BAB II

SHALAT TAHAJUD DAN KEDISIPLINAN

A. Shalat Tahajud

1. Pengertian Shalat Tahajud

Tahajud berasal dari kata tahajjada yang sama artinya seperti istaiqazha, yang berarti terjaga, sengaja bangun, atau sengaja tidak tidur. Hal itu tentu saja dilakukan pada waktu malam, sehingga dinamakan "Shalatullail atau qiyamullail" yang diterjemahkan dengan shalat malam. 1 Sedang menurut Moh. Sholeh, shalat tahajud artinya bangun dari tidur. Shalat tahajud artinya shalat sunnah yang dikerjakan pada waktu malam hari dan dilaksanak<mark>an</mark> setel<mark>ah tidur</mark> terl<mark>ebi</mark>h dahulu walaupun tidurnya hanya sebentar.²

Sementara shalat tahajud adalah shalat sunnah yang dikerjakan di sepertiga malam yang terakhir, dimana orang yang terbiasa dengannya mendapatkan predikat sebagai orang yang shalih, sedangkan tujuan dari shalat tahajjud adalah untuk melengkapi ibadah, berdoa, dan bermunajat kepada Allah SWT terhadap berbagai kebutuhan dan keperluan seseorang sebagai manusia.

menjelaskan Abdullah bin Umar bahwa shalat tahajud dilaksanakan setelah bangun tidur. Menurut Imam Syafi'i, shalat tahajud bisa dilaksanakan sebelum atau sesudah tidur. Meskipun shalat ini

Sudirman Abbas, The Power Of Tahajud (Jakarta: Qultum Media, 2007), hal. 1.
 Moh. Sholeh, Terapi Shalat Tahajjud; Menyembuhkan Berbagai Penyakit (Jakarta: Hikmah, 2006), hal. 130.

hukumnnya sunnah, namun Nabi SAW menjelaskan shalat ini mempunyai keutamaan setelah shalat lima waktu. Sebuah hadis menyebutkan: dari Abu Hurairah-semoga rida Allah tercurah padanya-dari Rasulullah bahwasanya beliau pernah ditanya, "Apakah shalat yang lebih utama sesudah shalat lima waktu?" Beliau menjawab, "Shalat malam." (H.R. Muslim)

Nabi SAW bersabda, "Hai sekalian manusia! Sebarkan ucapan salam, berilah makanan dan lakukan shalat malam dikala orang sedang terlelap tidur, niscaya kalian akan masuk surga Tuhanmu dengan damai dan tenang." (H.R. Tirmidzi)³

Para pelaku shalat malam adalah mereka yang mencapai pertolongan dalam pengucilan, karena shalat tahajud merupakan shalat paling utama setelah shalat wajib. Begitu banyak keutamaan sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an dan Al-Hadist.

2. Dasar Hukum Shalat Tahajud

Shalat tahajud merupakan shalat sunnah yang sangat dianjurkan oleh Rasulullah SAW. Adapun yang menjadi perintah dalam melaksanakan shalat tahajud tercantum dalam Al-Qur'an surat Al-isra'/17 ayat 79 yang berbunyi:

وَمِنَ ٱلَّيْلِ فَتَهَجَّدُ بِهِ - نَافِلَةً لَّكَ عَسَى أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا تَحْمُودًا

-

³ Sulaiman Al-Kumayi, *Shalat Penyembahan & Penyembuhan* (Semarang: Erlangga, 2007), hal.147-148.

Artinya: "Dan pada sebagian malam, lakukanlah shalat tahajud (sebagai suatu ibadah) tambahan bagimu: mudah-mudahan Tuhanmu mengangkatmu ke tempat yang terpuji". (Q.S. al-Isra/17: 79).⁴

Dari ayat di atas dapat dijelaskan bahwa sebagian malam bangun dan bertahajudlah denganya, yakni dengan bacaan Al-qur'an itu, dengan kata lain lakukanlah shalat tahajud sebagai suatu ibadah tambahan kewajiban. Atau sebagai tambahan ketinggian derajat bagimu, mudahmudahan dengan ibadah-ibadah ini tuhan pemelihara dan pembimbingmu mengangkatmu di hari kiamat nanti ke tempat yang terpuji.⁵

