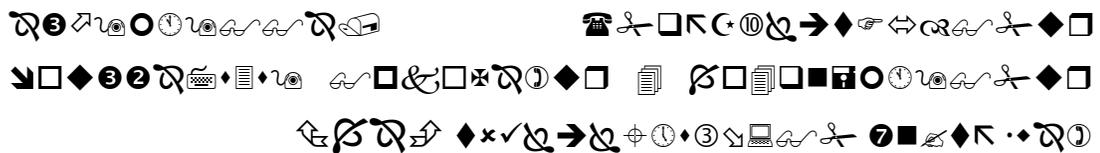


BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Shalat adalah rukun Islam yang paling mulia setelah kedua kalimat syahadat Allah SWT. Karena shalat merupakan pintu pembuka setiap bentuk kebaikan, dan akan memberikan kebahagiaan dan ketentraman dalam hati dan shalat juga akan menjadikan jasmani energik dan juga penuh semangat.¹ Berdirinya seorang muslim dihadapan Allah akan membekalinya dengan suatu energi spiritual yang menimbulkan rasa kenyamanan dan ketenangan. Dengan shalat seorang muslim tidak akan merasa sendirian dalam menghadapi kesulitan, karena ia tahu bahwa Allah dekat. Maka orang yang khusyu' dalam shalatnya merasakan bahwa ia berhadapan dengan Tuhannya walaupun ia tidak melihat Allah. Dengan kondisi kejiwaan seperti itu, seseorang mampu mengungkapkan perasaan kepada Allah, ia akan berdo'a dan memohon kepadaNya.² Maka dengan shalat akan semakin mudah untuk taat kepada Allah SWT, oleh karena itu Allah berfirman dalam QS: Al-Baqarah: 45, yang berbunyi:



Jadikanlan sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu'. (QS: Al-Baqarah: 45)

Dalam Tafsir Ibnu Katsir bahwasanya Allah itu menyuruh hambanya, terhadap apa yang mereka dambakan dari kebaikan dunia, untuk menjadikan shalat dan sabar sebagai penolong.

Ibnul-Mubarak berkata: sabar ialah pengakuan hamba kepada Allah atas apa yang menyimpannya, mengharapkan Ridho Allah semata dan pahalanya.

Adapun dalam firman Allah: shalat merupakan penolong utama bagi keteguhan suatau perkara.³

¹ Musthafa Karim, *Mukjizat Shalat Dhuha*, (Solo: Wacana Ilmiah Press, 2009), hlm 39

² Khairunnas Rajab, *Obat Hati Menyehatkan Ruhani dengan Ajaran Islami*, (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2010), hlm. 67

³ M.Nasib Ar-Rifai, *Ibnu Katsir* (Jakarta; Gema Insani Press, 1999), hlm. 201

Secara sempurna seraya mengharapkan keridhaan-Nya dan kembali kepada-Nya dengan khusyu' dan merendahkan diri. Sebab, jika shalat dikerjakan dengan cara demikian, maka ia akan mencegahmu dari berbuat kekejian dan kemungkaran, karena ia mengandung berbagai ibadat, seperti: takbir, tasbih, berdiri di hadapan Allah, ruku' dan sujud dengan segenap kerendahan hati, serta penggunaan, lantaran di dalam ucapan dan perbuatan shalat terdapat isyarat untuk meninggalkan kekejian dan kemungkaran.⁵

Thabathaba'i menafsirkan ayat ini bahwa perintah melaksanakan shalat pada ayat ini dinyatakan sebabnya, yaitu karena "*shalat melarang atau mencegah kemungkaran dan kekejian*". Berarti shalat adalah amal ibadah yang pelaksanaannya membuahkan sifat keruhanian dalam diri manusia yang menjadikannya tercegah dari perbuatan keji dan mungkar, dan dengan demikian, hati menjadi suci dari kekejian dan kemungkaran. Dengan demikian shalat adalah cara untuk memperoleh potensi keterhindaran dari keburukan dan secara tidak langsung dengan shalat itu terjadi keterhindaran yang dimaksud.⁶

Ingatan Allah kepada kalian dengan melimpahkan rahmay-Nya adalah lebih besar di banding ingatan kalian kepada Nya dengan mentaatinya.

