

# Puasa Dan Doa Pada Hari Arafah



- [BimbinganIslam.com](https://BimbinganIslam.com)
- Ustadz Ratno Abu Muhammad, Lc
- [Kajian Tematik | Bulan Dzulhijjah](#)

□□□□□□

## KEUTAMAAN BERPUASA DAN BERDOA PADA HARI ARAFAH

بِسْمِ اللّٰهِ  
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته  
الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله وعلى آله وأصحابه ومن  
تبعهم بإحسان إلى يوم القيامة أما بعد

Sahabat Bimbingan Islām, rahīmaniy wa rahīmakumullāh yang semoga dirahmati oleh Allāh Subhānahu wa Ta'āla.

Pada beberapa kesempatan yang lalu kita sudah membahas tentang belajar khusyuk di sepuluh hari pertama bulan Dzulhijjah.

Dan salah satu caranya adalah dengan menginstropeksi diri, apakah sudah mengingat, sudah sadar (meresapi maknanya):

- Ketika mengucapkan: رَبِّ اغْفِرْ لِي
- Ketika mengucapkan: وَارْحَمْنِي
- Ketika mengucapkan: وَاجْبُرْ نِي
- Ketika mengucapkan: وَارْفَعْنِي
- Ketika mengucapkan: وَاهْدِنِي
- Ketika mengucapkan: وَعَافِنِي
- Ketika mengucapkan: وَارْزُقْنِي

Setelah shalāt, kita cek berapa kata yang kita sudah sadar. Dan sering kali kita niat ingin sadar ketika membaca do'a-do'a tersebut akan tetapi sering kali kita dapati ternyata ada beberapa kata yang terlewatkan.

Nah yang terlewatkan itu, terus kita koreksi terus, sampai kita bisa belajar shalāt dengan khusyuk.

Syaikh Sulaimān Ar Ruhaili hafizhahullāh ta'āla berkata, "Kita tidak akan bisa shalāt dengan khusyuk kecuali kita bersabar dalam waktu yang lama dan dengan perjuangan keras, karena syaithan tidak rela kita shalāt dengan khusyuk."

Pada kesempatan kali ini kita tidak akan membahas secara detail hal tersebut. Kita akan beralih pada amalan lain yang berkaitan dengan bulan Dzulhijjah yaitu tentang puasa 10 (sepuluh) hari di bulan Dzulhijjah.

Kata 10 (sepuluh) di sini jika berkaitan dengan puasa maksudnya adalah 9 (sembilan) hari, karena ada hadīts Nabi shallallāhu 'alayhi wa sallam yang menyatakan bahwa hari raya

Iedul Fitri, Iedul Adha dan Hari Tasyrik kita diharamkan untuk berpuasa.

Jadi maksud dari puasa 10 (sepuluh) hari bulan Dzulhijjah adalah puasa 9 (sembilan) hari.

Syaikh Bin Bazz rahimahullāh mengatakan:

صوم العشر، يعني معناها: التسع، يأتي آخرها يوم عرفة، وصيامها  
مستحب

“Puasa 10 (sepuluh) hari maksudnya adalah puasa 9 (sembilan) hari, dan hari terakhirnya adalah hari Arafah dan puasa pada hari tersebut hukumnya sunnah.”

Kemudian, terkait puasa 10 (sepuluh) hari di awal bulan Dzulhijjah:

Apakah ini bukan bid'ah, ustadz?

Apakah ada contoh dari Nabi shallallāhu 'alayhi wa sallam, ustadz?

Apabila ada yang bertanya seperti itu, kita akan jawab dengan jawaban yang disampaikan oleh Syaikh Bin Bazz ketika ada pertanyaan kepada beliau, “Apa pendapat anda terkait orang yang mengatakan bahwa puasa 10 (sepuluh) hari di awal bulan Dzulhijjah adalah bid'ah?”

