹al-Qur'an,40 (al-Mu'min):60

⁹²Amir Abyan, Zainul Muttaqin, *Fikih MTs 1*, 57-61

⁹³Abu-al-Qasim Sulaiman Ibnu Ahfnad, al-Mu'jam al-Ausat}(al-Maktabah al-Shamilah)

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ اللَّهُمَّ أَذْهِبْ عَنِّي الْهَمَّ
وَالْحَزْنَ

Artinya: Dengan menyebut nama Allah, Tiada tuhan selain dia, maha pengasih lagi maha penyayang, Ya Allah hilangkan dari aku keprihatinan dan kesedian

- b. Membaca istighfar tiga kali

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ

Artinya: “saya memohon ampun kepada Allah yang maha agung, yang tidak ada tuhan kecuali Dia zat yang hidup dan berdiri sendiri, dan aku bertobat kepadaNya.

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ لِيْ وَلِوَالِدَيَّ وَلِجَمِيعِ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ
وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ.

Artinya: saya memohon ampun kepada Allah yang maha agung untukku dan kedua orang tuaku serta untuk semua kaum muslimin, muslimat, mukminin, mukminat, baik yang hidup maupun yang mati, dan aku bertaubat kepadaNya.

- c. Bacaan Tahlil yaitu:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِي وَيُمِيتُ وَهُوَ
عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ.

Artinya: “Tidak ada Tuhan selain Allah sendiri, tiada sekutu bagiNya, bagiNya segala kekuasaan, dan bagiNya segala puji. Dia zat yang menghidupkan dan yang mematikan, dan Dia berkuasa atas segala sesuatu.”

- d. Bacaan

اللَّهُمَّ أَنْتَ السَّلَامُ وَمِنْكَ السَّلَامُ وَإِلَيْكَ يَعُودُ السَّلَامُ فَحَيِّنَا رَبَّنَا بِالسَّلَامِ
وَأَدْخِلْنَا الْجَنَّةَ الدَّارَ السَّلَامِ تَبَارَكْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ يَا ذَا الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ.

Artinya: Ya Allah engkau adalah keselamatan, dan dari engkau adalah keselamatan, dan kepada engkau akan kembali keselamatan, maka hidupkanlah kami wahai Tuhan kami dengan selamat, dan masukkanlah kami ke dalam surga tempat keselamatan. Engkau maha

suci wahai Tuhan kami dan engkau maha luhur wahai zat yang mempunyai sifat keagungan dan kemulyaan.

- e. Bacaan berikutnya ialah:

اللَّهُمَّ لَا مَانِعَ لِمَا أَعْطَيْتَ وَلَا مُعْطِيَ لِمَا مَنَعْتَ وَلَا رَادَّ لِمَا قَضَيْتَ وَلَا يَنْفَعُ دَا الْجَدِّ مِنْكَ الْجَدُّ

Artinya: Ya Allah tidak ada yang menghalangi terhadap apa yang Engkau berikan, dan tidak ada yang dapat member terhadap apa yang Engkau larang, dan tidak ada yang menolak apa yang Engkau tentukan dan tidak bermanfaat kepada orang yang mempunyai derajat/kedudukan (jika ada) derajat/kedudukan dari-Mu.

- f. Bacaan Ayat Kursi

Hal ini sesuai dengan hadis Rasulullah saw sebagaimana berikut:

مَنْ قَرَأَ آيَةَ الْكُرْسِيِّ فِي دُبُرِ كُلِّ صَلَاةٍ مَكْتُوبَةٍ لَمْ يَمْنَعْهُ مِنْ دُخُولِ الْجَنَّةِ إِلَّا أَنْ يَمُوتَ (رواه النسائي والطبراني)

Artinya: “Barang siapa yang membaca ayat kursi di setiap selesai Salat maktubah, maka tidak ada yang melarangnya untuk masuk surga kecuali maut” (HR. al-Nasa’i dan al-Tabrani)⁹⁴

- g. Bacaan Surat *Al-Ikhlās*, *Al-Falaḥ* dan *Al-Nas*.

Hal ini sesuai dengan hadis yang diriwayatkan oleh *Abu Dawūd*, *al-Turmuḥi*, *al-Nasa’i* dari *Uqbah bin Amir* yang menyatakan bahwa Rasulullah saw memerintahkan untuk membaca surah *Al-Ikhlās*, *Al-Falaḥ* dan *Al-Nas*.

