

## 223615 - Doa Untuk Memperkuat Keimanan dan Meninggalkan Was was

---

### Pertanyaan

Aku pernah mendengar hadits yang artinya -bahwa ada seseorang mendatangi Nabi sallallahu alaihi wa sallam seraya mengucapkan 'Aduhai dosa-dosaku' maka Nabi sallallahu alaihi wa sallam berkata kepadanya, katakanlah:

اللهم إن مغفرتك أوسع من ذنوبي ورحمتك أرجى لي عندي فيا رب اغفر لي

“Ya Allah, sesungguhnya ampunan-Mu itu lebih luas dari dosa-dosaku dan rahmat-Mu adalah sesuatu yang paling aku harapkan untuk diriku, oleh karena itu ampunilah diriku.”

Hal itu diulang-ulang tiga kali.

Apa itu doa ampunan dosa-dosa? Dan apa doa-doa penguat keimanan dan menjauhi was was

### Jawaban Terperinci

Pertama:

Terdapat dalam jawaban soal no. (3177) dan (39775) sejumlah doa-doa terkait taubat dan memohon ampunan.

Kedua:

Keimanan itu bertambah dengan ketaatan dan berkurang dengan kemaksiatan. Siapa yang ingin bertambah keimanannya hendaknya dia mentaati Allah dan menjauhi kemaksiatan kepada Allah, dan yang membantunya juga adalah duduk dengan orang baik dan sholeh serta menjauhi pelaku bid'ah dan kemaksiatan.

Di antara sesuatu yang penting untuk membantu orang Islam dalam hal itu adalah:

- Berdoa dan meminta kepada Allah untuk konsisten dalam agama-Nya. Allah ta'ala berfirman tentang ahli ilmu dan iman:

{رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ}.

آل عمران / 8

“(Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau jadikan hati kami condong kepada kesesatan sesudah Engkau beri petunjuk kepada kami, dan karuniakanlah kepada kami rahmat dari sisi Engkau; karena sesungguhnya Engkau-lah Maha Pemberi (karunia)." (QS. Ali Imron: 8)

Diriwayatkan oleh Ahmad di Musnadnya, (23463) dari Aisyah radhiallahu anha berkata:

Biasanya Rasulullah sallallahu'alaihi wa sallam memperbanyak berdoa dengannya, yaitu:

«يَا مُقَلَّبَ الْقُلُوبِ ثَبِّتْ قَلْبِي عَلَى دِينِكَ»

“Wahai pembolak balik hati, tetapkan hatiku atas agama-Mu.”

Aisyah Berkata, “Aku bertanya, ‘Wahai Rasulullah, sesungguhnya engkau seringkali berdoa dengan doa ini. Maka beliau bersabda:

«إِنَّ قَلْبَ الْآدَمِيِّ بَيْنَ أَصْبَعَيْ يَدَيْ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ ، فَإِذَا شَاءَ أَرَاعَهُ ، وَإِذَا شَاءَ أَقَامَهُ» . ورواه الترمذي (23463) وحسنه ، عن أمِّ سَلَمَةَ رضي الله عنها ، وصححه الألباني في " صحيح الترمذي

“Sesungguhnya hati anak Adam itu berada di antara jari jemari Allah azza wajalla, kalau Dia kehendaki, akan Dia palingkan, dan kalau Dia kehendaki akan Dia luruskan.” (HR. Tirmizi, no. 23463, dinyatakan hasan oleh Ummu Salamah radhiallahu anha dan dishahihkan oleh Al-Albani dalam Shahih Tirmizi)

- Diriwayatkan oleh Tirmizi, (3599) dan dinyatakan hasan, dari Abu Hurairah radhiallahu anha berkata, Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam bersabda:

اللهم انفعني بما علمتني وعلمي ما ينفعني وزدني علما» وصححه الألباني في " صحيح الترمذي

“Ya Allah, barikan manfaat kepadaku apa yang Engkau ajarkan kepadaku dan tolong ajarkan kepadaku apa yang bermanfaat untukku dan tambahkanlah ilmu untukku.”  
(Dishahihkan oleh Al-Albani di ‘Shahih Tirmizi)

Siapa yang Allah tambahkan ilmunya, maka keimanannya akan semakin kuat.

- Diriwayatkan oleh Ahmad, (3797) dari Ibnu Mas’ud radhiallahu anhu, bahwa saat beliau berdoa di Masjid, Nabii sallallahu alaihi wa sallam masuk dan dia masih dalam kondisi berdoa, maka beliau berkata, ‘Mintalah, maka kamu akan diberikan.’ Maka dia berdoa:

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ إِيْمَانًا لَا يَزْتَدُّ، وَنَعِيمًا لَا يَنْفَدُ، وَمِرَافَقَةَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فِي أَعْلَى عُرْفِ الْجَنَّةِ،  
جَنَّةِ الْخُلْدِ»

“Ya Allah, sesungguhnya aku meminta kepada-Mu keimanan yang tidak akan keluar (murtad), kenikmatan yang tidak pernah habis, dan dapat menemani Nabi sallallahu’alaihi wa sallam di salah satu ruang surga tertinggi, di surga abadi.”