Menurut M. Quraish shihab dalam bukunya yang berjudul Tafsir Al-Misbah, kata (عسى) 'asa berarti harapan, tetapi tentu saja harapan tidak menyentuh Allah SWT. Karena harapan mengandung makna ketidakpastian, sedang tidak ada sesuatu yang tidak pasti bagi-Nya. Atas dasar itu harapan bagi mitra bicara. Dalam ayat ini Rasulullah diperintahkan untuk melaksanakan tuntunan diatas disertai dengan harapan kiranya Allah menganugerahkan beliau magaman mahmuda.

Sedangkan kata (مقاماعمودا) "maqoman mahmudan" dapat berarti kebangkitan yang terpuji, bisa juga ditempat yang terpuji bertemu. Ayat ini menjelaskan apa sebab pujian dan siapa yang memuji. Ini berarti yang memujinya semua pihak, termasuk semua mahluk. Mahluk memuji karena mereka merasakan keindahan dan manfaat yang mereka peroleh bagi diri mereka. Dari sekian banyak riwayat dan dari berbagai sumber yang

⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, Jilid. 7 (Jakarta: Lentera Hati, 2006), hlm. 164.

⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya: Al-Hikmah* (Bandung: CV Diponegoro, 2014), hal. 290.

menyatakan bahwa *maqam* terpuji itu adalah syafaat terbesar Nabi Muhammad SAW pada hari kebangkitan.

Ayat di atas menegaskan bahwa yang dinamakan shalat tahajjud adalah shalat yang dikerjakan pada malam hari. Maka shalat sunnah yang dikerjakan di siang hari tidak disebut dengan shalat tahajud. Ayat tersebut juga menegaskan bahwa salah satu fungsi dari shalat tahajjud, yakni sebagai ibadah tambahan bagi manusia.

3. Keutamaan Shalat Tahajud

Keutamaan shalat tahajud dapat dilihat dari ayat-ayat Al-Qur'an dan beberapa hadist yang menjelaskan bahwa shalat sunah yang paling utama adalah shalat tahajud.

a. Keutamaan Shalat malam menurut Al-Qur'an

Dalam Al-Qur'an banyak ayat yang menjelaskan tentang keutamaan shalat malam. Dalam ayat-ayat Al-Qur'an, ada beberapa ayat yang menganjurkan kepada orang-orang shalat agar mengisi waktu malam dengan beribadah kepada Allah SWT.

artinya: sesunguhnya orang-orang yang bertaqwa itu berada dalam taman-taman (surga) dan mata air mata air, sambil menerima segala pemberian Rabb mereka. sesungguhnya mereka sebelum itu ada di dunia adalah orang-orang yang berbuat kebaikan. di dunia mereka

sedikit sekali tidur di waktu malam dan selalu memohon ampunan di waktu pagi sebelum fajar. (QS. Adz-Dzariyat [51]:15-18).⁶

Dan ayat Al-Qur'an yang lain adalah:

Sesungguhnya Kami telah menurunkan Al Quran kepadamu (hai Muhammad) dengan berangsur-angsur. Maka bersabarlah kamu untuk (melaksanakan) ketetapan Tuhanmu, dan janganlah kamu ikuti orang yang berdosa dan orang yang kafir di antar mereka. Dan sebutlah nama Tuhanmu pada (waktu) pagi dan petang. Dan pada sebagian dari malam, maka sujudlah kepada-Nya dan bertasbihlah kepada-Nya pada bagian yang panjang dimalam hari. (QS. al-Insan 23-26).

Habib Idrus menjelaskan makna ayat 'Bersabarlah kamu untuk melaksanakan ketetapan Tuhanmu' dengan cara menjalankan perintah dan anjuran Allah swt. dengan ikhlas dan senang hati. Amalan yang dilakukan dengan ikhlas tidak memberatkan bagi pelakunya. Jika seseorang merasa nyaman dan nikmat dalam beribadah kepada Tuhan, maka tidak akan ada rasa malas untuk bangkit, rukuk dan sujud kepada-Nya.