Dan Allah mengetahui kebaikan atau keburukan yang kalian perbuat, maka Allah akan membalas kalian sesuai amal kalian; jika baik maka baik pula balasannya, dan jika buruk maka buruk pula balasannya, sebagaimana hal itu telah menjadi Sunnah-Nya yang berlaku pada makhluk-Nya. Alah Maha Bijaksana lagi Maha Penyayang.⁷

Shalat merupakan ibadah yang paling utama, dalam proses penghambaan dan pendekatan diri kepada Allah SWT. Shalat yang dikerjakan dengan ikhlas sepenuh hati karena Allah SWT, akan menumbuhkan sensasi kenikmatan tersendiri.⁸

Shalat memiliki hubungan dengan kesehatan mental bahwasanya telah diketahui dan dirasakan oleh banyak orang, hal ini juga didasarkan pada (QS: Al-Mu'minun: 1-2):



⁵ Ahmad Mustafa Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm.239

⁶ M.Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, hlm. 508

⁷ Ahmad Mustafa Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm.240

⁸ M. Khalilurrahman Al-Mahfani, *Berkah Shalat Dhuha*, (Jakarta: Wahyu Media, 2008), hlm. 30-31

Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang beriman, (yaitu) orang-orang yang khusyu' dalam sembahyangnya.”(QS: Al-Mu'minun: 1-2)

Dalam Tafsir Al-Maraghi Allah telah menetapkan keberuntungan bagi orang yang memiliki tujuh diantara sifat kebaikan, yaitu antara lain:

1. Beriman

Pasti beruntung dan berbahagia orang-orang yang membenarkan Allah, para Rasul-Nya dan hari akhir.

2. Khusyu' dalam melaksanakan shalat

Orang yang menghinakan dan menundukkan diri kepada Allah serta takut kepada adzab-Nya.

Hakim meriwayatkan, bahwa Nabi SAW. pernah mengerjakan shalat sambil mengangkat pandangan matanya kelangit. Setelah ayat ini diturunkan, beliau mengarahkan pandangannya ketempat sujudnya. Khusyu' dalam shalat adalah wajib karena beberapa hal:

a. Untuk dapat menghayati bacaan

b. Untuk mengingat Allah dan takut kepada ancaman-Nya

c. Sesungguhnya orang yang sedang mengerjakan shalat itu sedang munajat kepada Tuhannya, sedang berbicara dalam keadaan lengah tidak disebut bermunajat sama sekali. Karena itu, orang-orang mengatakan: shalat tanpa kekhusyu'an bagaikan jasad tanpa ruh. Tetapi jumhur ulama' mengatakan, khusyu' bukan keluar dari ikatan taklif dan pelaksanaan kewajiban, tetapi syarat untuk tercapainya pahala di sisi Allah dan tercapai keridhaan-Nya.⁹

Shalat adalah ibadah yang di dalamnya terjadi hubungan ruhani antara makhluk dan Khaliqnya. Shalat juga dipandang sebagai *munajat* berdo'a dalam hati yang khusyu' kepada Allah SWT. Orang yang sedang mengerjakan shalat dengan khusyu' tidak merasakan sendiri. Seolah-olah ia berhadapan dan melakukan dialog dengan Tuhan. Suasana spiritual seperti ini dapat menolong manusia untuk mengungkapkan segala perasaan dan berbagai permasalahan yang dihadapi. Dengan demikian, ia mendapatkan tempat untuk mencurahkan segala yang ada dalam pikirannya. Dengan shalat yang khusyu' orang akan mendapatkan ketenangan jiwa, karena merasa dirinya dekat dengan Allah SWT dan memperoleh ampunan-Nya.¹⁰

Shalat wajib yang dikerjakan lima kali dalam sehari semalam, selain shalat wajib terdapat shalat Sunnah yang harus dikerjakan oleh orang muslim untuk menambah kekurangan yang mungkin terdapat pada shalat-shalat wajib juga karena

⁹ Ahmad Mustafa Maraghi, Tafsir Al-Maraghi, hlm.4-5

¹⁰ Sururin, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004), hlm.189-190

shalat Sunnah itu mengandung keutamaan yang tidak terdapat pada ibadah-ibadah yang lain. Salah satu contoh dari shalat Sunnah adalah “Shalat Dhuha”.