- h. Bacaan tasbih (سبحان الله) sebanyak 33 kali, bacaan tahmid (الحمد لله) sebanyak 33 kali, dan bacaan takbir (الله أكبر) sebanyak 33 kali. kemudian dilanjutkan bacaan tahlil. Hal ini sesuai dengan hadis Nabi saw sebagai berikut:

⁹⁴al-Nasa’i, *Sunan al-Nasa’i* (al-Maktabah al-Shamilah)

عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مَنْ سَبَّحَ اللَّهَ فِي دُبُرِ كُلِّ صَلَاةٍ ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ وَحَمِدَ اللَّهَ ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ وَكَبَّرَ اللَّهَ ثَلَاثًا وَثَلَاثِينَ فَتِلْكَ تِسْعَةٌ وَتِسْعُونَ وَقَالَ تَمَامَ الْمِائَةِ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحَدُّهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ غُفِرَتْ خَطَايَاهُ وَإِنْ كَانَتْ مِثْلَ زَبَدِ الْبَحْرِ (رواه أحمد وبخاري ومسلم وأبو داود)⁹⁵

Artinya: Dari Rasulullah saw. “Barang siapa yang membaca tasbih 33 kali, tahmid 33 kali, takbir 33 kali sehingga jumlahnya 99, supaya genap 100, maka dibacakan لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحَدُّهُ لَا شَرِيكَ لَهُ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ, maka akan diampuni kesalahan-kesalahannya, walaupun sebanyak buih di laut. (HR. **Ahmad**, **al-Bukhari**, **Muslim**, dan **Abu Dawud**).

Setelah wirid itu selesai dibaca, kemudian dilanjutkan dengan pembacaan doa. Sebelum doa dibaca, boleh juga dibaca zikir yang lain, seperti bacaan tahlil dan salawat.

3. Tata Cara Berzikir dan Berdoa

a. Tata Cara Berzikir

Zikir dapat dilkakukan sambil berdiri, duduk, atau berbaring, asalkan tidak dalam WC atau tempat lain yang tidak sesuai dengan kesucian Allah swt. Dalam hal ini Allah swt berfirman:

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٦١﴾

Artinya: (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadan berbaring dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata): "Ya Tuhan Kami, Tiadalah Engkau menciptakan ini dengan sia-sia, Maha suci Engkau, Maka peliharalah Kami dari siksa neraka"⁹⁶

⁹⁵Muslim , *Sūḥibū Muslim*, (al-Maktabah al-Shamīlah)

⁹⁶al-Qur'aan, 3('Aḱī 'Imraan):191

Cara melakukan zikir ada tiga macam, yaitu:

- 1) Zikir yang dilakukan dengan hati, yaitu dengan cara bertafakkur memikirkan ciptaan Allah swt, sehingga timbul didalam pikiran kita bahwa Allah adalah dhat yang maha kuasa.
- 2) Zikir yang dilakukan dengan ucapan.yaitu dengan cara mengucapkan lafal}-lafal} yang di dalamnya mengandung lafal} Allah yang telah diajarkan Rasulullah saw kepada umatnya. **Lafal} lafal}** tersebut di antaranya adalah:Basmalah, hamdalah atau tahmid,Takbir,Tahlil,Ta'awudh,Istighfar,Tasbih,Hauqalah,**Shlawat** membaca ayat-ayat Al-Qur'an. Pada saat zikir hati kita hendaknya ingat kepada makna yang terkandung dalam lafal lafal yang sedang kita ucapakan. Oleh sebab itu kita harus mengetahui arti dari lafal itu.
- 3) Zikir yang dilakukan dengan perbuatan yaitu dengan cara melakukan semua perintah-perintah Allah dan menjahui segala larangan-laranganNya.

b. Tata Cara Berdoa

Ketika berdoa hendaknya diperhatikan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Memulai berdoa dengan membaca basmalah dan dilanjutkan dengan bacaan hamdalah dan **shlawat**. Sebagaimana hadis Nabi saw:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِذَا صَلَّى أَحَدُكُمْ فَالْيَدَا بِتَحْمِيدِ اللَّهِ تَعَالَى وَالتَّنَاءِ عَلَيْهِ ثُمَّ يُصَلِّي عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ يَدْعُو بِمَا شَاءَ.⁹⁷

Artinya: Rasulullah saw bersabda “Apabila salah satu di antaramu berdoa hendaklah memulai dengan memuji kepada Allah dan berterimakasih kepadaNya, kemudian membaca salawat dan salam kepada Nabi saw. kemudian berdoa sesuai dengan keinginannya”.

