

Hikmah Shalat Tahajjud Dalam Memperkuat Anti Body

*By Dr. Hasrat Efendi Samosir, MA
Universitas Medan Area
24 April 2019*

Buletin Taqwa Universitas Medan Area Periode April 2019

Assalaamu"abikum warahmatullaahi wabarakaatuh.

Berkaitan dengan tema kali ini, dalam Al-Qur'an surat Al-Isra' ayat 79 Allah menjelaskan yang artinya, *"Dan dari sebahagian malam hendaklah kamu tahajjud, satu ibadah yang terpuji. Niscaya kamu akan mendapatkan satu tempat yang terpuji di sisi Allah Swt."* Pada ayat ini Allah memang menyebutkan kata *"Asa"*, tapi asa ini bukan sekedar mudah-mudahan, tetapi ini memang dari Allah, perintah Allah. Kalau kita sebagai orang yang berada di bawah mengatakan, *"mudah-mudahan dikabulkan permohonan kita ini, mudah-mudahan dicairkan bantuan untuk masjid kita ini,"* itu kalau dari bawah. Kalau ini kan Allah dari atas. Misalnya ada seorang gubernur mengatakan, bantu masjid itu, cairkan seratus juta. Bisa, karena dari atas, sifatnya sudah instruksi, perintah, tetapi kalau dari bawah itu permohonan. Maka garis tahajjud di dalam ayat ini adalah garis dari atas, dari Allah, perintah Allah. Maka tentu ini adalah satu hal yang akan kita dapatkan *maqomam mahmuda*, tempat yang terpuji.

Paling tidak tahajjud ini ada lima keutamaannya. Keutamaan yang **pertama**, kita mendapatkan *maqomam mahmuda*, tempat yang terpuji. Banyak orang yang menganggap tempat terpuji itu kalau mendapatkan posisi-posisi dunia, yang sifatnya prestise. Tapi Allah menjelaskan, sebenarnya tempat yang terpuji itu adalah ketika kita tahajjud, mendekati diri kepada Allah Swt. Karena Allah itu Zat Yang Maha Tinggi, Yang Maha Kaya, Yang Maha Segalanya. Kalau kita dekat dengannya maka Allah akan memberikan tempat-tempat terpuji tadi kepada kita.

Yang **kedua**, tahajjud ini adalah shalat yang memang utama setelah shalat wajib. Shalat fardhu lima waktu itu wajib, *fardhu ,,an*, masing-masing kita. Rasulullah mengatakan bahwa tahajjud itu seutama-utama shalat setelah shalat wajib. Bahkan Rasulullah Saw tidak pernah meninggalkannya. Sangkin rutinnya tahajjud ini dikerjakan oleh Nabi sampai-sampai para sahabat berpikir ini sebuah kewajiban.

Kemudian yang **ketiga**, tahajjud itu tempat dikabulkannya do'a, permintaan dan diampuni dosa. Dalam hadits qudsi dari Bukhori Muslim dikatakan, *“Sesungguhnya Allah turun ke langit bumi sepertiga malam yang terakhir, maka siapa yang berdo'a kukabulkan do'anya, siapa yang bermohon kupenuhi permintaannya, siapa yang minta ampun ku ampuni dosanya.”* Maka bersyukur lah orang yang bertahajjud, saat dia berdo'a dikabulkan Allah do'anya, dia memohon, Allah kabulkan permohonannya, bahkan ketika dia minta ampun, diampuni dosanya. Lalu ketika itu kita sedang tidur, apa yang kita dapatkan? Permohonan kita tidak diijabah, do'a kita tidak dikabulkan, dosa kita tidak diampuni, karena kita tidak mengejar ampunan Allah di penghujung malam.