Sebagai orang muslim sudah tidak asing lagi dengan shalat Sunnah yang satu ini yaitu Shalat Dhuha. Namun pengetahuan belum menunjukkan sebuah perbuatan, sebuah pengamalan dalam beribadah. Hal ini bisa jadi karena kita malas, tidak punya waktu mengerjakannya, tidak tahu bagaimana cara melaksanakannya, tidak tahu segenap keutamaannya (*fadilah*) yang tersembunyi didalamnya. Shalat Dhuha adalah Shalat sunnah yang telah menjadi tradisi dan kebiasaan orang-orang saleh. Mereka bersujud pada saat matahari mulai beranjak naik, menghaturkan pujian pada Allah SWT dan bersyukur atas nikmat yang telah diberikan pada dunia. Mengawali hari dengan ibadah merupakan senjata hebat bagi jiwa seorang muslim, agar tidak terjerumus dalam buruknya hawa nafsu.

Shalat Dhuha yang di Sunnahkan saat matahari naik sampai menjelang siang, dimana banyak orang sudah mulai asyik dengan kesibukan masing-masing. Dan Allah memberikan fasilitas komunikasi langsung tanpa hambatan kepada kita yang mau melaksanakan Shalat Dhuha ini.¹¹ Melaksanakan Shalat Dhuha secara rutin setiap hari merupakan amalan yang mulia dan terpuji.¹²

Dalam surah Adh-Dhuha Allah SWT bersumpah dengan waktu dhuha dan waktu malam, yang berbunyi:

أَشْرَقَ بِبُرْجَانِهَا
وَأَسْفَلَ سَافِلَاتِهَا
فِي يَوْمِ ذِي الْقَعْدِ
فِي يَوْمِ ذِي الْحِجَّةِ
فِي يَوْمِ الْاَضْحَانِ
فِي الْيَوْمِ الْمَعْدُورِ
فِي شَهْرِ رَجَبٍ
فِي يَوْمِ الْاَضْحَانِ
فِي الْيَوْمِ الْمَعْدُورِ
فِي شَهْرِ رَجَبٍ

Demi waktu matahari sepenggalahan naik, Dan demi malam apabila telah sunyi (gelap). (QS. Adh-Dhuha: 1-2)

Kata (أَشْرَقَ بِبُرْجَانِهَا) *adh-dhuha* secara umum digunakan dalam arti *sesuatu yang tampak dengan jelas*.

Berbeda pendapat tentang maksud firman Allah ini, antara lain:

- Siang hari sejak terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari.
- Waktu tertentu disiang hari tertentu, yaitu saat nabi musa menerima wahyu secara langsung dari Allah swt. dalam rangka mengalahkan ahli sihir, sebagaimana diuraikan dalam QS Thaha[20]:59
- Waktu yang diisi oleh hamba-hamba Allah untuk mendekatkan diri kepadaNya, misalnya dengan melaksanakan shalat *dhuha*.

¹¹Arifaji, *Awali Hari Dengan Shalat Dhuha*, (Oktober, 25, 2011) <http://firaprasa.blogspot.com>

¹²Al-Ghazali, *Rahasia-Rahasia Shalat*,(bandung: Karisma,1991), hlm. 170

- d. Cahaya jiwa orang-orang yang mendekatkan diri kepada Allah.
- e. Matahari, ketika naik sepenggalan, cahayanya memancar menerangi seluruh penjuru, pada saat yang sama ia tidak terlalu terik sehingga tidak mengakibatkan gangguan sedikitpun, bahkan panasnya memberikan kesegaran, kenyamanan, dan kesehatan.¹³ Sedemikian itu merupakan sumpah Allah Ta'ala dengan waktu dhuha dan juga cahaya yang dipancarkan pada waktu itu. (wallaili idha saja) “ dan demi malam apabila telah sunyi ” yang telah menjadi tenang, lalu digelapkan. Demikian yang dikemukakan oleh Mujtahid, Qatadah, Adh Dhahhak, Ibnu Zaid, dan lain-lain.¹⁴

Waktu dhuha dijadikan sebagai waktu persumpahan oleh Allah SWT untuk menarik perhatian kita. Mungkin, pada waktu itu kita sedang aktif, kemudian badan dan pikiran kita masih kuat setelah tidur pada malam hari. Oleh karena itu, waktu seperti inilah merupakan kesempatan yang baik untuk berusaha di muka bumi ini dengan pesan dan anjuran Allah SWT.¹⁵



Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, Dan Sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya. (QS: As-Syamsi: 9-10)