- 2) Mengangkat kedua tangan ketika berdoa dan mengusapkannya pada wajah setelah selesai berdoa. Hal ini sesuai dengan hadis sebagai berikut:

كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا رَفَعَ يَدَيْهِ فِي الدُّعَاءِ لَمْ يَحْطُهُمَا حَتَّى يَمْسَحَ بِهِمَا وَجْهَهُ⁹⁸

Artinya: Rasulullah saw apabila mengangkat tangannya pada saat berdoa, tidak pernah menurunkannya sehingga ia mengusapkan kedua tangannya itu ke wajahnya.

- 3) Berdoa hendaknya disertai hati yang khusu’ dan meyakini bahwa Allah swt pasti akan mengabulkan doa tersebut. hal ini sesuai dengan hadis sebagaimana berikut:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَدْعُوا اللَّهَ وَأَنْتُمْ مُوقِنُونَ بِالْإِجَابَةِ وَأَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ تَعَالَى لَا يَسْتَجِيبُ دُعَاءَ مَنْ قَلْبٍ غَافِلٍ لَاهٍ (رواه الترمذي)⁹⁹

Artinya: Rasulullah saw bersabda “berdoalah kepada Allah dan hendaklah kamu yakin akan dibulkan. Ketahuilah bahwa Allah tidak akan mengabulkan doa orang-orang yang hatinya lalai dan lengah.” (HR. Al-Turmudhi)

⁹⁷ Ahmad Ibnu Husain al- Baihaqi> *Sunan al-Sūgī li al-baihaqi*(Al-Maktabah al-Shāmilah)

⁹⁸ al-Turmudhi> *Sunan al-Turmudhi*(Al-Maktabah al-Shāmilah)

⁹⁹ al-Turmudhi> *Sunan al-Turmudhi*(Al-Maktabah al-Shāmilah)

- 4) Berdoa dengan suara lembut dan tidak perlu dengan suara keras, karena Allah sangat dekat dengan kita, dan Allah maha mendengar.

Hal ini sesuai dengan firman Allah sebagai berikut:

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

Artinya: 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 kebenaran¹⁰⁰.

- c. Waktu yang Lebih Baik untuk Berdoa

Waktu-waktu tersebut antara lain:

- 1) Waktu sepertiga malam yang terakhir, dan waktu setelah salat lima waktu. Hal ini sesuai dengan hadis sebagai berikut:

وعن أبي أمامة رضي الله عنه قال : قيل لرسول الله صلى الله عليه وسلم : أي الدعاء أسمع ؟ قال : جوف الليل الآخر ، ودبر الصلوات المكتوبات . (رواه الترمذي)¹⁰¹

Artinya: “dari Abu Umamah ia berkata, (sahabat bertanya) wahai Rasulullah doa apa yang paling didengar Allah? Rasulullah menjawab yaitu pada waktu tengah malam yang akhir dan sesudah salat fard}u.” (HR. Al-Turmudhi)

- 2) Pada hari Jum’athal ini sesuai dengan hadis sebagai berikut:

أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ذَكَرَ يَوْمَ الْجُمُعَةِ، فَقَالَ: فِيهِ سَاعَةٌ لَا يُوَافِقُهَا عَبْدٌ مُسْلِمٌ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي، يَسْأَلُ اللَّهَ تَعَالَى شَيْئًا إِلَّا أَعْطَاهُ إِيَّاهُ وَأَشَارَ بِيَدِهِ يُقَالُهَا¹⁰²

¹⁰⁰al-Qur’aan2, (al-Baqarah):186

¹⁰¹Ibid

Artinya: Sesungguhnya Rasulullah membicarakan hari jum'at, ia berkata. "Pada Hari itu ada suatu saat apabila ada seseorang muslim yang salat bertepatan dengan saat itu, kemudian memohon kepada Allah, niiscaya Allah mengabulkan permohonannya. (ia berisyarat dengan tangannya menunjukkan bahwa waktu itu sangat sebentar)." (HR. Muttafaq 'Alaih)

3) Waktu antara Azan dan Ikamah

Hal ini sesuai dengan hadis sebagai berikut:

وَعَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "

الدُّعَاءُ لَا يُرَدُّ بَيْنَ الْأَذَانِ وَالْإِقَامَةِ". (رواه أحمد وأبو داود والترمذي)¹⁰³

Artinya: Dari Anas bin Malik ia berkata. "Rasulullah saw bersabda: "doa antara azan dan ikamah itu tidak ditolak". (HR. *Ahmad*, Abu Daud dan *Al-Turmudhi*)

4) Waktu seseorang sedang berpuasa

Hal ini sesuai dengan hadis berikut:

ثَلَاثَةٌ لَا تُرَدُّ دَعْوَتُهُمْ : وَالصَّائِمُ حَتَّى يُفْطِرَ ، الْإِمَامُ الْعَادِلُ ، وَدَعْوَةُ

