

# Halqaah 122 – Duduk Istirahat



**GiS**  
GRUP ISLAM SUNNAH

## Duduk Istirahat Sebelum Berdiri dari Sujud

Rasulullah ﷺ sebelum bangkit berdiri (dari sujud), Beliau duduk di atas kaki kiri dengan tegak hingga setiap tulang kembali kepada posisinya masing-masing.

Diringkas dari materi "Sifat Sholat Nabi" bersama  
Ustadz Dr. Musyaffa Ad Dariny M.A حفظه الله تعالى

1/2

[f](#) [@](#) [▶](#) grupislamsunnah



- [Grup Islam Sunnah | GiS](#)
- Ustadz Dr. Musyaffa Ad Dariny M.A.
- [صفة صلاة النبي ﷺ من التكبير إلى التسليم كأنك تراها](#)
- Syaikh Al-Albani رحمه الله

~~~~~•~~~~•~~~~•~~~~•~~~~

السَّلَامُ عَلَیْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ .  
الْحَمْدُ لِلَّهِ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَی رَسُولِ  
اللَّهِ ، وَعَلَی آلِهِ وَصَحْبِهِ وَمَنْ تَبِعَهُ هُدَاهُ .

Kaum muslimin dan kaum muslimat yang saya cintai karena Allah Subhanahu wa Ta'ala, khususnya anggota GiS -Grup Islam Sunnah- yang semoga dirahmati dan diberkahi oleh Allah Subhanahu wa Ta'ala.

Pada kesempatan yang berbahagia ini kita akan bersama-sama

mengkaji sebuah kitab yang sangat bagus, kitab yang ditulis oleh Asy Syaikh Muhammad Nashiruddin Al-Albani rahimahullahu Ta'ala. Kitab tersebut adalah kitab Sifat Shalat Nabi atau sebagaimana judul aslinya Shifatu Shalatin Nabiyyi Shallallahu 'alaihi wa Sallam Minattakbiri ilattaslim Ka-annaka Taraha (Sifat Shalat Nabi ﷺ Mulai dari Takbir sampai Salamnya Seakan-akan Anda Melihatnya).

– Duduk Istirahat –

[ جِلْسَةٌ الْإِسْتِرَاحَةِ ]

ثُمَّ ( يَسْتَوِي قَاعِدًا ] عَلَى رِجْلَيْهِ الْيُسْرَى  
 [ مُعْتَدِلًا ؛ حَتَّى يَرْجِعَ كُلَّ عَظْمٍ إِلَى مَوْضِعِهِ ]

Kemudian Rasulullah ﷺ sebelum bangkit berdiri, Beliau duduk di atas kaki kiri dengan tegak hingga setiap tulang kembali kepada posisinya masing-masing.

Duduk istirahat ini diperselisihkan oleh para ulama tentang hukumnya. Ada yang mengatakan duduk istirahat itu:

1) Disunnahkan secara mutlak. Maksudnya dalam semua keadaan, baik keadaan membutuhkan atau keadaan tidak membutuhkan; baik keadaan orang tersebut lemah atau kuat, duduk istirahat disunnahkan.

Ini pendapat yang pertama, dan ini pendapat yang dipilih oleh Syaikh Albani rahimahullahu Ta'ala dan ini juga pendapatnya ulama Syafi'iyah rahimahumullahu Ta'ala.

2) Pendapat yang kedua, pendapat yang mengatakan bahwa duduk istirahat disyariatkan atau dianjurkan ketika dibutuhkan saja. Ketika kita kuat langsung berdiri, maka duduk istirahat tidak disyariatkan. Ini pendapat yang kedua, dipilih oleh Ibnuul Qayyim rahimahullahu Ta'ala dalam kitab beliau Zaadul Ma'ad, dan dipilih oleh beberapa ulama.

Apa dalil dari dua pendapat ini?

1) Dalil pendapat yang pertama yang mengatakan bahwa duduk istirahat itu disunnahkan secara mutlak, adalah hadits Malik Ibnul Khuwairis yang mengatakan sebagaimana disebutkan oleh Syaikh Albani di sini, "Tidaklah Beliau bangkit dari sujudnya kecuali Beliau duduk dahulu dengan tegak".

Dan di sini tidak ada penjelasan apakah Rasulullah ﷺ duduk istirahat karena membutuhkan ataukah tidak. Ketika tidak ada penjelasan masalah itu, berarti hukumnya umum. Ketika tidak ada penjelasan tentang keadaan tertentu berarti "dalam semua keadaan".

Ini dalil pendapat yang pertama.

2) Dalil pendapat yang kedua mereka mengatakan, hadits-hadits yang menjelaskan tentang sifat-sifat shalat Rasulullah ﷺ yang selain dari Malik Ibnul Khuwairis, tidak menyebutkan duduk istirahat ini. Hadits-hadits yang menjelaskan tentang sifat-sifat shalat Rasulullah ﷺ selain dari hadits Malik Ibnul Khuwairis tidak menyebutkan tentang duduk istirahat.

Sehingga mereka mengatakan haditsnya Malik Ibnul Khuwairis ini keadaannya keadaan tertentu. Mungkin Rasulullah ﷺ ketika itu sudah sepuh, sudah lanjut usianya, sehingga Beliau membutuhkan duduk istirahat sebelum berdiri.

Dan alasan ini dikuatkan dengan datangnya Malik Ibnul Khuwairis di akhir hayat Nabi Muhammad ﷺ. Makanya duduk istirahat ini tidak dijelaskan di dalam hadits-hadits yang menjelaskan tentang sifat-sifat shalat Rasulullah ﷺ dari selain Malik Ibnul Khuwairis.

Ini dalil yang pertama.

