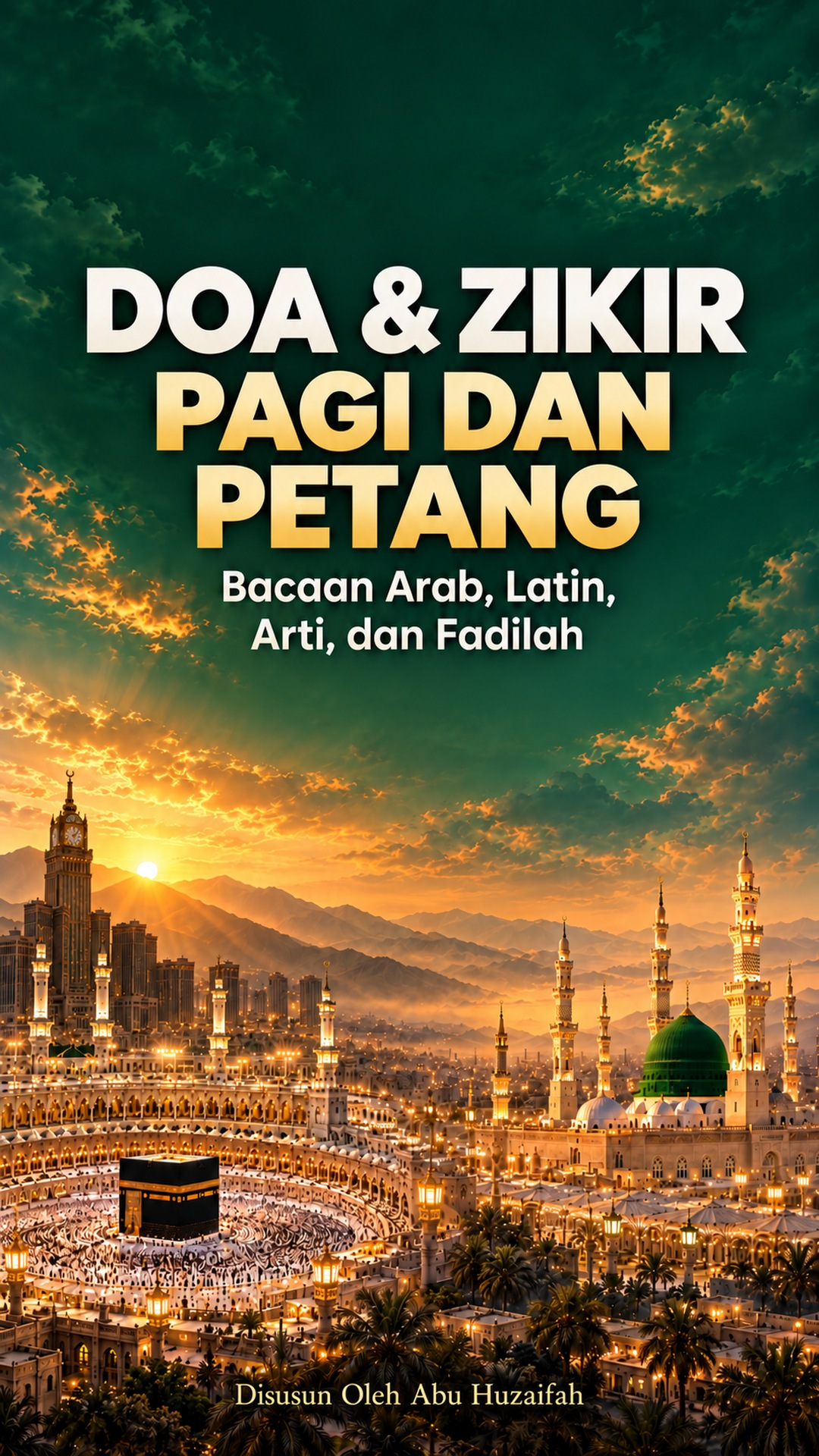
DOA & ZIKIR PAGI DAN PETANG

Bacaan Arab, Latin, Arti, dan Fadilah



Disusun Oleh Abu Huzaifah

Panduan Membaca

20 bagian, disusun berdasarkan waktu membaca. Susunan ini dibuat untuk memudahkan pembaca dan bukan merupakan urutan yang wajib diikuti.

☀ **Pagi**

Baca Bagian **A** dan **B**. Pada nomor 3 dan 4, pilih bacaan pagi saja.

☾ **Petang**

Baca Bagian **A** dan **C**. Pada nomor 3 dan 4, pilih bacaan petang saja.

◆ **Setelah salam salat Subuh**

Baca doa pada Bagian **D** sesuai waktunya; letaknya di bagian tersendiri hanya untuk memudahkan pengelompokan.

\+ **Tambahan**

Bagian **E** memuat zikir dan doa tambahan. Perhatikan keterangan waktu, bilangan, dan catatan riwayat masing-masing.

- Perhatikan jumlah pengulangan setiap bacaan. Khusus tahlil nomor 13, bedakan riwayat pagi–petang dengan riwayat 100 kali dalam sehari.
- Tidak semua 20 bagian ditetapkan untuk dibaca pada kedua waktu tersebut.

