

Delapan Cara Memperoleh Keutamaan Sahur

written by Ahmad Khalwani, M.Hum



Harakatuna.com - Salah satu hal yang cukup membedakan antara bulan puasa dengan bulan lainnya adalah adanya sahur saat mau melaksanakan puasa. Sahur sendiri secara umum bisa diartikan sebagai makan yang dilakukan sebelum puasa dimulai sebagai upaya menjaga kebugaran tubuh. Dan sahur sendiri merupakan ibadah yang apabila dilakukan akan mendapatkan pahala, jadi sahur bukan aktivitas biasa dalam Islam. Sahur sendiri mempunyai banyak keutamaan dalam Islam, dan berikut 10 cara memperoleh keutamaan sahur.

Imam Nawawi dalam kitabnya, Syarh Shahih Muslim menjelaskan bahwa hukum sahur menurut para ulama itu sunah bukan wajib. Sahur sendiri mempunyai keberkahan yang luar biasa sebagaimana yang disabdakan Nabi Muhammad:

تَسَحَّرُوا؛ فَإِنَّ فِي السَّحُورِ بَرَكَةً

Artinya: “Makan sahurlah. Karena, dalam makan sahur terdapat keberkahan” [HR. Bukhari].

Dalam hadis ini, [Nabi Muhammad](#) menjelaskan bahwa (di dalam) sahur itu terdapat keberkahan dan keutamaan yang luar biasa, Imam Ibnu Hajar Al-

Asqolani dalam kitabnya Fathul Bari menyebutkan 10 langkah memperoleh keutamaan atau keberkahan sahur.

الْبَرَكَةُ فِي السُّحُورِ تَحْصُلُ بِجِهَاتٍ مُتَعَدِّدَةٍ ، وَهِيَ : اتِّبَاعُ السُّنَّةِ ، وَمُخَالَفَةُ أَهْلِ الْكِتَابِ ، وَالتَّقْوَى بِهِ عَلَى الْعِبَادَةِ ، وَالزِّيَادَةُ فِي النَّشَاطِ ، وَمُدَافَعَةُ سُوءِ الْخُلُقِ الَّذِي يُثِيرُهُ الْجُوعُ ، وَالتَّسَبُّبُ بِالصَّدَقَةِ عَلَى مَنْ يَسْأَلُ إِذْ ذَاكَ ، أَوْ يَجْتَمِعُ مَعَهُ عَلَى الْأَكْلِ ، وَالتَّسَبُّبُ لِلذِّكْرِ وَالِدُعَاءِ وَقَتَ مَظِنَّةِ الْإِجَابَةِ ، وَتَدَارُكُ نِيَّةِ الصَّوْمِ لِمَنْ أَغْفَلَهَا قَبْلَ أَنْ يَنَامَ

Artinya: “Berkah dalam sahur dapat diperoleh dengan beberapa bentuk; mengikuti sunah Nabi, menyelisih ahli kitab, mengambil kekuatan untuk ibadah, menambah semangat, menolak perilaku buruk yang timbul akibat rasa lapar, mendorong sedekah kepada orang yang meminta sahur pada waktu sahur, berkumpul untuk makan sahur bersama, mendorong dilaksanakannya zikir dan doa pada waktu yang mustajab, membaca niat bagi orang yang lupa membaca niat sebelum tidur.”

Pertama, cara memperoleh keberkahan sahur adalah dengan mengahirkan makan sahur. Karena mengahirkan makan sahur termasuk ibadah mengikuti sunah Nabi.

Kedua, menyelisih ahli kitab. Hal ini lantaran hal yang membedakan antara puasanya umat Islam dan umat terdahulu adalah sahur. Umat terdahulu saat melaksanakan puasa tidak melaksanakan sahur.

عَنْ عَمْرِو بْنِ الْعَاصِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: فَصْلٌ مَا بَيْنَ صِيَامِنَا (وَصِيَامِ أَهْلِ الْكِتَابِ أَكْلَةُ السَّحَرِ). (رواه مسلم)

Artinya: “Sesungguhnya Rasulullah bersabda, Perbedaan antara puasa kita dan puasa Ahlul Kitab adalah makan sahur”. [HR. Imam Muslim]

Ketiga, mengambil kekuatan untuk beribadah.

Keempat, menambah semangat.

Kelima, menolak perilaku buruk yang timbul akibat rasa lapar.

Keenam, mendorong sedekah kepada orang yang meminta sahur pada waktu sahur, berkumpul untuk makan sahur bersama.

Ketujuh, mendorong dilaksanakannya zikir dan doa pada waktu yang mustajab. Waktu sahur adalah waktu yang sangat utama untuk berdoa, berdoa pada waktu

ini sangat mustajab. Hal ini sebagaimana keterangan atsar sahabat nabi:

وَعَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ: أَنَّهُ يُنَادِي مُنَادٍ كُلَّ سَحَرَةٍ مِنَ السَّمَاءِ: مَنْ سَائِلٌ يُعْطَى مِنْ دَاعٍ يُجَابُ، أَوْ مُسْتَغْفِرٌ يُغْفَرُ لَهُ، فَيَسْمَعُهُ مَنْ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ إِلَّا الْجِنَّ وَالْإِنْسَ، أَفَلَا تَرَى الدِّيَكَةَ وَأَشْبَاهَهَا مِنَ الدَّوَابِّ تَصِيحُ تِلْكَ السَّاعَةَ

Artinya, “Diriwayatkan dari Ibnu Abbas, bahwa pada setiap waktu sahur ada malaikat dari langit berseru, siapa yang memohon (pada saat ini) akan dikabulkan, siapa yang berdoa akan dikabulkan, siapa yang memohon ampunan akan diampuni. Seruan ini didengar seluruh makhluk yang ada di bumi dan di langit kecuali jin dan manusia. Ibnu Abbas melanjutkan, tidakkah kau melihat ayam jago dan hewan-hewan lainnya bersuara di waktu ini?”

Kedelapan, membaca niat bagi orang yang lupa membaca niat sebelum tidur. Perlu diketahui niat puasa itu wajib dilakukan sebelum puasa dimulai atau ketika masuk [waktu fajar](#). Oleh karenanya orang yang tidak membaca niat puasa maka puasanya akan batal.

Demikianlah delapan cara memperoleh keutamaan. sahur *Wallahu A'lam Bishowab*.