Maka di dalam surat sajadah pada ayat 16 Allah menjelaskan yang artinya, *“Lambung mereka jauh dari tempat tidurnya, mereka berdo'a kepada Tuhannya dengan rasa takut dan penuh harap, dan mereka menginfakkan sebagian dari rezeki yang Kami berikan kepada mereka.”* Itulah gambaran orang beriman yang ideal, jauh lambung mereka dari tempat tidur. Bahkan Rasulullah Saw tidak jarang beliau tidur terkadang hanya memakai tangannya saja. Ketika tangannya dipakainya sebagai bantal maka tangannya akan kesemutan, kemudian beliau terbangun, lalu kemudian ketika terbangun beliau langsung shalat malam.

Yang **keempat**, sesungguhnya kiyamullail atau tahajjud itu akan menghantarkan kita kepada surganya Allah Swt. Ini yang dijelaskan di dalam hadits. Yang **kelima**, kaitannya dengan *anti-body*, bagaimana agar kita sehat. Ada satu buku yang berjudul *Kesaksian seorang dokter*, yaitu dokter Khalid Amir dari Riyadh Arab Saudi. Di dalam buku itu disebutkan bagaimana dokter Khalid ini kedatangan seorang ibu yang ingin berobat. Diperiksa tetapi

tidak ada penyakitnya, padahal sudah diperiksa secara menyeluruh. Besoknya ibu tersebut tetap datang, “*Dokter, saya sakit.*” Kembali diperiksa semuanya, ternyata hasilnya tetap sehat. Maka dokter Khalid Amir mengatakan, “*Ibu banyaklah tahajjud dan berdzikir kepada Allah, ibu banyaklah membaca Al-Qur’an dan sedekah.*” Kemudian ibu tersebut mengamalkannya, dia tahajjud, berdzikir, dengan berdzikir kepada Allah akan timbul ketenangan hati.

Setelah diamalkan sekitar sebulan, ketakutan yang dialaminya, sakit, semua hilang sama sekali. Ternyata bukan fisiknya yang sakit, yang sakit adalah ruhaninya. Maka sebenarnya orang yang sakit itu banyak dipengaruhi oleh kejiwaannya, psikisnya, ruhaninya, karena persoalan-persoalan yang tidak hanya *lahiriyah*, tapi juga *batiniyah* yang bermasalah. Maka tahajjud itu akan memperkuat *anti-body* kita, karena dengan tahajjud itu jiwa kita menjadi sehat, pikiran kita menjadi cerah, hati kita menjadi bersih, sehingga itu semua akan menghantarkan kesehatan. Dari ruhani yang sehat akan terhantarkan kepada jasmani yang sehat.

Kenapa tahajjud itu bisa membuat *anti-body*, dalam hadits dikatakan, “*Tidaklah ada seorang anak Adam tidur kecuali dia dililit dengan tiga lilitan. Lilitan yang pertama akan lepas ketika kamu bangun, kemudian kamu berdo’a kepada Allah. Lilitan yang kedua akan lepas ketika kamu berwudhu’. Lilitan yang ketiga akan lepas ketika kamu shalat.*” Maka orang-orang ini lihatlah di pagi hari, mereka selalu gembira, ceria, dan dia selalu dalam keadaan dirahmati Allah Swt. Tetapi orang yang tidak berdo’a, tidak wudhu’, kemudian dia tidak shalat, bagaimanapun dia kayanya, hebatnya, dia selalu gelisah, jiwanya selalu tersiksa dan dia jauh dari keberkahan Allah Swt.

Ternyata tahajjud itu merupakan *anti-body* yang sangat luar biasa. Bukan saja mencegah dari serangan penyakit fisik, tapi juga penyakit psikis atau penyakit *ruhiyah* kita. Itu yang jauh lebih bermasalah, dan itu membuat hidup kita malah lebih jauh tersiksa dan menderita.

Mudah-mudahan tausiyah ini bisa memotivasi kita semua untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah Swt. Dzikir yang paling baik adalah shalat, dan shalat yang paling baik setelah shalat wajib adalah shalat tahajjud. Itulah dzikir yang paling baik, menjadikan kita dekat dengan Allah Swt.

Wassalaamu' alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh.

