

# **SHALAT SUNNAH DHUHA**

Shalat dhuha merupakan shalat sunnah yang muakkad (sangat dianjurkan). Sebab Rasulullah SAW senantiasa mengerjakannya dan berpesan kepada para sahabatnya untuk mengerjakan shalat dhuha sekaligus menjadikannya sebagai wasiat

shalat dhuha biasanya dilakukan sebanyak 2 rakaat, namun ada juga yang melakukannya hingga 12 rakaat. Cara melakukan shalat dhuha sama sebenarnya dengan shalat sunnah pada umumnya. Perbedaannya terletak pada pembacaan niat, doa dan waktunya.

shalat dhuha dikerjakan pada waktu pagi atau waktu dhuha, yakni ketika matahari sedang naik setinggi tombak atau naik sepenggalah. Jika diukur menggunakan jam, maka waktu shalat dhuha berada pada jam tujuh, delapan, sembilan, sampai sebelum masuk waktu shalat zuhur.

## **Tata Cara Mengerjakan Shalat Sunnah Dhuha**

### **1. Takbiratul Ihram Dan Niat**

Berdiri tegak menghadap ke arah kiblat, kemudian mengangkat kedua tangan setinggi telinga sambil mengucapkan Allahu Akbar seraya berniat dalam hati melaksanakan shalat dhuha.



أُصَلِّي سُنَّةَ الضُّحَى رَكْعَتَيْنِ لِلَّهِ تَعَالَى

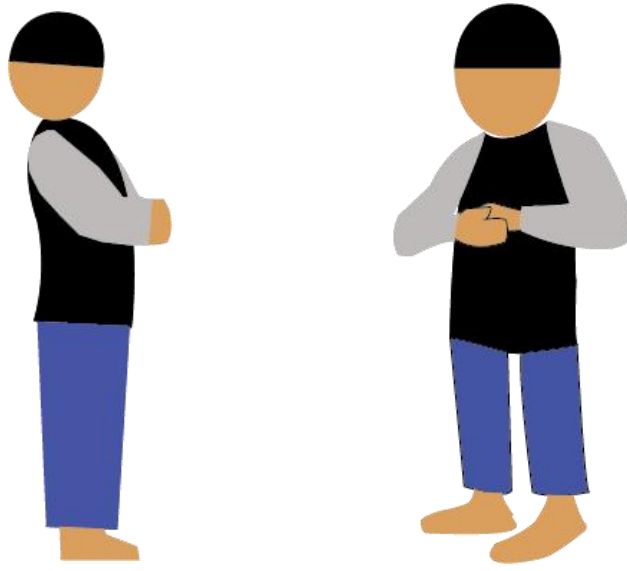
*Ushalli sunnatad dhuhā rak‘ataini lillāhi ta‘ālā.*

*Artinya: “Aku menyengaja salat sunah dhuha 2 rakaat karena Allah SWT.”*

Setelah selesai takbiratul ihram, dilanjutkan dengan membaca doa iftitah.

## **2. Membaca Doa Iftitah**

Setelah takbiratul ihram, kemudian kedua tangan disedekapkan lalu membaca doa iftitah.



اللَّهُ أَكْبَرُ كَبِيرًا وَالْحَمْدُ لِلَّهِ كَثِيرًا وَسُبْحَانَ اللَّهِ بُكْرَةً وَأَصِيلًا .  
وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا مُسْلِمًا  
وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ . إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي  
لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ . لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا  
الْمُسْلِمِينَ. مِنَ

*Allaahu akbaru Kabiraa Walhamdulillaahi Katsiiraa, Wa  
Subhaanallaahi Bukratan Wa'ashiilaa, Wajjahtu Wajhiya Lilladzii  
Fatharas Samaawaati Wal Ardha Haniifan Musliman Wamaa Anaa  
Minal Musyrikiin. Inna Shalaatii Wa Nusukii Wa Mahyaaya Wa  
Mamaatii Lillaahi Rabbil 'Aalamiina. Laa Syariikalahu Wa  
Bidzaalika Umirtu Wa Ana Minal Muslimiin.*