Dikatakan pula hendaknya orang-orang menyebut nama Tuhan di pagi dan petang. Bahkan di malam hari dianjurkan untuk bersujud maupun bertasbih. Sesungguhnya Allah tahu betul kesibukan hamba-

.

Diponegoro, 2014), hal. 580.

⁶ Asy-Syifa, Al-qur'an dan Terjemahannya, hal. 1104.

⁷ Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemahnya: Al-Hikmah (Bandung: CV

Nya dalam menjalani kehidupan di siang hari. Maka dia menyediakan waktu di malam hari untuk istirahat dan selebihnya untuk menghadap kepadaNya dengan penuh konsentrasi. Bangun di tengah malam yang sunyi terlepas dari gangguan-gangguan dari luar sehingga bisa memusatkan pikiran dan perhatian hanya kepada Allah.⁸

b. Keutamaan shalat malam menurut As-Sunnah

حدثني قتيبة بن سعيد :حدثنا ابوعوانة, عن ابي بشر, عن ابي حميد بن عبد الرحمن الحميري, عن ابي هريرة رضي الله عنه قال :قال رسول الله صلى الله عليه وسلم" :افضل الصيام, بعد رمضان, شهرالله محرم, وافضل الصلاة, بعد الفريضة, صلاة الليل)." رواه مسلم

Artinya: telah bercerita kepadaku Qutaibah bin Said: telah bercerita kepada kita Abu awanah, dari Abi Bisrin, dari Humaidi bin abdirrahman himyari, dari Abu Hurairah RA. Berkata: Nabi Muhammad SAW bersaba "sebaik-baik puasa setelah (puasa)Ramadhan adalah puasa di bulan Allah, Muharram, dan sebaik-baik shalat setelah shalat Fardhu adalah shalat malam." HR. Muslim).

Rasulullah SAW bersabda,

ينزل ربّنا تبارك وتعالى كلّ ليلة الى السّماء الدّنيا, حين يبقى ثلث اللّيل الأحر فيقول: من يدعوني فأستحيب له, من يسألني فأعطيه, من يستغربي فأغفرله. '

"Tuhan kita yang maha mulia dan maha tinggi pada setiap malam turun turun kelangit dunia ketika sepertiga malam terakhir. Dia berfirman, 'Orang yang berdo'a kepad-Ku akan aku kabulkan. Orang yang meminta sesuatu kepada-Ku akan aku beri. Orang yang memohon ampun-Ku akan aku ampuni.

Rasulullah SAW bersabda: "Dua rakaat shalat yang dilakukan hanba pada tengah malam adalah lebih baik dari pada dunia dan seisinya.

⁸ Habib Idrus Al-Hamid, *Keajaiban Shalat Tahajud* (Surabaya: Pustaka Media, 2009), hal 42-43

 $^{^9}$ Al- Imam Muslim Ben Al-Hajjaj, $Sahih\ Muslim\$ (Lebanon: Dar Al- Kutub Al- Ilmiyah, 2008), hal. 484.

 $^{^{10}}$ Adnan Tharsyah, $Rahasia\ \&\ Keutamaan\ Shalat\ Subuh\ (Jakarta: Pustaka Azzam, 2006), 71.$

(Surabaya:

Kalau saja tidak akan memberatkan umatku, niscaya aku wajibkan kepada mereka." ¹¹

"Hendaklah kalian melaksanakan shalat malam, karena ia merupakan tradisi orang-orang saleh sebelum kalian. Shalat malam itu adalah kedekatan kepada Allah Azza wa Jalla, penebusan dosa, pengusir pennyakit dari tubuh, dan pencegah perbuatan dosa. 12

Semasa hidupnya Rasulullah SAW, beliau tidak pernah meninggalkan ibadah malam. Sebagian waktu malam beliau gunakan untuk menegakkan shalat malam. Shalat tahajud merupakan shalat yang diwajibkan kepada Nabi Muhammad SAW sebelum turun perintah shalat wajib lima waktu dan sekarang shalat tahajud merupakan shalat yang sangat dianjurkan kepada manusia untuk dilaksanakan. 13