Bacaan Arab, latin, arti, serta catatan riwayat dipertahankan dari naskah sebelumnya. Penyusunan ulang ini bukan pemeriksaan menyeluruh atas setiap lafaz dan penilaian hadis.

Lihat Daftar Bacaan ›

Daftar Bacaan

Ketuk judul untuk langsung menuju bacaan.

A ZIKIR PAGI DAN PETANG

1	Ayat Kursi	*1× pagi & petang*
2	Al-Ikhlas, Al-Falaq, dan An-Nas	*Awali setiap surah*
3	Memohon Kebaikan Hari atau Malam	*1× sesuai waktunya*
4	Doa Memasuki Pagi dan Petang	*1× sesuai waktunya*
5	Sayyidul Istighfar	*1× pagi & petang*
6	Memohon Keselamatan Diri, Keluarga, dan Harta	*1× pagi & petang*
7	Memohon Kesehatan & Perlindungan	*3× tiap bagian, pagi & petang*
8	Pernyataan Rida	*3× pagi & petang*
9	Perlindungan dari Keburukan Diri dan Setan	*Pagi & petang*
10	Memohon Perlindungan dari Bahaya	*3× pagi & petang*
11	Memohon Pertolongan dan Perbaikan Seluruh Urusan	*Pagi & petang*
12	Tasbih dan Tahmid	*100× pagi & 100× petang*
13	Tahlil	*Pagi–petang*

B BACAAN KHUSUS PAGI

14	Meneguhkan Fitrah Islam dan Tauhid	*Pagi hari*
15	Tasbih Sebanyak Makhluk Allah	*3× pagi hari*

C BACAAN KHUSUS PETANG

16 Memohon Perlindungan dari Keburukan Makhluk — *Petang*

D DOA SETELAH SALAT SUBUH

17 Memohon Ilmu, Rezeki, dan Amal yang Diterima — *Setelah salam Subuh*

E ZIKIR DAN DOA TAMBAHAN

18 Istighfar dan Tobat — *Diperbanyak hingga 100× sehari*

19 Perlindungan dari Kegelisahan & Utang — *Pagi, petang, atau kapan saja*

20 Tawakal kepada Allah (Hasbiyallahu) — *7× pagi & petang*

A **ZIKIR PAGI DAN PETANG**

Dibaca pada pagi dan petang. Pada nomor 3 dan 4, pilih bacaan sesuai waktunya.

1 Ayat Kursi

⟳ 1× pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

اللَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ۚ لَا تَأْخُذُهُ سِنَةٌ
وَلَا نَوْمٌ ۚ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ ۗ
مَنْ ذَا الَّذِي يَشْفَعُ عِنْدَهُ إِلَّا بِإِذْنِهِ ۚ يَعْلَمُ مَا بَيْنَ
أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيْءٍ مِنْ
عِلْمِهِ إِلَّا بِمَا شَاءَ ۚ وَسِعَ كُرْسِيُّهُ السَّمَاوَاتِ
وَالْأَرْضَ ۖ وَلَا يَئُودُهُ حِفْظُهُمَا ۚ وَهُوَ الْعَلِيُّ
الْعَظِيمُ

LATIN

Allaahu laa ilaaha illaa huwal hayyul qayyuum. Laa ta'khudzuhuu sinatuw wa laa naum. Lahuu maa fis samaawaati wa maa fil ardh. Man dzal ladzii yasyfa'u 'indahuu illaa bi idznih.

Ya'lamu maa baina aidiihim wa maa khalfahum. Wa laa yuhiithuuna bisyai'im min 'ilmihii illaa bimaa syaa'. Wasi'a kursiyyuhus samaawaati wal ardh. Wa laa ya'uuduhuu hifzhuhumaa, wa huwal 'aliyyul 'azhiim.

ARTINYA

"Allah, tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Dia, Yang Maha Hidup, Yang terus-menerus mengurus makhluk-Nya. Dia tidak mengantuk dan tidak tidur. Milik-Nya segala yang ada di langit dan di bumi. Tidak ada yang dapat memberi syafaat di sisi-Nya tanpa izin-Nya. Dia mengetahui apa yang di hadapan dan di belakang mereka. Mereka tidak mengetahui sesuatu pun dari ilmu-Nya, kecuali yang Dia kehendaki. Kursi-Nya meliputi langit dan bumi. Dia tidak merasa berat memelihara keduanya. Dia Mahatinggi, Mahabesar." (QS. Al-Baqarah: 255)

FADILAH

Menjadi sebab perlindungan dari gangguan setan hingga petang apabila dibaca pada pagi hari, dan hingga pagi apabila dibaca pada petang hari. Berdasarkan riwayat Ubay bin Ka'ab yang dicantumkan Al-Hakim dan dinilai sahih oleh Al-Albani dalam Shahih At-Targhib wa At-Tarhib no. 655.

quran.com · ablibrary.net

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

2 Al-Ikhlas, Al-Falaq, dan An-Nas

Pembuka: Basmalah

⟳ Awali setiap surah ☀ Pagi & ☾ Petang

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

LATIN

Bismillaahir rahmaanir rahiim.