Syaikh Bin Bazz rahimahullāh mengatakan:

“Ini orang bodoh, perlu diajari. Rasūlullāh shallallāhu 'alayhi wa sallam sendiri yang telah mengistimewakan amalan pada hari-hari ini. Dan puasa termasuk dari amal shālih (masuk dari amalan).”

Kemudian beliau membawakan hadīts tentang keutamaan amal shālih pada 10 (sepuluh) siang awal bulan Dzulhijjah. Dari 10 (sepuluh) puasa dan yang di maksud adalah 9 (sembilan) yaitu tanggal 1 Dzulhijjah sampai 9 Dzulhijjah saja.

Yang paling afdhal (utama) yaitu puasa hari Arafah (9 Dzulhijjah), dimana orang-orang melakukan wuquf di padang Arafah.

Yang mana secara khusus Nabi shallallāhu ‘alayhi wa sallam menyatakan:

صِيَامُ يَوْمِ عَرَفَةَ أَحْتَسِبُ عَلَى اللَّهِ أَنْ يُكَفِّرَ سَائِرَ السَّنَةِ الَّتِي قَبْلَهُ وَالسَّنَةَ الَّتِي بَعْدَهُ

“Puasa hari Arafah, aku berharap Allāh akan menghapus dosa-dosa setahun yang telah lalu dan setahun yang akan datang.”

(Hadīts Muslim nomor 1162)

⇒ Jadi puasa yang paling afdhal dari tanggal 1 sampai 9 Dzulhijjah adalah puasa Arafah tanggal 9 Dzulhijjah.

Apabila bisa mengerjakan puasa dari tanggal 1 sampai 9 Dzulhijjah maka bagus.

Kalau tidak bisa semuanya, kebanyakan harinya, tidak bisa 7 hari, tidak bisa 5 hari, tidak bisa 3 hari, setidaknya puasa 1 hari. Yaitu puasa tanggal 9 (sembilan) Dzulhijjah atau puasa hari Arafah.

⇒ Puasa tanggal 9 Dzulhijjah (puasa Arafah) adalah sunnah mustahab.

Kalau ada orang yang tidak berpuasa pada tanggal 9 Dzulhijjah, dia tidak berdosa hanya saja dia terlewatkan dari pahala yang sangat besar ini.

Ada hari dimana do’a mustajab, yaitu hari Arafah. Jangan sampai kita lupakan. Nabi shallallāhu ‘alayhi wa sallam berkata:

أَفْضَلُ الدُّعَاءِ دُعَاءُ يَوْمِ عَرَفَةَ

“Sebaik-baik do’a adalah do’a-do’a pada hari Arafah.”

(Hadīts riwayat Imam Mālik dan dihasankan oleh Syaikh Al Albāniy rahimahullāh)

Hadīts ini menunjukkan bahwa hari Arafah adalah hari terbaik untuk kita berdo'a kepada Allāh Subhānahu wa Ta'āla.

Saat kita ada masalah, saat kita memerlukan solusi, saat kita sedang terhimpit, maka tanggal 9 Dzulhijjah (hari Arafah) merupakan kesempatan untuk berdo'a.

Dan Nabi shallallāhu 'alayhi wa sallam berkata:

لا يردُّ اللهُ الدعاءَ إلاَّ لَإِلاَّ الدُّعَاءُ

“Tidak ada yang bisa menolak takdir kecuali do'a.”

(Hadīts riwayat At Tirmidzī, Ibnu Mājah)

Do'alah yang bisa mengubah keadaan kita dari sakit menjadi sembuh, dari susah menjadi mudah dan lain sebagainya. Maka kita harus banyak-banyak berdo'a.

Inilah pembahasan kita pada kesempatan kali ini, semoga bermanfaat.

Wallāhu Ta'āla A'lam Bishawāb.

وصلی اللہ علی نبینا محمد  
والسلام علیکم ورحمة اللہ وبرکاتہ

---