وعن عائشة رضي الله عنها قالت: كان رسو لله صلّى الله وسلّم يقوم من اللّيل حتّى تتفطّر قدماه, فقلت له: لم تصنع هَذا يا رسول الله وقدغفر لك من ذنبك وما تأخّر ؟ قال: ((أفلا أكون عبدًا شكورًا)) متّفق عليه. * \

dari Aisyah, Nabi Muhammad SAW tegak shalat malam hingga kedua kakinya merekah, lalu aku tanyakan kepadanya: "kenapa engkau beribadah sedemikan rupa, bukankan Allah telah mengampuni dosa=dosamu yang terdahulu dan yang akan datang? jawabnya: "tiada patutkah aku berbuat sebagai hanba yang pandai bersyukur?. (demikian perbuatan seorang hamba yang pandai bersyukur kepada tuhannya). "HR. Bukhari Muslim). ¹⁵

Mahkota,1986), hal. 608.

¹² Imam al-Ghazali, *Keagungan Shalat* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hal.
111.

¹³ Abu Sattar, *Kekuatan Maha Dahsyat Ibadah-Ibadah Malam* (Yokyakarta: Araska, 2011), hal. 16-17.

Syaih Imam Yahya, Riyadus-Sholihin (Surabaya: Darul Abidin,), hal.353.
 Al-Hafidz dan Masrap Suhaemi, Terjemah Riyadlus Shalihin

Di ceritakan dari Abdullah bin Salam r.a bahwasanya Nabi Muhammad SAW bersabda:

"Wahai sekalian manusia, sebarluaskanlah ucapaan salam, berikanlah makanan dan shalatlah kamu pada malam sewaktu manusia sedang tidu:niscaya kamu sekalian akan masuk surga dengan selamat". (HR Tirmidzi).¹⁷

Menurut hadist Rasulullah SAW yang lain adalah.

"Siapa shalat malam dengan sebagus-bagusnya, maka Allah SWT, memulyakan Sembilan perkara. Lima macam didunia dan empat macam diakhirat. Radlatul 'Ulama).¹⁸

Adapun lima keutamaan di dunia adalah:

- 1) akan dipeliha<mark>ra oleh Allah SWT dari s</mark>egala macam bencana
- 2) tanda ketaatannya akan kelihatan di mukanya
- akan dicintai para hamba Allah yang shalih dan dicintai oleh semua manusia
- akan dijadikan orang yang bijaksana, yakni diberi pemahaman dalam agama.
- Allah menjadikannya sebagai orang yang bijak. Yakni dia dianugerahi oleh Allah sebagai orang yang alim.

Sedangkan empat keutamaan di akhirat adalah:

156.

¹⁶ Syaih Imam Yahya, *Riyadus-Sholihin* (Surabaya: Darul Abidin,), hal. 354.

¹⁷ Muslich Shabir, *Terjemah Riyadlus Shalihin* (Semarang: PT Karya Thoha, 1981), hal.

¹⁸ Moh Syamsi Hasan, *Terjemah Durotun Nasihin* (Surabaya: Amelia, 2008), hal. 399.

- 1) wajahnya berseri ketika bangkit dari kubur dihari pembalasan .
- 2) akan mendapatkan keringanan ketika dihisab.
- ketika menyeberangi jembatan Shiratal Mustaqim. bisa melakukannya dengan sangat cepat, seperti halilintar yang menyambar.
- 4) catatan amalnya akan diberikan ditangan kanan.¹⁹ secara umum keutamaan shalat tahajud dapat disebutkan, diantaranya:
- orang yang selalu melaksanakan shalat tahajud, ia akan mendapat pahala shalat yang paling utama setelah shalat fardhu
- orang yang selalu melaksanakan shalat tahajud akan menjadi orang yang paling dekat dengan Allah SWT.
- orang yang selalu melaksanakan shalat tahajud akan menjadi orang yang senantiasa selalu dicintai Allah SWT.