Sesungguhnya beruntunglah orang yang mau menyucikan jiwanya dan mengingatkannya menuju kesempurnaan akal dan perbuatan, sehingga membuahkan hasil yang baik bagi dirinya dan orang lain yang ada sekelilingnya.¹⁶

كَلِمَاتٌ (كَلِمَاتٌ) khaba digunakan untuk menggambarkan usaha yang tidak bermanfaat atau tidak sukses. Kata (كَلِمَاتٌ) *dassaha* terambil dari kata (دَسَّ) *dassa* yakni memasukkan sesuatu – secara tersembunyi- kedalam sesuatu yang lain, maka seperti misalnya memasukkan racun kedalam makanan. Penggunaan kata ini memberi kesan bahwa sebenarnya manusia diciptakan Allah memiliki potensi yang besar guna meraih kebajikan, yaitu dengan pengilhaman kebajikan pada dirinya. Potensi tersebut mengantar manusia kepada kebahagiaan hidup. Dengan demikian, kedurhakaan yang terjadi semata-mata adalah karena ulah manusia sendiri. Dia diberi potensi sehingga dapat mengetahui yang baik dan yang buruk.¹⁷

¹³ M. Quraish shihab, *Tafsir al misbah*, (Jakarta: Lentera hati 2002), vol. 15, hal. 327

¹⁴ Abdullah bin Muhammad bin ‘abdurrahman bin ishaq alu syaikh, *Tafsir ibnu katsir* (Jakarta; pustaka Imam Asy Syafi’i), hlm.289

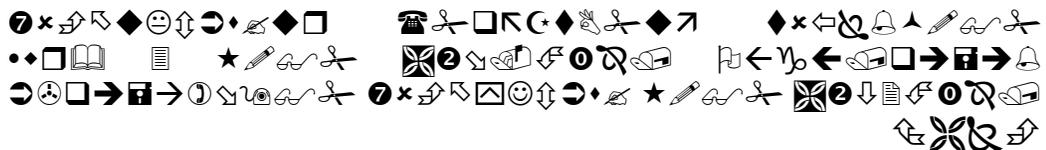
¹⁵ M. Khalilurrahman Al-Mahfani, 74

¹⁶ Ahmad Mustafa Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm.282

¹⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, hlm.300-301

Surat di atas memuat pesan bahwa kita dapat memperoleh keberuntungan tatkala jiwa kita bersih. Karenannya, sebelum memulai aktivitas pada pagi hari hendaknya kita sucikan dahulu jiwa kita dari dosa, nafsu angkara murka, dan ambisi duniawi. Salah satu media untuk menyucikan jiwa yaitu dengan melaksanakan Shalat Dhuha. Setelah shalat, kita iringi dengan bertaubat, memohon ampun kepada Allah SWT, bertasbih dan memohon petunjuk serta karunia-Nya.¹⁸ Salah satu bukti empirik tentang manfaat Shalat Dhuha yaitu untuk meningkatkan sebuah prestasi. Misalnya bagi pelajar yang tertekan mengikuti pelajaran di sekolah. Yang mana Shalat Dhuha ternyata membawa pengaruh positif terhadap ketenangan jiwa dan lebih jauh untuk membuktikan bahwa shalat dhuha ternyata dapat digunakan sebagai pendekatan untuk mengubah perilaku ketidakmampuan menyesuaikan diri akibat stress tersebut.

Shalat Dhuha dipilih menjadi teknik untuk mengubah perilaku ketidakmampuan menyesuaikan diri dalam konteks belajar mengajar di Pesantren(akademik) didasarkan oleh dua pertimbangan yaitu, *pertama* pertimbangan normatif, shalat dapat membawa ketenangan sebagaimana dinyatakan oleh Allah SWT dalam Firman Nya bahwa:



Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, Hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram (QS; Ar-Ra'd: 28)

Dalam tafsir Ibnu Katsir Allah menunjukkan orang yang kembali, pula meminta tolong, dan berendah diri kepada-Nya. Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Hatinya menjadi tentram dan cenderung kepada sisi Allah, reda ketika mengingat-Nya, kepada Allah sebagai pelindung dan penolong.¹⁹