*Artinya: “Allah Maha Besar dengan sebesar-besarnya, segala puji  
bagi Allah dengan pujian yang banyak. Maha Suci Allah pada  
waktu pagi dan petang. Aku hadapkan wajahku kepada Allah*

*yang telah menciptakan langit dan bumi dengan segenap kepatuhan atau dalam keadaan tunduk, dan aku bukanlah dari golongan orang-orang yang menyekutukan-Nya. Sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidup dan matiku hanyalah untuk Allah Tuhan Semesta Alam, yang tidak ada sekutu bagi-Nya. Dengan yang demikian itulah aku diperintahkan. Dan aku adalah termasuk orang-orang muslim (Orang-orang yang berserah diri).”*

Setelah selesai membaca doa iftitah, dilanjutkan dengan membaca Al Qur'an surah Al Fatihah.

### **3. Membaca Al Fatihah**

Setelah selesai membaca doa iftitah, kemudian membaca surat Al Fatihah. Setelah selesai membaca surah Al Fatihah, dilanjutkan dengan membaca surah-surah pendek Al Qur'an.

### **4. Membaca Surah Pendek Al Qur'an**

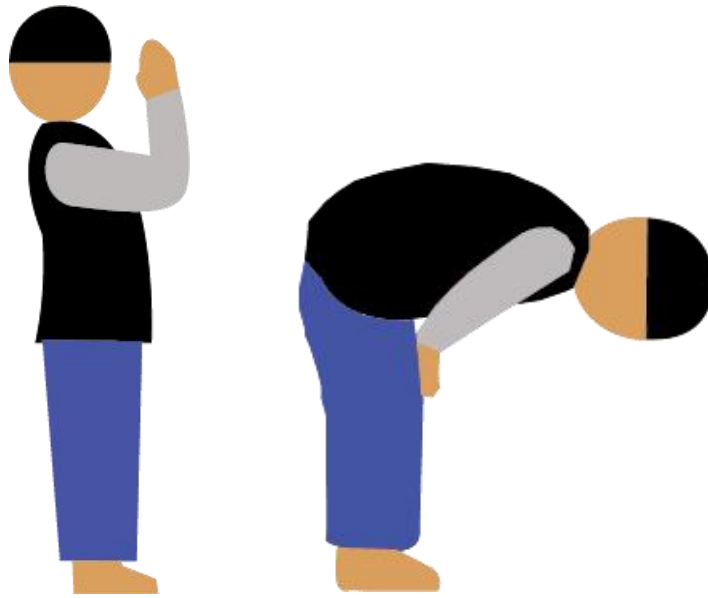
Setelah selesai membaca surat Al Fatihah, kemudian membaca surat pendek yang mudah dihafal.

Setelah selesai membaca surah pendek, dilanjutkan dengan ruku'.

### **5. Ruku'**

Setelah selesai membaca surat pendek, kemudian mengangkat kedua tangan setinggi telinga sambil mengucapkan Allahu Akbar

kemudian badan membungkuk serta kedua tangan memegang lutut untuk menopang badan.



Pada saat ruku' membaca:

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ وَبِحَمْدِهِ

*Subhaana rabbiyal adziimi wa bihamdih.*

*Artinya: “Maha Suci Rabbku Yang Mahaagung dan segala puji bagiNya.”*

Atau membaca:

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا وَبِحَمْدِكَ اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي

*Subhaanaka Allaahumma robbana wa bihamdika*

*Allaahummagfirlii.*

*Artinya: "Mahasuci Engkau, ya Allah Tuhan kami dan segala puji bagiMu. Ya Allah ampunilah aku."*

Doa ketika ruku' dibaca sebanyak 3 kali.