Di antara dalil dari pendapat ini adalah banyaknya pertentangan di kalangan ulama yang menyebutkan sunnahnya duduk istirahat secara mutlak dalam hal kapan takbir intiqal diucapkan.

- Apakah takbir intiqaal diucapkan dari mulai bangkit dari sujud, kemudian sampai duduk, setelah itu tidak takbir lagi?
- Apakah takbir intiqaalnya dari ketika dia sujud sampai dia berdiri?

Ini yang dipilih oleh Imam Nawawi rahimahullahu Ta'ala. Jadi dari mulai sujud, duduk, kemudian berdiri, itu takbirnya satu.

- Ataukah pendapatnya yang ketiga: ketika bangkit dari sujud ke duduk tidak takbir intiqaal; dari duduk ke berdiri, baru duduk intiqaal.

Ini tiga pendapat yang disebutkan oleh Imam Nawawi rahimahullahu Ta'ala dalam masalah takbir intiqaal ketika ada duduk istirahatnya.

Dan tiga pendapat ini dalilnya umum semuanya. Tidak ada dalil yang khusus yang menjelaskan tentang takbir intiqaal ketika kita duduk istirahat.

Yang biasanya mempraktekkan duduk istirahat, takbir intiqaalnya kapan?

Ketika bangkit dari sujud sampai duduk, kemudian berhenti; ataukah ketika duduk istirahat ke berdiri, takbirnya?

Ataukah dari mulai bangkit dari sujud kemudian duduk, masih mengucapkan takbir itu memanjang sampai berdiri? Mana yang biasanya dipraktekkan?

Yang jelas tidak ada yang berpendapat dengan pendapat yang keempat, yang mengatakan takbir intiqaalnya dua kali. Tidak ada pendapat ini. Maka kita tidak boleh membuat pendapat baru. Tidak ada satupun ulama yang mengatakan takbir intiqaalnya dua kali, berarti harus memilih di antara tiga pendapat ini.

Makanya ada yang mengatakan, dari mulai sujud berhenti sampai duduk.

Ada yang mengatakan, dari sujud ke duduk tidak takbir intiqaal. Kemudian dari duduk ke berdiri baru takbir intiqaal.

Ada yang mengatakan, dari mulai sujud dia memanjangkan takbirnya sampai berdiri. Dan yang ketiga ini yang dipilih oleh Imam Nawawi rahimahullahu Ta'ala.

Karena banyaknya khilaf dalam masalah ini, akhirnya ini melemahkan pendapat "sunnahnya duduk istirahat". Itu menunjukkan bahwa Rasulullah ﷺ dahulu tidak melakukan duduk istirahat ini secara terus-menerus. Karena kalau Rasulullah ﷺ melakukan duduk istirahat ini secara terus-menerus, tentunya ada penjelasan dalam masalah ini "kapan takbir intiqalnya?".

Kalau kita kuatkan pendapatnya Imam Nawawi, maka di sana ada kritikan. Orang kalau memanjangkan takbir, maka dia terpaksa duduk istirahatnya harus cepat karena nafas dia tidak akan kuat kalau lama-lama. Nafasnya tidak akan kuat kalau dia melamakan duduk istirahat.

Dan ini bertentangan dengan hikmah disyariatkannya duduk istirahat. Kenapa duduk istirahat dikatakan sunnah? Karena untuk tujuan mengistirahatkan badan. Kalau kita panjangkan takbir, maka kita tidak akan bisa memanjangkan duduk istirahat. Ini di antara kritikan dari pendapatnya Imam Nawawi rahimahullahu Ta'ala.

Ana lebih condong ke pendapatnya Ibnul Qayyim rahimahullahu Ta'ala yang mengatakan bahwa, "Duduk istirahat disunnahkan ketika dibutuhkan". Dan ini juga pendapatnya Hanabilah yang dipilih oleh Ibnul Qayyim rahimahullahu Ta'ala.

---

Demikianlah yang bisa kita kaji pada kesempatan kali ini. Semoga menjadi ilmu yang bermanfaat dan diberkahi oleh Allah Jalla wa 'Ala.

Dan insyaaAllah kita akan lanjutkan pada kesempatan yang akan datang.

وَالسَّلَامُ عَلَیْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ



## Hukum duduk istirahat diperselisihkan oleh para ulama :

**Pendapat 1** menyatakan bahwa hukumnya disunnahkan secara mutlak

maksudnya dalam semua keadaan, baik keadaan membutuhkan atau keadaan tidak membutuhkan, baik keadaan orang tersebut lemah atau kuat, duduk istirahat disunnahkan. Pendapat ini pendapatnya ulama Syafi'iyah dan juga yang dipilih oleh Syaikh Al Albani rahimahullah taala.

**Pendapat 2** menyatakan bahwa duduk istirahat ialah disyariatkan atau dianjurkan ketika dibutuhkan saja.

Jika seseorang kuat/mampu langsung berdiri, maka duduk istirahat tidak disyariatkan. Pendapat ini dipilih oleh Ibnu Qayyim rahimahumullahu taala dalam Zaadul Ma'ad dan juga dipilih oleh beberapa ulama.

Diringkas dari materi "Sifat Sholat Nabi" bersama Ustadz Dr. Musyaffa Ad Dariny M.A

2/2



grupislamsunnah