ARTINYA

“Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih, Maha Penyayang.”

PETUNJUK

Surah Al-Ikhlas, Al-Falaq, dan An-Nas dibaca masing-masing 3 kali pada pagi dan petang. Awali setiap surah dengan basmalah.

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

2 Al-Ikhlas, Al-Falaq, dan An-Nas

Surah Al-Ikhlas

⟳ 3× pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ ﴿١﴾ اللَّهُ الصَّمَدُ ﴿٢﴾ لَمْ يَلِدْ
وَلَمْ يُولَدْ ﴿٣﴾ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ ﴿٤﴾

LATIN

Qul huwallaahu ahad. Allaahush shamad. Lam yalid wa lam yuulad. Wa lam yakul lahuu kufuwan ahad.

ARTINYA

“Katakanlah: Dialah Allah Yang Maha Esa. Allah tempat bergantung segala sesuatu. Dia tidak beranak dan tidak diperanakkan. Dan tidak ada sesuatu pun yang setara dengan-Nya.”

FADILAH

Dibaca bersama Al-Falaq dan An-Nas, masing-masing tiga kali pada pagi dan petang, menjadi sebab dicukupkan perlindungan dari segala keburukan dengan izin Allah. Keutamaan ini berlaku untuk rangkaian ketiga surah tersebut.

HR. Abu Dawud no. 5082 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

2 Al-Ikhlas, Al-Falaq, dan An-Nas

Surah Al-Falaq

⟳ 3× pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ ﴿١﴾ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ ﴿٢﴾
وَمِنْ شَرِّ غَاسِقٍ إِذَا وَقَبَ ﴿٣﴾ وَمِنْ شَرِّ
النَّفَّاثَاتِ فِي الْعُقَدِ ﴿٤﴾ وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا
حَسَدَ ﴿٥﴾

LATIN

Qul a'uudzu birabbil falaq. Min syarri maa khalaq. Wa min syarri ghaasiqin idzaa waqab. Wa min syarrin naffaatsaati fil 'uqad. Wa min syarri haasidin idzaa hasad.

ARTINYA

"Katakanlah: Aku berlindung kepada Tuhan yang menguasai subuh, dari kejahatan makhluk yang Dia ciptakan, dari kejahatan malam apabila telah gelap, dari kejahatan para peniup pada buhul-buhul, dan dari kejahatan orang dengki apabila ia dengki."

FADILAH

Dibaca bersama Al-Ikhlas dan An-Nas, masing-masing tiga kali pada pagi dan petang, menjadi sebab dicukupkan perlindungan dari segala keburukan dengan izin Allah.

HR. Abu Dawud no. 5082 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

2 Al-Ikhlas, Al-Falaq, dan An-Nas

Surah An-Nas

⟳ 3× pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ ۝١ مَلِكِ النَّاسِ ۝٢ إِلَٰهِ
النَّاسِ ۝٣ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ ۝٤
الَّذِي يُوَسْوِسُ فِي صُدُورِ النَّاسِ ۝٥ مِنَ الْجِنَّةِ
وَالنَّاسِ ۝٦

LATIN

Qul a'uudzu birabbin naas. Malikin naas. Ilaahin naas. Min syarril waswaasil khannaas. Alladzii yuwaswisu fii shuduurin naas. Minal jinnati wan naas.

ARTINYA

"Katakanlah: Aku berlindung kepada Tuhan manusia, Raja manusia, sembahan manusia, dari kejahatan pembisik yang bersembunyi, yang membisikkan kejahatan ke dalam dada manusia, dari golongan jin dan manusia."

FADILAH

Dibaca bersama Al-Ikhlas dan Al-Falaq, masing-masing tiga kali pada pagi dan petang, menjadi sebab dicukupkan perlindungan dari segala keburukan dengan izin Allah.

HR. Abu Dawud no. 5082 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

3 Memohon Kebaikan Hari atau Malam

Bacaan pagi

⟳ 1× sesuai waktunya ☀ Pagi

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهُ، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذَا الْيَوْمِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهُ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ

LATIN

Ashbahnaa wa ashbahal mulku lillaah, walhamdu lillaah. Laa ilaaha illallaahu wahdahuu laa syariika lah. Lahul mulku wa lahul hamdu wa huwa ‘alaa kulli syai’in qadiir.

Rabbi as’aluka khaira maa fii haadzal yaumi wa khaira maa ba‘dah. Wa a‘uudzu bika min syarri maa fii haadzal yaumi wa syarri maa ba‘dah.

Rabbi a'uudzu bika minal kasali wa suu'il kibar. Rabbi a'uudzu bika min 'adzaabin fin naari wa 'adzaabin fil qabr.