Siapa yang diberi keimanan yang tidak keluar, maka keimanannya akan kuat, tidak dilemahkan oleh syahwat maupun syubhat.

- Di antara hal itu juga adalah mencari hidayah dari Allah ta’ala.

Diriwatakan oleh Muslim, (2725) dari Ali radhiallahu anhu berkata, Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam berkata kepadaku, berdoalah:

«اللَّهُمَّ اهْدِنِي وَسَدِّدْنِي»

“Ya Allah, berikan hidayah kepadaku dan jadikan perbuatanku perbuatan yang benar.”

Diriwatakan Muslim juga (2721) dari Ibnu Mas’ud radhiallahu anhu, dari Nabi sallallahu alaihi wa sallam, beliau berdoa:

«اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَى وَالتُّقَى، وَالْعَفَافَ وَالْغِنَى»

“Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu petunjuk, ketakwaan, menjaga diri dari kemunkaran (iffah) dan kekayaan.”

- Diantaranya juga, doa yang singkat ringkas dan padat adalah berdoa meminta kepada Allah kebaikan dan berlindung dari keburukan. Sebagaimana yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah, (3846) dari Aisyah radhiallahu anha, sesungguhnya Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam mengajarkan kepadanya doa ini:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنَ الْخَيْرِ كُلِّهِ عَاجِلِهِ وَآجِلِهِ ، مَا عَلِمْتُ مِنْهُ وَمَا لَمْ أَعْلَمْ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الشَّرِّ كُلِّهِ عَاجِلِهِ وَآجِلِهِ ، مَا عَلِمْتُ مِنْهُ وَمَا لَمْ أَعْلَمْ ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مِنْ خَيْرِ مَا سَأَلَكَ عَبْدُكَ وَنَبِيُّكَ ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا عَادَ بِهِ عَبْدُكَ وَنَبِيُّكَ ، اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَمَا قَرَّبَ إِلَيْهَا مِنْ قَوْلٍ أَوْ عَمَلٍ ، وَأَسْأَلُكَ أَنْ تَجْعَلَ كُلَّ قَضَاءٍ قَضَيْتَهُ لِي خَيْرًا» وصححه الألباني في " صحيح ابن ماجه

“Ya Allah, aku memohon kepada-Mu semua kebaikan yang disegerakan atau diakhirkan, apa yang aku ketahui maupun yang tidak aku ketahui. Dan aku berlindung kepada-Mu dari semua keburukan yang disegerakan atau yang diakhirkan, apa yang aku ketahui maupun yang tidak aku ketahui. Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu kebaikan apa yang diminta oleh hamba dan Nabi-Mu dan aku berlindung dari keburukan apa yang berlindung hamba dan nabi-Mu. Ya Allah sesungguhnya aku memohon kepada-Mu surga dan apa yang mendekatkan kepadanya baik berupa ucapan maupun perbuatan, dan aku berlindung kepada-Mu dari neraka dan apa yang mendekatkan kepadanya baik berupa ucapan maupun perbuatan. Dan aku memohon kepada-Mu agar menjadikan semua ketentuan (Qodo’) yang telah Engkau tentukan itu baik bagiku.” (Dishahihkan oleh Al-Albani dalam kitab ‘Shahih Ibnu Majah)

- Di antaranya adalah memohon kepada Allah azza wa jalla memperbaharui keimanan dalam hati kita.

Diriwayatkan oleh Hakim, (5) dari Abdullah bin Amr bin Ash radhiallahu anhu, dia berkata, Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam bersabda:

إِنَّ الْإِيمَانَ لَيَخْلُقُ فِي جَوْفِ أَحَدِكُمْ كَمَا يَخْلُقُ الثَّوْبُ الْخَلِيقُ ، فَاسْأَلُوا اللَّهَ أَنْ يُجَدِّدَ الْإِيمَانَ فِي قُلُوبِكُمْ»  
« وحسنه الألباني في " الصحيحة " (1585)

“Sesungguhnya keimanan itu akan lusuh dalam diri salah satu diantara kalian sebagaimana baju juga akan lusuh. Maka memintalah kepada Allah agar memperbaharui keimanan di hati-hati kalian.” (Dinyatakan hasan oleh Al-Albani dalam kitab As-Shahihain, no. 1585).

Ketiga:

Pengobatan was was adalah meninggalkannya, dan berpaling darinya serta memperbanyak membaca Al-Qur’an, beramal sholeh dan kembali kepada Allah dan merendahkan diri kepada-Nya. Dan meminta kepada-Nya agar menghalau dari anda tipu daya setan serta meneguhkan anda dalam kebenaran.