## 6. I'tidal

Setelah selesai ruku', kemudian bangkit tegak kembali dengan mengangkat kedua tangan setinggi telinga sambil membaca,



سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ

*Sami'alloohu liman hamidah.*

*Artinya: "Allah mendengar orang yang memujiNya".*

Setelah selesai mengucapkan bacaan diatas, kemudian badan tegak lalu membaca,

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ ، حَمْدًا كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا فِيهِ

*Robbanaa walakal hamdu hamdan katsiiron thoyyiban mubaarokan fiih.*

*Artinya: "Ya Tuhan kami, segala puji hanyalah bagiMu, aku memujiMu dengan pujian yang banyak, yang baik dan penuh berkah"*

Setelah I'tidal, dilanjutkan dengan melakukan sujud.

## 7. Sujud Pertama

Bersujud dengan meletakkan dahi kebumi dan kedua tangan sejajar dengan telinga sambil membaca Allahu Akbar.



Pada saat sujud membaca doa,

سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى وَبِحَمْدِهِ

*Subhaana robbiyal 'a'la wabihamdih.*

*Artinya: "Mahasuci Tuhanku yang Mahatinggi dan segala puji bagiNya"*

Atau membaca:

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا وَبِحَمْدِكَ اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي

*Subhaanaka Allaahumma robbana wa bihamdika*

*Allaahummagfirlii.*

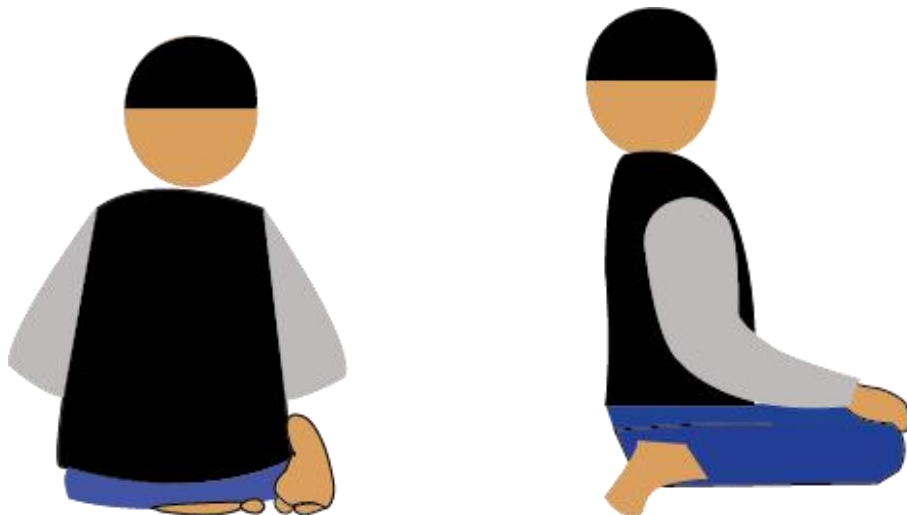
*Artinya: "Mahasuci Engkau, ya Allah Tuhan kami dan segala puji bagiMu. Ya Allah ampunilah aku."*

Doa ketika sujud dibaca sebanyak 3 kali.

Setelah selesai membaca doa sujud, dilanjutkan dengan gerakan duduk di antara dua sujud.

## **8. Duduk Antara Dua Sujud**

Setelah selesai sujud, kemudian bangkit duduk dengan kaki kanan tegak dan telapak kaki kiri diduduki sambil membaca Allahu Akbar.





Pada saat duduk diantara dua sujud membaca doa,

رَبِّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي وَاجْبُرْنِي وَارْفَعْنِي  
وَارْزُقْنِي وَاهْدِنِي وَعَافِنِي وَاعْفُ عَنِّي

**Robbighfirlil warhamnii wajburnii warfa'nii warzuqnii wahdinii  
wa'aafinii wa'fu 'annii.**

*Artinya: “Ya Allah ampunilah aku, rahmatilah aku, perbaikilah  
keadaanku, tinggikanlah derajatku, berilah rezeki dan  
petunjuk untukku.”*

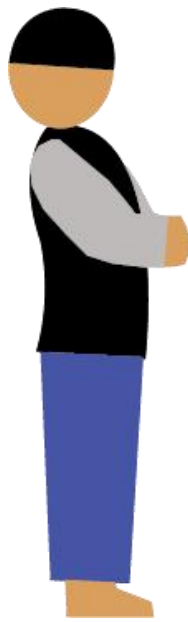
## **9. Sujud Kedua**

Setelah selesai membaca doa duduk antara dua sujud diatas,  
kemudian sujud kembali untuk kedua kali dengan tata cara dan bacaan  
seperti pada sujud pertama diatas [**Nomor 7**].