ARTINYA

"Kami memasuki pagi dan seluruh kerajaan adalah milik Allah. Segala puji bagi Allah. Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Milik-Nya kerajaan dan segala pujian, dan Dia Mahakuasa atas segala sesuatu. Wahai Tuhanku, aku memohon kebaikan pada hari ini dan sesudahnya. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan hari ini dan sesudahnya. Aku berlindung kepada-Mu dari kemalasan dan keburukan pada usia tua. Aku berlindung kepada-Mu dari azab neraka dan azab kubur."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Mengikuti doa Nabi ﷺ untuk memohon kebaikan hari yang dijalani serta perlindungan dari keburukan, kemalasan, keburukan usia tua, azab neraka, dan azab kubur. Tidak disebutkan pahala khusus tertentu dalam riwayatnya.

HR. Muslim no. 2723 · rumaysho.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

3 Memohon Kebaikan Hari atau Malam

Bacaan petang

⟳ 1× sesuai waktunya ☾ Petang

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، رَبِّ أَسْأَلُكَ خَيْرَ مَا فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَخَيْرَ مَا بَعْدَهَا، وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ وَشَرِّ مَا بَعْدَهَا، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكَسَلِ وَسُوءِ الْكِبَرِ، رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابٍ فِي النَّارِ وَعَذَابٍ فِي الْقَبْرِ

LATIN

Amsainaa wa amsal mulku lillaah, walhamdu lillaah. Laa ilaaha illallaahu wahdahuu laa syariika lah. Lahul mulku wa lahul hamdu wa huwa ‘alaa kulli syai’in qadiir.

Rabbi as’aluka khaira maa fii haadzihil lailati wa khaira maa ba‘dahaa. Wa a‘uudzu bika min syarri maa fii haadzihil lailati wa syarri maa ba‘dahaa.

Rabbi a'uudzu bika minal kasali wa suu'il kibar. Rabbi a'uudzu bika min 'adzaabin fin naari wa 'adzaabin fil qabr.

ARTINYA

"Kami memasuki petang dan seluruh kerajaan adalah milik Allah. Segala puji bagi Allah. Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Milik-Nya kerajaan dan segala pujian, dan Dia Mahakuasa atas segala sesuatu. Wahai Tuhanku, aku memohon kebaikan pada malam ini dan sesudahnya. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan malam ini dan sesudahnya. Aku berlindung kepada-Mu dari kemalasan dan keburukan pada usia tua. Aku berlindung kepada-Mu dari azab neraka dan azab kubur."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Mengikuti doa Nabi ﷺ ketika petang untuk memohon kebaikan malam dan sesudahnya, sekaligus perlindungan dari keburukan serta azab akhirat. Tidak disebutkan pahala khusus tertentu dalam riwayatnya.

HR. Muslim no. 2723b · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

4 Doa Memasuki Pagi dan Petang

Bacaan pagi

⟳ 1× sesuai waktunya ☀ Pagi

اللَّهُمَّ بِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ نَحْيَا،
وَبِكَ نَمُوتُ، وَإِلَيْكَ النُّشُورُ

LATIN

Allaahumma bika ashbahnaa, wa bika amsainaa, wa bika nahyaa, wa bika namuutu, wa ilaikan nusyuur.

ARTINYA

"Ya Allah, dengan pertolongan-Mu kami memasuki pagi dan petang. Dengan-Mu kami hidup dan dengan-Mu kami mati. Kepada-Mu kami dibangkitkan."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Mengikuti bacaan Nabi ﷺ serta mengakui bahwa kehidupan, kematian, dan kebangkitan berada dalam kekuasaan Allah. Riwayatnya tidak menyebutkan pahala khusus tertentu.

HR. Abu Dawud no. 5068 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

4 Doa Memasuki Pagi dan Petang

Bacaan petang

⟳ 1× sesuai waktunya ☾ Petang

اللَّهُمَّ بِكَ أَمْسَيْنَا، وَبِكَ أَصْبَحْنَا، وَبِكَ نَحْيَا،
وَبِكَ نَمُوتُ، وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ

LATIN

Allaahumma bika amsainaa, wa bika ashbahnaa, wa bika nahyaa, wa bika namuutu, wa ilaikal mashiir.

ARTINYA

"Ya Allah, dengan pertolongan-Mu kami memasuki petang dan pagi. Dengan-Mu kami hidup dan dengan-Mu kami mati. Kepada-Mu tempat kembali."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Mengikuti tuntunan Nabi ﷺ dalam menyambut petang serta mengingat bahwa kehidupan dan tempat kembali kita adalah kepada Allah. Riwayatnya tidak menyebutkan pahala khusus tertentu.

HR. Tirmidzi no. 3391 · rumaysho.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

5 Sayyidul Istighfar

⟳ 1× pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّي لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ، خَلَقْتَنِي وَأَنَا عَبْدُكَ، وَأَنَا عَلَىٰ عَهْدِكَ وَوَعْدِكَ مَا اسْتَطَعْتُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ مَا صَنَعْتُ، أَبُوءُ لَكَ بِنِعْمَتِكَ عَلَيَّ، وَأَبُوءُ لَكَ بِذَنْبِي، فَاغْفِرْ لِي، فَإِنَّهُ لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ

LATIN

Allaahumma anta rabbii, laa ilaaha illaa anta. Khalaqtanii wa ana ‘abduka, wa ana ‘alaa ‘ahdika wa wa‘dika mastatha‘tu. A‘uudzu bika min syarri maa shana‘tu. Abuu‘u laka bini‘matika ‘alayya, wa abuu‘u laka bidzanbii. Faghfir lii, fa innahuu laa yaghfirudz dzunuuba illaa anta.