Diantara doa-doa yang bermanfaat untuk mengusir was was setan adalah :

- Berlindung kepada Allah darinya, Allah ta’ala berfirman:

﴿وَأِمَّا يَنْزَغَنَّكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْغٌ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾

الأعراف / 200

“Dan jika kamu ditimpa sesuatu godaan syaitan maka berlindunglah kepada Allah. Sesungguhnya Dia Maha Mendengar lagi Maha Melihat.” (QS. Al-A’raf: 200)

- Memohon kepada Allah agar terjaga darinya, diriwayatkan oleh Ibnu Majah, (733) dari Abu Hurairah radhiallahu anhu, sesungguhnya Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam bersabda:

﴿إِذَا دَخَلَ أَحَدُكُمُ الْمَسْجِدَ، فَلْيُسَلِّمْ عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَلْيَقُلْ: اللَّهُمَّ افْتَحْ لِي أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ، وَإِذَا خَرَجَ، فَلْيُسَلِّمْ عَلَى النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَلْيَقُلْ: اللَّهُمَّ اغْصِمْنِي مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ﴾ (وصححه الألباني في " صحيح ابن ماجه

“Kalau salah seorang diantara kalian masuk masjid, hendaklah dia mengucapkan shalawat kepada Nabi sallallahu’alialih wa salam kemudian berdoa ‘Ya Allah, bukakan untukku pintu-pintu rahmat-Mu. Dan ketika keluar, hendaknya memberikan shalawat kepada Nabi

sallallahu'alaihi wa salam dan membaca doa 'Ya Allah lindungi diriku dari setan yang terkutuk.'" (Dinyatakan shahih oleh Al-Albani dalam Shahih Ibnu Majah)

- Berlindung kepada Allah dari bisikan setan dan ketika dia hadir.

«وَقُلْ رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ \* وَأَعُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ» المؤمنون/97-98»

"Dan katakanlah: "Ya Tuhanku aku berlindung kepada Engkau dari bisikan-bisikan syaitan. Dan aku berlindung (pula) kepada Engkau ya Tuhanku, dari kedatangan mereka kepadaku." QS. Al-Mukminum: 97-98.

- Memohon kepada Allah agar dilenyapkan (gangguan) setan. Diriwayatkan Abu Daud, (5054) dari Abul Azhar Al-Anmari radhiallahu anhu, sesungguhnya Rasulullah sallallahu alaihi wa sallam biasanya ketika mulai berbaring di atas ranjangnya di waktu malam, beliau berdoa:

بِسْمِ اللَّهِ وَضَعْتُ جَنْبِي لِلَّهِمَّ اغْفِرْ لِي ذَنْبِي ، وَأَحْسِنْ شَيْطَانِي ، وَفُكِّ رَهَائِي ، وَاجْعَلْنِي فِي النَّدِيِّ الْأَعْلَى « وصححه الألباني في " صحيح أبي داود

"Dengan menyebut nama Allah, aku taruh tubuhku, Ya Allah ampuni dosaku, hilangkan (gangguan) syaetonku, lepaskan tawananku, dan jadikan diriku di tempat yang tertinggi." (Dishahihkan oleh Al-Albani di Shahih Abu Daud)

Keempat:

Hadits yang ada dalam pertanyaan itu adalah lemah, diriwayatkan oleh Hakim dalam kitabnya Al-Mustadrak, (1994) dari jalur Ubaidillah bin Muhammad bin Hunain, aku dberitahu oleh Ubaidillah bin Muhammad bin Jabir bin Abdulah, dari ayahnya dari kakeknya, berkata:

جَاءَ رَجُلٌ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، فَقَالَ: وَادُّنُوبَاهُ وَادُّنُوبَاهُ ، فَقَالَ هَذَا الْقَوْلَ مَرَّتَيْنِ أَوْ ثَلَاثًا، فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: ( قُلِ اللَّهُمَّ مَغْفِرَتِكَ أَوْسَعُ مِنْ ذُنُوبِي وَرَحْمَتِكَ أَرْجَى عِنْدِي مِنْ عَمَلِي ) ، فَقَالَهَا ثُمَّ قَالَ: عُدْ. فَعَادَ ثُمَّ، قَالَ: عُدْ ، فَعَادَ، فَقَالَ: ( قُمْ فَقَدْ عَفَرَ اللَّهُ لَكَ ) « وقد ضعفه الألباني في "سلسلة

الأحاديث الضعيفة" (9/ 58)

“Ada seseorang mendatangi Rasulullah, ‘betapa banyaknya dosa-dosaku, betapa banyaknya dosa-dosaku’ dia mengucapkan hal ini dua atau tiga kali. Maka Rasulullah berkata kepadanya, ucapkanlah, ‘Ya Allah ampunan-Mu lebih luas daripada dosa-dosaku, dan rahmat-Mu lebih aku harapkan untuk diriku daripada amalanku.’ Kemudian dia membaca bacaan tersebut. Kemudian beliau berkata ‘Ulangi.’ Maka dia mengulangi. Kemudian beliau berkata ‘Ulangi lagi,’ kemudian dia ulangi lagi. Maka beliau berkata, ‘Berdirilah, Allah telah mengampumu.” (Hadits ini dilemahkan oleh Al-Albani dalam kitab ‘Silsilah Al-Hadits Ad-Dhoifah, 9/58).

Wallahu a’lam.