Setelah selesai sujud kedua, kemudian langsung bangkit berdiri kembali  
untuk mengerjakan rakaat kedua.

## **10. Rakaat Kedua(terakhir)**

Setelah selesai melakukan sujud kedua pada rakaat pertama,  
kemudian bangkit berdiri kembali sambil mengucapkan Allahu Akbar  
kemudian menyedekapkan kedua tangan .



Setelah berdiri tegak, kembali mengulangi gerakan dan bacaan mulai dari Al Fatihah [**Nomor 3**], sampai gerakan terakhir sujud kedua [**Nomor 9**].

## **11. Tasyahud Akhir/Tahyat Akhir**

Setelah selesai sujud kedua pada rakaat kedua, kemudian bangkit duduk sambil membaca Allahu Akbar, dengan kaki kanan tegak, kaki kiri di masukkan dibawah sela kaki kanan dan pantat duduk menyentuh lantai.



Pada saat duduk, kemudian membaca doa tasyahud/tahyat akhir dibawah ini.

التَّحِيَّاتُ الْمُبَارَكَاتُ الصَّلَوَاتُ الطَّيِّبَاتُ لِلَّهِ السَّلَامُ  
عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ  
السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ أَشْهَدُ أَنْ  
لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ  
اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا  
صَلَّيْتَ عَلَى إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ وَبَارِكْ  
عَلَى مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى  
إِبْرَاهِيمَ وَعَلَى آلِ إِبْرَاهِيمَ إِنَّكَ حَمِيدٌ مَجِيدٌ

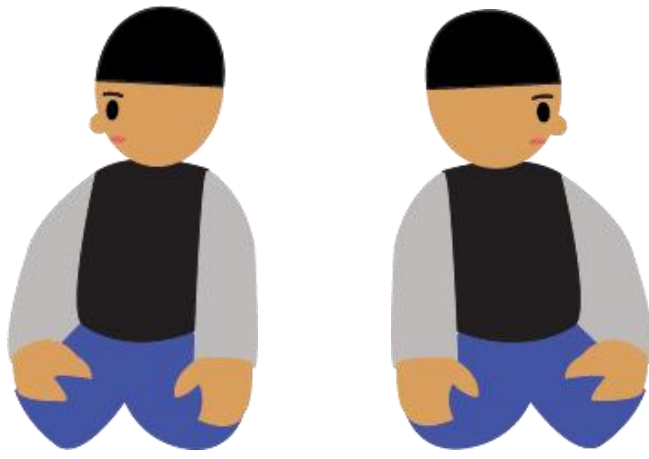
*Attahiyyaatul mubaarokaatush sholawaatuth thoyyibaatu lillaah.  
Assalaamu ‘alaika ayyuhan nabiyyu wa rohmatulloohi wa  
barokaatuh. Assalaaamu’alainaa wa ‘alaa ‘ibaadillaahish shoolihiin.  
Asyhadu allaa ilaaha illallooh wa asyhadu anna Muhammadar  
rosuulullooh Alloohumma sholli ‘alaa Muhammad wa ‘alaa aali  
Muhammad kamaa shollaita ‘alaa Ibroohim wa ‘alaa aali Ibroohimm*

*wa baarik ‘alaa Muhammad wa ‘alaa aali Muhammad kamaa  
baarokta ‘alaa Ibroohim wa ‘alaa aali Ibroohimm innaka hamiidum  
majiid.*