ARTINYA

“Ya Allah, Engkaulah Tuhanku. Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Engkau. Engkau menciptakanku dan aku adalah hamba-Mu. Aku berpegang pada perjanjian dan janji-Mu semampuku. Aku berlindung kepada-Mu dari keburukan perbuatanku. Aku mengakui nikmat-Mu kepadaku dan mengakui dosaku.

Ampunilah aku, karena tidak ada yang mengampuni dosa selain Engkau.”

FADILAH

Siapa yang membacanya pada siang hari dengan penuh keyakinan, kemudian meninggal sebelum petang, termasuk penghuni surga. Demikian pula orang yang membacanya pada malam hari dengan penuh keyakinan, lalu meninggal sebelum pagi.

HR. Bukhari no. 6306 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

6 Memohon Keselamatan Diri, Keluarga, dan Harta

⟳ 1× pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ،
اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي دِينِي
وَدُنْيَايَ وَأَهْلِي وَمَالِي، اللَّهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِي،
وَآمِنْ رَوْعَاتِي، اللَّهُمَّ احْفَظْنِي مِنْ بَيْنِ يَدَيَّ
وَمِنْ خَلْفِي، وَعَنْ يَمِينِي وَعَنْ شِمَالِي، وَمِنْ
فَوْقِي، وَأَعُوذُ بِعَظَمَتِكَ أَنْ أُغْتَالَ مِنْ تَحْتِي

LATIN

Allaahumma innii as'alukal 'aafiyata fid dunyaa wal aakhirah. Allaahumma innii as'alukal 'afwa wal 'aafiyata fii diinii wa dunyaaya wa ahlii wa maalii.

Allaahummastur 'auraatii, wa aamin rau'aatii. Allaahummahfazhnii min baini yadayya wa min khalfii, wa 'an yamiinii wa 'an syimaalii, wa min fauqii, wa a'uudzu bi'azhamatika an ughtaala min tahtii.

ARTINYA

“Ya Allah, aku memohon keselamatan di dunia dan akhirat. Aku memohon ampunan dan keselamatan dalam agamaku, kehidupan duniaku, keluargaku, dan hartaku. Ya Allah, tutupilah aibku dan tenteramkanlah aku dari ketakutan. Lindungilah aku dari depan, belakang, kanan, kiri, dan atas. Aku berlindung dengan keagungan-Mu agar tidak dibinasakan dari bawahku.”

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Termasuk doa yang senantiasa dibaca Nabi ﷺ pada pagi dan petang. Isinya mencakup permohonan ampunan, keselamatan agama dan kehidupan, penjagaan keluarga serta harta, dan perlindungan dari berbagai arah.

HR. Abu Dawud no. 5074 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

7 Memohon Kesehatan serta Perlindungan dari Kekufuran, Kefakiran, dan Azab Kubur

⟳ 3× tiap bagian, pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَدَنِي، اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي سَمْعِي،
اللَّهُمَّ عَافِنِي فِي بَصَرِي، لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ
اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ، اللَّهُمَّ إِنِّي
أَعُوذُ بِكَ مِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ

LATIN

Allaahumma ‘aafinii fii badanii. Allaahumma ‘aafinii fii sam‘ii. Allaahumma ‘aafinii fii basharii. Laa ilaaha illaa anta.

Allaahumma innii a‘uudzu bika minal kufri wal faqr. Allaahumma innii a‘uudzu bika min ‘adzaabil qabr. Laa ilaaha illaa anta.

ARTINYA

“Ya Allah, berilah kesehatan pada tubuhku. Ya Allah, berilah kesehatan pada pendengaranku. Ya Allah, berilah kesehatan pada penglihatanku. Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Engkau.

Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari kekufuran dan kefakiran. Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari azab

kubur. Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Engkau.”

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Mengikuti tuntunan Nabi ﷺ untuk memohon kesehatan tubuh, pendengaran, dan penglihatan, serta perlindungan dari kekufuran, kefakiran, dan azab kubur. Hadisnya tidak menyebutkan pahala khusus atau jaminan terbebas dari seluruh penyakit.

HR. Abu Dawud no. 5090 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

8 Pernyataan Rida kepada Allah, Islam, dan Nabi Muhammad ﷺ

⟳ 3× pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالْإِسْلَامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نَبِيًّا

LATIN

Radhiitu billaahi rabbaa, wa bil islaami diinaa, wa bi Muhammadin shallallaahu ‘alaihi wa sallama nabiyyaa.

ARTINYA

“Aku rida Allah sebagai Tuhanku, Islam sebagai agamaku, dan Muhammad ﷺ sebagai nabiku.”

FADILAH

Orang yang membacanya tiga kali pada pagi dan petang dijanjikan Allah akan menjadikannya rida pada hari kiamat.