¹⁸ M. Khalilurrahman Al-Mahfani, hlm. 88

¹⁹ M.Nasib Ar-Rifai, *Tafsir Ibnu Katsir*, hlm.921

Shalat Dhuha mampu meningkatkan kecerdasan intelektual: *Pertama*, hakikat ilmu adalah cahaya Allah SWT Cahaya Allah SWT tidak diberikan kepada para pelaku kejahatan dan pengabdian kemaksiatan. Cahaya Allah SWT diberikan kepada orang yang senantiasa ingat kepada Allah SWT, baik pada waktu pagi maupun petang. *Kedua*, shalat dhuha menjadikan jiwa tenang. Agar proses belajar mengajar berjalan dengan baik diperlukan ketenangan jiwa agar ilmu yang diajarkan dapat masuk ke dalam hati anak didik. *Ketiga*, shalat dhuha menjadikan pikiran lebih konsentrasi. Ketika sedang belajar, seringkali para pelajar merasa mengantuk karena banyaknya materi pelajaran dan lamanya waktu belajar. Mengantuk merupakan bukti bahwa otak mengalami keletihan karena berkurangnya asupan oksigen ke otak. Shalat Dhuha yang dilakukan pada waktu istirahat akan mengisi kembali asupan oksigen yang ada di dalam otak. Bahwa salah satu gerakan shalat, yakni sujud membantu mengalirkan darah secara maksimal ke otak. Itu artinya, otak mendapatkan asupan darah dan oksigen yang berguna untuk memacu kerja sel-selnya.²³

Pondok Pesantren Tahaffudzul Qur'an Ngaliyan Semarang memiliki 62 santri dan sebagian besar adalah mahasiswa IAIN Walisongo Semarang. Dalam hal ini Shalat Dhuha merupakan ibadah yang diwajibkan dalam Pondok tersebut. Shalat Dhuha dilaksanakan secara rutin oleh para santri (pelajar), keuntungan yang di dapat adalah mudahnya meraih prestasi akademik dan kesuksesan dalam hidup.

Berangkat dari latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dalam rangka menyusun skripsi dengan judul: **"PENGARUH INTENSITAS PELAKSANAAN SHALAT DHUHA TERHADAP KETENANGAN JIWA SANTRI DI PONDOK PESANTREN TAHAFFUDZUL QUR'AN NGALIYAN SEMARANG"** Dengan demikian peneliti dapat meneliti apakah ada pengaruh shalat dhuha siswa terhadap ketenangan jiwa siswa.

²³M. Khalilurrahman Al-Mahfani, hlm. 163-164

B. Rumusan Masalah

Pada rumusan masalah ini akan dikemukakan dalam bentuk pertanyaan mendasar yang akan dicari jawabannya dalam penelitian nanti. Adapun rumusan masalah tersebut adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana intensitas pelaksanaan shalat dhuha santri di Pondok Pesantren Tahaffudzul Qur'an Ngaliyan Semarang?
2. Bagaimana ketenangan jiwa santri di Pondok Pesantren Tahaffudzul Qur'an Ngaliyan Semarang?
3. Apakah ada pengaruh shalat dhuha terhadap ketenangan jiwa santri di Pondok Pesantren Tahaffudzul Qur'an Ngaliyan Semarang?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana intensitas pelaksanaan Shalat Dhuha Santri di Pondok Pesantren Tahaffudzul Qur'an Ngaliyan Semarang.
2. Untuk mengetahui bagaimana ketenangan jiwa santri di Pondok Pesantren Tahaffudzul Qur'an Ngaliyan Semarang.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh Shalat Dhuha terhadap ketenangan jiwa santri di Pondok Pesantren Tahaffudzul Qur'an Ngaliyan Semarang.

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Pesantren

Dengan penelitian ini memberikan sumbangan yang baik pada pesantren dalam rangka memperbaiki sistem pembelajaran serta meningkatkan mutu pendidikan sehingga dapat mengantarkan para santri ke arah yang diharapkan.

2. Bagi Ustadzah

Memberi pengetahuan dan masukan bagi Ustadzah untuk meningkatkan pembelajaran dan kedisiplinan santri dalam melaksanakan shalat dhuha.

3. Bagi Santri

Agar santri lebih rutin dalam melaksanakan shalat dhuha karena dengan shalat dapat mendekatkan diri kepada Allah. Shalat dhuha juga mempunyai keutamaan tersendiri. Maka dengan melaksanakan shalat dhuha dengan rutin akan memperoleh keutamaan tersebut.