الْمَظْلُومِ (رواه الترمذي)¹⁰⁴

Artinya: Ada tiga golongan yang tidak ditolak doanya, yaitu orang yang berpuasa sampai ia berbuka, penguasa yang adil, dan orang yang teraniaya." (HR. *Al-Turmudhi*)

4. ESQ Dalam Zikir Dan Doa

Kekuatan pikiran bawah sadar atau sugesti, adalah energi dahsyat yang berguna sebagai pilot dalam diri kita. Energi itu bisa dimunculkan melalui pemograman diri manusia dengan mengingat Allah setiap waktu.

Kekuatan energi ini akan mengalir dan menuntun manusia pada ESQ yang

¹⁰²al-Bukhari, *Shahih al-Bukhari* (Al-Maktabah al-Shamilah)

¹⁰³Ahmad Ibnu Hanbal, *Musnad Ahmad*, (Al-Maktabah al-Shamilah)

¹⁰⁴al-Turmudhi, *Sunan al-Turmudhi* (Al-Maktabah al-Shamilah)

luar biasa.¹⁰⁵ Lihat beberapa nilai yang muncul sebab ESQ yang dilahirkan melalui zikir :

a. *Spiritual Wisdom* (kebijaksanaan dalam bersikap)

Erwin bekerja di sebuah perusahaan otomotif sebagai buruh, tugasnya memasang dan mengencangkan baut. Tugas itu telah dilaksanakan selama sepuluh tahun. Suatu saat ia di tanya “ bukankah ini pekerjaan yang membosankan?” Ia menjawab dengan tersenyum,” tidakkah ini pekerjaan mulia, saya telah menyelamatkan ribuan orang yang mengemudi mobil, andaikata bagian mobil bautnya ada yang kendur maka potensi kecelakaan sangatlah besar, termasuk mobil bapak ini”.

Ketika hari buruh, semua pada mogok kerja dan berdemo, ia ditanya “ mengapa anda tidak mogok kerja dan berdemo untuk kenaikan gaji?”. Sekali lagi Erwin menjawab dengan suara hatinya “ siapa yang tidak ingin gaji besar, saya memahami kondisi pimpinan perusahaan yang lagi dalam kesulitan. Jadi itu hanya akan memperberat masalah mereka, pak, “saya bekerja karena prinsip saya adalah memberi, bukan untuk perusahaan, namun lebih pada pengabdian saya pada Allah”.Lihat, bagaimana seorang hamba mampu memaknai segala aktivitasnya dengan dikembalikan segalanya kepada Allah, ini adalah buah karena suara hatinya selalu beraktivitas zikir kepada Allah. Telahir kebahagiaan dan kedamaian pada jiwa sebab

¹⁰⁵Ibid, 121

zikir sehingga terciptalah *spiritual wisdom* (sikap bijak) dalam setiap langkah.¹⁰⁶

وَلِلَّهِ الْمَشْرِقُ وَالْمَغْرِبُ فَأَيْنَمَا تُولُوْا فَثَمَّ وَجْهُ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ وَاسِعٌ عَلِيمٌ

Dan kepunyaan Allah-lah timur dan barat, Maka kemanapun kamu menghadap di situlah wajah Allah. Sesungguhnya Allah Maha Luas (rahmat-Nya) lagi Maha mengetahui¹⁰⁷.

b. Integritas dan Komitmen Super

Menurut al-Zumaro¹⁰⁸ dari berbagai pengalaman dan fakta yang ia teliti, zikir dan doa adalah sumber kekuatan yang tak terbatas bagi jiwa, diantaranya adalah sebagai berikut :

- 1) Memiliki harapan masa depan yang lebih baik.
- 2) Punya harapan pahala dan kemuliaan di sisi Allah
- 3) Ketenangan, kepasrahan, dan kerelaan batin.
- 4) Kehendak Allah adalah sesuatu yang terbaik
- 5) Batin akan menjadi siap atas resiko dan kejadian yang akan terjadi.¹⁰⁹

Garuda Sugarda adalah direktur teknik dan rekayasa Telkomsel, diawal membangun jaringan, Telkomsel belum sebesar sekarang. Pembangunan jaringan dimulai dari desa (saat itu dimulai dari Bali) sebelum masuk Jakarta dan kota besar lainnya. Ia di temani

¹⁰⁶Ibid, 14-15

¹⁰⁷al-Qur'an, (al-):