4. Adab Bangun Malam

Adab-adab bangun malam yakni yang pertama:

a. Berwudhu' sebelum tidur dan berniat hendak bangun malam

Berkaitan dengan ini Al-Barra' bin 'Azib r.a.meriwayatkan bahwa Nabi Saw. Bersabda,

حدّثني البرّاء بن عازب انّ رسول الله صلّى الله عليه وسلّم قال اذا اخذت مضجعك فتوضّاء وضوء ك للصّلاة ثمّ اطّجع على شقّك الأيمن ثمّ قل, اللهمّ انّى اسلمت وجهي اليك وفوضت امري اليك والجات ظهري اليك رغبة ورهبة اليك لاملحاً ولا منجا منك الاّ اليك امنت

¹⁹ Abdul Manan bin Muhammad Sobari, *Rahasia Shalat Sunnah* (Bandung: Pustaka Hidayah, 2006), hal. 41.

بكتابك الّذي انزلت وبنبيّك الّذي ارسلت واجعلهنّ من اخر كلا مك فان متّ من ليلتك متّ وانت على الفطرة.

Artinya: "Diceritakan oleh Al-Barra' bin 'Azib, Seseungguhnya Nabi Muhammad bersabda, "Jika kamu hendak tidur, berwudhulah terlebih dahulu seperti ketika hendak shalat. Berbaringlah paada sisi badan sebelah kanan, lalu berdoalah, 'Ya Allah, kupasrahkan diriku kepada-Mu, kuhadapkan wajahku kepada-Mu, kuserahkan urusanku kepada-Mu karena harap dan takut kepada-Mu. Tiada tempat bernaung dan tiada tempat berlindung dari-Mu kecuali kepada-Mu. Aku beriman pada Kitab-Mu yang engkau turunkan kepada Nabi-Mu yang engkau utus.' Jika kamu meninggal pada malam itu ditetapkan bagimu kematian diatas fitrah(kesucian) dan doa itu menjadi kata-kata terakhir yang kamu ucapkan." ²⁰

Tidur dalam keadaan berwudhu adalah sesuatu yang istimewa dalam kehidupan muslim. Dengan berwudhu dan berdo'a sebelum tidur, dia memaknai hidupnya untuk beribadah kepada Allah. Inilah tujuan penciptaan seluruh mahluk. Sungguh tidurnya dalam keadaan berdzikir kepada Allah dan bangunnya pun dalam keadaan berdzikir kepada-Nya. Dengan demikian, dzikir menjadi ruh kehidupannya dan kehidupan ruhnya.²¹

b. Berzikir kepada Allah ketika Bangun Malam

'Ubadah bin Al-Shamit r.a. meriwayatkan bahwa Nabi Saw. Bersabda, "barang siapa bangun pada malam hari, lalu membaca: la ilaha illahu wahdah, la syarika lah, lahul-mulku wa lahul-hamdu wa huwa 'ala kulli syai'in qadir. Alhamdu lillah, subhanallah, wa la ilaha illallah, wallahu akbar, wala hawla wa la quwwata illa billahil- 'aliyil-

Muhammad Shaleh Ali Abdillah Ishaq, Bersujud di Keheningan Malam (Yogyakarta: Mitrapusaka, 2007), hal. 177.

²¹ Sallamah Muhammad Abul Kamal, *Mukjizat Shalat Malam* (Bandung: Mizania, 2008), hal. 135-136.

'azhim. Lalu membaca : Allahummaghfir li (ya Allah, ampunilah aku) atau berdoa apa saja, niscaya dikabulkan. Jika dia berwudhu dan shalat, niscaya shalatnya diterima " (HR Al-Bukhari:[2/68], Al-Tirmidzi [3414], Ibn Majah [3878], Al-Darimi [2/291], Ahmad [5/313]).²²

c. Menyikat Gigi Setelah Bangun Tidur

Menyikat gigi setelah bangun tidur ditegaskan oleh Nabi Saw. Jabir r.a. meriwayatkan bahwa Rasulullah Saw. Bersabda, "Jika seseorang bangun tidur untuk shalat malam, hendaklah dia menyikat gigi. Sebab, jika seseorang membaca Al-Qur'an dalam shalatnya, malaikat menempelkan mulut<mark>ny</mark>a <mark>ke</mark>mulut o<mark>rang</mark> ini dan apapun yang keluar dari mulut malikat itu masuk kedalam mulutnya" (Al-Albani, Shahih Al-Jami' no. 733).