*Artinya: “Segala penghormatan, keberkahan, shalawat dan kebaikan  
hanya bagi Allah. Semoga salam sejahtera selalu tercurahkan  
kepadamu wahai Nabi, demikian pula rahmat Allah dan  
berkahNya dan semoga salam sejahtera selalu tercurah  
kepada kami dan hamba-hamba Allah yang shalih. Aku  
bersaksi bahwa tiada ilah kecuali Allah dan aku bersaksi  
bahwa Muhammad adalah utusan Allah. Ya Allah, berilah  
rahmat kepada Nabi Muhammad dan keluarga Nabi  
Muhammad sebagaimana Engkau telah memberikan rahmat  
kepada Nabi Ibrahim dan keluarga Nabi Ibrahim.  
Dan berilah keberkahan kepada Nabi Muhammad dan  
keluarga Nabi Muhammad sebagaimana Engkau telah  
memberikan keberkahan kepada Nabi Ibrahim dan keluarga  
Nabi Ibrahim. Sesungguhnya Engkau Maha Terpuji lagi  
Maha Mulia.”*

## **12. Salam**

Setelah selesai membaca doa tasyahud/tahyat akhir, kemudian  
salam dengan menoleh ke kanan dan ke kiri sambil membaca,



السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ

*Assalamu'alaikum warahmatullah.*

*Artinya: “Keselamatan dan rahmat Allah semoga tetap pada kamu  
sekalian.”*

### **13. Membaca Doa Setelah Shalat Dhuha**

Berikut adalah bacaan doa setelah salat dhuha sebagaimana dikutip dari kitab Syarah Minhaj yang ditulis Asy-Syarwani dan Ad-Dimyati dalam I'anatut Thalibin.

اللَّهُمَّ إِنَّ الضُّحَاءَ ضُحَاؤُكَ وَالْبَهَاءَ بَهَاؤُكَ  
وَالْجَمَالَ جَمَالُكَ وَالْقُوَّةَ قُوَّتُكَ وَالْقُدْرَةَ قُدْرَتُكَ  
وَالْعِصْمَةَ عِصْمَتُكَ اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ رِزْقِي فِي

السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ وَإِنْ كَانَ فِي الْأَرْضِ فَأَخْرِجْهُ  
وَإِنْ كَانَ مُعْسِرًا فَيَسِّرْهُ وَإِنْ كَانَ حَرَامًا فَطَهِّرْهُ  
وَإِنْ كَانَ بَعِيدًا فَقَرِّبْهُ بِحَقِّ ضَحَائِكَ وَبِهَائِكَ  
وَجَمَالِكَ وَقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ آتِنِي مَا آتَيْتَ عِبَادَكَ  
الصَّالِحِينَ

*Allâhumma innad dhuhâ'a dhuhâ'uka, wal bahâ'a bahâ'uka, wal jamâla jamâluka, wal quwwata quwwatuka, wal qudrata qudratuka, wal 'ishmata ishmatuka. Allâhumma in kâna rizkî fis samâ'i, fa anzilhu. Wa in kâna fil ardhi, fa akhrijhu. Wa in kâna mu'siron, fa yassirhu. Wa in kâna harâman, fa thahhirhu. Wa in kâna ba'idan, fa qarribhu bi haqqi dhuhâ'ika, wa bahâ'ika, wa jamâlika, wa quwwatika, wa qudratika. Âtinî mâ âtaita 'ibâakas shâlihîn.*

*Artinya: "Tuhanku, sungguh waktu dhuha adalah milik-Mu. Yang ada hanya keagungan-Mu. Tiada lagi selain keindahan-Mu. Hanya ada kekuatan-Mu. Yang ada hanya kuasa-Mu. Tidak ada yang lain kecuali lindungan-Mu. Tuhanku, kalau rezekiku di langit, turunkanlah. Kalau berada di bumi, keluarkanlah. Kalau sulit, mudahkanlah. Kalau haram, gantilah jadi yang suci. Bila jauh, dekatkanlah dengan hakikat dhuha, keagungan, kekuatan, kekuasaan-Mu. Tuhanku, berikanlah aku apa yang Kau anugerahkan kepada hamba-hamba-Mu yang saleh."*