HR. Ahmad no. 18967; makna serupa dalam Ibnu Majah no. 3870 · islamtics.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

9 Perlindungan dari Keburukan Diri dan Setan

⟳ Pagi & petang · jumlah tidak ditentukan ☀ Pagi & ☾ Petang

اللَّهُمَّ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، عَالِمَ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ، لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ، رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ وَمَلِيكَهُ، أَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي، وَمِنْ شَرِّ الشَّيْطَانِ وَشَرَكِهِ، وَأَنْ أَقْتَرِفَ عَلَى نَفْسِي سُوءًا أَوْ أَجُرَّهُ إِلَى مُسْلِمٍ

LATIN

Allaahumma faathiras samaawaati wal ardh, ‘aalimal ghaibi wasy syahaadah. Laa ilaaha illaa anta, rabba kulli syai’in wa maliikah.

A‘uudzu bika min syarri nafsii, wa min syarrisy syaithaani wa syarakih, wa an aqtarifa ‘alaa nafsii suu’an aw ajurrahu ilaa muslim.

ARTINYA

“Ya Allah, Pencipta langit dan bumi, Yang mengetahui perkara gaib dan nyata. Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Engkau, Tuhan dan Penguasa segala sesuatu. Aku berlindung kepada-Mu dari

keburukan diriku, dari keburukan setan dan perangkapnya, serta dari melakukan keburukan terhadap diriku atau mendatangkannya kepada seorang muslim."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Doa yang diajarkan Nabi ﷺ kepada Abu Bakar untuk dibaca pagi dan petang. Isinya memohon perlindungan dari keburukan diri, godaan setan, serta perbuatan yang merugikan diri sendiri atau muslim lainnya. Tidak disebutkan pahala khusus tertentu dalam riwayat ini.

HR. Tirmidzi no. 3529 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

10 Memohon Perlindungan dari Bahaya

⟳ 3× pagi & petang ☀ Pagi & ☾ Petang

بِسْمِ اللَّهِ الَّذِي لَا يَضُرُّ مَعَ اسْمِهِ شَيْءٌ فِي
الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ، وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

LATIN

Bismillaahil ladzii laa yadhurru ma'asmihii syai'un fil ardhi wa laa fis samaa'i, wa huwas samii'ul 'aliim.

ARTINYA

"Dengan nama Allah, yang bersama nama-Nya tidak ada sesuatu pun di bumi maupun di langit yang dapat membahayakan. Dia Maha Mendengar, Maha Mengetahui."

FADILAH

Siapa yang membacanya tiga kali pada pagi hari mendapat perlindungan dari musibah yang datang tiba-tiba hingga petang. Jika dibaca tiga kali pada petang, perlindungan tersebut hingga pagi, dengan izin Allah.

HR. Abu Dawud no. 5088 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

11 Memohon Pertolongan dan Perbaikan Seluruh Urusan

⟳ Pagi & petang · jumlah tidak ditentukan

☀ Pagi & ☾ Petang

يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ، بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ، أَصْلِحْ لِي
شَأْنِي كُلَّهُ، وَلَا تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ

LATIN

Yaa Hayyu yaa Qayyuum, birahmatika astaghiits. Ashlih lii sya'nii kullahu, wa laa takilnii ilaa nafsii tharfata 'ain.

ARTINYA

"Wahai Allah Yang Maha Hidup, Yang Maha Berdiri Sendiri dan menopang seluruh makhluk, dengan rahmat-Mu aku memohon pertolongan. Perbaikilah seluruh urusanku dan janganlah Engkau menyerahkan aku kepada diriku sendiri walaupun sekejap mata."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Nabi ﷺ mengajarkan doa ini kepada Fatimah radhiyallahu ‘anha untuk dibaca pada pagi dan petang. Isinya memohon rahmat, pertolongan, perbaikan seluruh urusan, dan agar senantiasa berada dalam penjagaan Allah. Dinilai hasan oleh Al-Albani (As-Silsilah Ash-Shahihah no. 227).

islamqa.info · rumaysho.com

Versi Rumaysho menambahkan أَبَدًا (abadan) di akhir: “...tharfata ‘ainin abadan” — “walaupun sekejap mata, selamanya”.

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

12 Tasbih dan Tahmid

⟳ 100× pagi & 100× petang ☀ Pagi & ☾ Petang

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ

LATIN

Subhaanallaahi wa bihamdih.

ARTINYA

“Mahasuci Allah dan segala puji bagi-Nya.”

FADILAH

Siapa yang membacanya seratus kali pada pagi dan petang, pada hari kiamat tidak ada yang membawa amalan lebih utama daripada yang dibawanya dalam keutamaan zikir ini, kecuali orang yang mengucapkan bacaan serupa atau lebih banyak.

HR. Muslim no. 2692 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

13 Tahlil

⟳ Pagi–petang · atau 100× sehari ☀ Pagi & ☾ Petang

لَا إِلٰهَ إِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ، وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ

LATIN

Laa ilaaha illallaahu wahdahuu laa syariika lah. Lahul mulku wa lahul hamdu, wa huwa ‘alaa kulli syai’in qadiir.