¹⁰⁸Penulis Buku ; *Aktivasi Energi doa & Dzikir Khusus untuk Kecerdasan Super.*

¹⁰⁹Lutfil Kirom al-Zumaro, *Aktivasi Energi doa & Dzikir Khusus untuk Kecerdasan Super*, (Jogjakarta : DIVA Press, 2011), 114

para staf dan pekerja yang setia dan militan. Rif'an adalah salah satu pekerjanya, ketika ditanya “ berapa gaji kamu hingga bekerja seperti ini?” ia menjawab:” saya tidak digaji sepeserpun selama tiga bulan, karena kita memang komitmen untuk membuktikan bahwa kita mampu memberikan pelayanan”. Saat itu memang Telkomsel baru saja berdiri. Ketika seseorang mengajukan pertanyaan kepada Garuda “ mengapa anda tidak bekerja pada perusahaan GSM lain yang mna saya tahu mereka menawarkan gaji satu milyar rupiah kepada anda?”, Saya di sini karena komitmen perjuangan”, jawab Garuda. *Subhanallah*, jawaban ini tidak akan muncul dari hati yang tidak berkomitmen tinggi, karena semua tahu, ia adalah seorang profesional yang layak digaji tinggi, tetapi ia lebih mengedepankan *ESQ* nya untuk sebuah komitmen perjuangan. Inilah contoh integritas : bekerja secara total, sepenuh hati dan dengan semangat tinggi.¹¹⁰

Komitmen dan integritas diatas terbentuk karena hati yang selalu termotivasi dengan mengharap masa depan yang lebih baik dan mengharap pahala dan kemuliaan dari sisi Allah (esensi doa) serta mengedepankan ketenangan dan kepasrahan batin , meyakini bahwa kehendak Allah adalah sesuatu yang terbaik dan siap atas resiko dan kejadian yang akan terjadi(esensi zikir).¹¹¹

¹¹⁰Ary Ginanjar, *ESQ*, 110

¹¹¹al-Zumaro, *Aktivasi Energi doa & Dzikir*, 114

Sungguh Islam merupakan kebenaran yang senantiasa selaras dengan suara hati manusia yang sesuai dengan kebutuhan dan dibutuhkan manusia.¹¹²

c. Rasa Aman dan Percaya Diri

Beberapa tahun yang lalu, dunia usaha Indonesia sedang mengalami badai dahsyat : tingkat inflasi tinggi, nilai tukar rupiah tidak menentu, daya beli masyarakat merosot tajam, harga harga menjulang tinggi, dan tidak ada kepastian hukum. Semua itu adalah pukulan mematikan bagi dunia usaha. Banyak pabrik gulung tikar atau mati suri, dan korban PHK di mana mana.

Sebagian besar korban merasa putus asa dan banyak yang lari ke obat obat terlarang. Hanya sebagian kecil yang mampu bangkit kembali, dan jarang yang mampu bertahan. Usaha memang bisa hancur. Namun hebatnya, bagi sebagian orang, prinsip mereka tetap kokoh, dan rasa tentram tetap dimiliki. Ini karena mereka mampu melihat diri sebagai subyek, bukan obyek dari situasi dan pada akhirnya mereka mampu keluar dari problematika yang menimpa.

Berprinsip pada yang abadi yaitu Allah adalah jawaban atas permasalahan di atas¹¹³. Stephen R Covey berkata : prinsip yang benar tidaklah berubah. Kita dapat memegang prinsip tersebut. Prinsip tidak bereaksi terhadap apa pun.¹¹⁴Prinsip itu kekal, tak peduli apa pun yang terjadi. Dengan prinsip pada sesuatu yang kekal (Allah) kita tidak

¹¹²Habib Adnan dalam Ary Ginanjar, *ESQ*, 7

¹¹³ Ary Ginanjar, *ESQ*, 113

¹¹⁴ Covey, *The Seven Habits of Highly Effective People*, 78

akan goyah meski kehilangan harta, orang kesayangan, kawan, dan penghargaan, bahkan mengalami penyiksaan seperti yang dialami Bilal bin Rabbah.¹¹⁵

Kesimpulan yang dapat ditarik adalah , hanya dengan berzikir dan berdoa kepada Allah yang dapat menimbulkan rasa tenang, aman dan percaya diri. Ketenangan, rasa aman, dan percaya diri pada akhirnya menimbulkan motivasi untuk bangkit dari keterpurukan dan memberikan kepercayaan pada yang lainnya.¹¹⁶

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ

الْقُلُوبُ

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram¹¹⁷

¹¹⁵ Ary Ginanjar, *ESQ*,114

¹¹⁶ Ibid, 115-118

¹¹⁷al-Qur'an, (al-Ra'd):28