ARTINYA

“Tidak ada sesembahan yang berhak disembah selain Allah semata, tidak ada sekutu bagi-Nya. Milik-Nya kerajaan dan segala pujian, dan Dia Mahakuasa atas segala sesuatu.”

FADILAH BACAAN PAGI–PETANG

Orang yang mengucapkannya pada pagi hari mendapat pahala seperti memerdekakan seorang budak keturunan Ismail, dicatat sepuluh kebaikan, dihapus sepuluh keburukan, diangkat sepuluh derajat, dan dilindungi dari setan hingga petang. Jika dibaca pada petang, mendapat keutamaan serupa hingga pagi. Riwayat ini tidak mensyaratkan pengulangan sepuluh kali.

HR. Abu Dawud no. 5077 · sunnah.com

FADILAH JIKA DIBACA 100× SEHARI

Mendapat pahala seperti memerdekakan sepuluh budak, dicatat seratus kebaikan, dihapus seratus keburukan, dan mendapat perlindungan dari setan pada hari itu hingga petang. Tidak ada yang membawa amalan lebih utama daripada itu kecuali orang yang mengerjakan lebih banyak. Bilangan dalam riwayat ini adalah 100 kali dalam sehari.

HR. Bukhari no. 3293 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

B **BACAAN KHUSUS PAGI**
Ditambahkan pada wirid pagi.

14 Meneguhkan Fitrah Islam dan Tauhid

⟳ Pagi hari · dapat dibaca 1× ☀ Pagi

أَصْبَحْنَا عَلَى فِطْرَةِ الْإِسْلَامِ، وَعَلَى كَلِمَةِ الْإِخْلَاصِ، وَعَلَى دِينِ نَبِيِّنَا مُحَمَّدٍ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، وَعَلَى مِلَّةِ أَبِينَا إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا مُسْلِمًا، وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ

LATIN

Ashbahnaa ‘alaa fithratil islaam, wa ‘alaa kalimatil ikhlaash, wa ‘alaa diini nabiyyinaa Muhammadin shallallaahu ‘alaihi wa sallam, wa ‘alaa millati abiinaa Ibraahiima haniifan musliman, wa maa kaana minal musyrikiin.

ARTINYA

“Kami memasuki pagi di atas fitrah Islam, kalimat tauhid, agama Nabi kami Muhammad ﷺ, dan ajaran bapak kami Ibrahim yang lurus dan berserah diri kepada Allah. Ia bukan termasuk orang-orang musyrik.”

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Mengikuti tuntunan Nabi ﷺ dalam mengawali pagi dengan peneguhan Islam, tauhid, dan mengikuti ajaran para nabi. Riwayat ini tidak menyebutkan pahala khusus atau jumlah pengulangan tertentu.

HR. Ahmad no. 15360; sanad sahih (Syu'aib Al-Arnauth) · dorar.net

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

15 Tasbih Sebanyak Makhluk Allah

⟳ 3× pagi hari ☀ Pagi

سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ، وَرِضَا نَفْسِهِ، وَزِنَةَ عَرْشِهِ، وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ

LATIN

Subhaanallaahi wa bihamdihi, ‘adada khalqihi, wa ridhaa nafsihi, wa zinata ‘arsyihi, wa midaada kalimaatihi.

ARTINYA

“Mahasuci Allah dan segala puji bagi-Nya, sebanyak jumlah makhluk-Nya, sebesar keridaan diri-Nya, seberat ‘Arsy-Nya, dan sebanyak tinta untuk menuliskan kalimat-kalimat-Nya.”

FADILAH

Nabi ﷺ menjelaskan kepada Juwairiyah radhiyallahu ‘anha bahwa bacaan ini, yang beliau ucapkan tiga kali, apabila ditimbang dengan seluruh zikir yang diucapkan Juwairiyah sejak pagi hingga waktu duha pada saat itu, akan lebih berat timbangannya. Ulangi seluruh rangkaian bacaan sebanyak tiga kali.

HR. Muslim no. 2726a · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

C

BACAAN KHUSUS PETANG

Ditambahkan pada wirid petang.

16 Memohon Perlindungan dari Keburukan Makhluk

⟳ Petang · jumlah tidak ditentukan ☾ Petang

أَعُوذُ بِكَلِمَاتِ اللَّهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ

LATIN

A'uudzu bikalimaatillaahit taammaati min syarri maa khalaq.

ARTINYA

"Aku berlindung dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari keburukan makhluk yang Dia ciptakan."

FADILAH

Dalam hadis tentang seseorang yang disengat kalajengking pada malam hari, Nabi ﷺ menjelaskan bahwa jika ia membaca doa ini pada petang, sengatan tersebut tidak akan membahayakannya, dengan izin Allah. Riwayat Muslim ini tidak menentukan jumlah pengulangan.

HR. Muslim no. 2709 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

D **DOA SETELAH SALAT SUBUH**
Dibaca sesuai waktunya; dikelompokkan tersendiri untuk memudahkan.

17 Memohon Ilmu, Rezeki, dan Amal yang Diterima

⟳ Setelah salam Subuh · 1× ☀ Pagi

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ عِلْمًا نَافِعًا، وَرِزْقًا طَيِّبًا،
وَعَمَلًا مُتَقَبَّلًا

LATIN

Allaahumma innii as'aluka 'ilman naafi'an, wa rizqan thayyiban, wa 'amalan mutaqabbalan.

ARTINYA

"Ya Allah, aku memohon kepada-Mu ilmu yang bermanfaat, rezeki yang baik, dan amal yang diterima."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Mengikuti doa Nabi ﷺ setelah salam salat Subuh, dengan memohon ilmu yang bermanfaat, rezeki yang baik, dan amal yang diterima Allah. Hadisnya tidak menyebutkan jumlah pengulangan atau pahala khusus tertentu.

HR. Ibnu Majah no. 925 · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

E

ZIKIR DAN DOA TAMBAHAN

Perhatikan keterangan waktu, bilangan, dan catatan riwayat masing-masing.

18 Istighfar dan Tobat

⟳ Diperbanyak hingga 100× sehari

☀ Pagi & ☾ Petang

أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ

LATIN

Astaghfirullaaha wa atuubu ilaih.

ARTINYA

“Aku memohon ampun kepada Allah dan bertobat kepada-Nya.”

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Mengikuti kebiasaan Nabi ﷺ dalam memperbanyak istighfar dan tobat. Dalam riwayat Bukhari, beliau beristighfar dan bertobat lebih dari tujuh puluh kali sehari; dalam riwayat Muslim, beliau menyebut bertobat seratus kali sehari. Ini amalan harian, bukan ketentuan harus seratus kali pagi dan seratus kali petang.

HR. Bukhari no. 6307 & Muslim no. 2702b · sunnah.com

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

19 Perlindungan dari Kegelisahan, Kesedihan, dan Beban Utang

⟳ Pagi, petang, atau kapan saja ☀ Pagi & ☾ Petang

اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَالْعَجْزِ وَالْكَسَلِ، وَالْجُبْنِ وَالْبُخْلِ، وَضَلَعِ الدَّيْنِ وَغَلَبَةِ الرِّجَالِ

LATIN

Allaahumma innii a'uudzu bika minal hammi wal hazan, wal 'ajzi wal kasal, wal jubni wal bukhl, wa dhala'id daini wa ghalabatir rijaal.

ARTINYA

"Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari kegelisahan dan kesedihan, dari ketidakmampuan dan kemalasan, dari sifat pengecut dan kikir, serta dari beratnya beban utang dan penguasaan orang lain atas diriku."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Doa yang biasa diucapkan Nabi ﷺ untuk memohon perlindungan dari delapan perkara yang memberatkan kehidupan dan menghalangi seseorang berbuat baik. Riwayat sahihnya tidak menetapkan waktu khusus, jumlah pengulangan, atau janji bahwa utang pasti langsung lunas.

HR. Bukhari no. 6369

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

20 Tawakal kepada Allah — Hasbiyallahu

⟳ 7× pagi & petang · riwayat Abu Darda' ☀ Pagi & ☾ Petang

حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلٰهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ

LATIN

Hasbiyallaahu laa ilaaha illaa huwa, 'alaihi tawakkaltu, wa huwa rabbul-'arsyil-'azhiim.

ARTINYA

"Cukuplah Allah bagiku; tidak ada Tuhan yang berhak disembah selain Dia. Hanya kepada-Nya aku bertawakal, dan Dia adalah Tuhan pemilik 'Arsy yang agung."

KEUTAMAAN & KANDUNGAN

Pernyataan tauhid dan tawakal, menyerahkan urusan kepada Allah serta meyakini kecukupan pertolongan-Nya. Lafaz ini merupakan bagian akhir QS. At-Taubah ayat 129.

quran.kemenag.go.id (QS. At-Taubah: 129)

CATATAN RIWAYAT & FADILAH KHUSUS

Bacaan tujuh kali pagi dan petang dengan keutamaan dicukupkan dari perkara yang merisaukan dinukil sebagai perkataan Abu Darda' dalam Sunan Abu Dawud no. 5081. Penilaiannya diperselisihkan: Ibn Baz menilai sanad riwayat mauqufnya baik; Al-Albani memberi penilaian maudhu' pada riwayat dengan tambahan lafaz yang ditampilkan Sunnah.com. Oleh karena itu, keutamaan khusus tersebut tidak dinyatakan sebagai kesepakatan ulama atau hadis sahih dari Nabi ﷺ tanpa catatan.

sunnah.com/abudawud:5081 · islamqa.info/118105

‹ Kembali ke Daftar Bacaan

DOA PENUTUP

اَللَّهُمَّ أَعِنِّي
عَلَى ذِكْرِكَ وَشُكْرِكَ
وَحُسْنِ عِبَادَتِكَ

Allahumma a'inni 'ala dzikrika
wa syukrika wa husni 'ibadatik.

Ya Allah, tolonglah aku agar selalu
mengingat-Mu, bersyukur kepada-Mu,
dan memperbagus ibadah kepada-Mu.

Disusun Oleh Abu Huzaifah