Menurut Abdul Aziz bin Abi Rahimahullah, ada dua akhlak mulia yang merupakan akhlak seorang muslim, yaitu tahajud pada malam hari dan rajin menykat gigi.²³

d. Membaca Al-Qur'an dengan suara sedang

Tentang adab ini, Allah Swt. Berfirman, dan janganlah kamu mengeraskkan suaramu dalam shalatmu dan jannganlah pula merendahkannya dan carilah jalan tengah diantara kedua itu (QS. Al-Isra' [17]: 110).

e. Memulai Shalat Malam dengan shalat Dua Rakaat yang pendek

²² Sallamah Muhammad Abul Kamal, *Mukjizat Shalat Malam* (Bandung: Mizania, 2008),

hal. 137. Muhammad Shaleh Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam* (Yokyakarta:

Rasulullah Saw. Bersabda, "Jika seseorang bangun malam, hendaklah dia memulai shalat tahajudnya dengan mengerjakan shalat dua rakaat dengan bacaan yang pendek" (HR Muslim [198] dan Ibn Khuzaimah [1150]).

f. Merenungkan dan menghayati bacaan Al-Qur'an

Menurut beberapah hadist shahih, seseorang hanya memperoleh pahala dari shalatnya jika menyadari apa yang dilakukannya dengan sepenuh hati. Karena itu, menghayati makna Al-Qur'an yang dibaca pada shalat malam adalah sesuatu yang penting.²⁴

g. Membayangkan kehadiran Allah

Ketika anda melaksanakan shalat malam, bayangkanlah bahwa anda akan menjemput kehadiran Allah. Sebagaimana disebutkan dalam sebuah hadis, pada sepertiga malam terakhir, Allah turun kelangit dunia dalam keadaan yang pantas bagi keagungan dan kemuliaanNya dan berfirman, "Adakah orang yang memohon ampunan sehingga aku mengampuninya? Adakah orang yang bertobat sehingga aku menerima taubatnya? Adakah orang yang berdoa sehingga aku mengabulkannya? Adakah orang yang melakukan ini dan itu...?" (HR Al-Bukhari 2/66, dan Muslim [168-172]).

h. Mandi, Memakai parfum, dan mengenakan baju yang Bagus

Rasulullah Saw, memakai parfum dengan kesturi dan ambar. Ibn Mas'ud r.a. seneng memakai baju bagus dan bersih serta memakai

 $^{^{24}}$ Sallamah Muhammad Abul Kamal, $Mukjizat\ Shalat\ Malam$ (Bandung: Mizania, 2008), hal.138-139.

parfum jika hendak shalat. Al-Mughirah bin Hakim Al-Shan'ani memakai baju yang palin bagus dan menggunakan parfum ketika hendak shalat tahajud. 'Abdullah bin Zakariyya dan sahabat-sahabatnya bahkan mandi setiap malam untuk beribadah.

i. Ikhlas dan Menghindari Rasa Bangga Diri

Jika engkau senang bangun malam, hal itu merupakan tanda bahwa Allah mencintaimu. Karena itu raihlah mahkota cinta-Nya dengan keikhlasan. Padahal mereka tidak disuruh kecuali supaya menyembah Allah dengan memurnikan (menuluskan) ketaatan kepada-Nya dalam (menjalankan) agama dengan lurus, dan supaya mereka mendirikan shalat dan menun<mark>aikan zakat, dan yang demikian itulah agama yang</mark> lurus (QS Al-Bayyinah [98]:5). Terhindar dari riya dan kemunafikan dikalangan para ulama dan para pembaca Al-Qur'an lebih mulia dari pada al-kibrit al-ahmar (kesadaran spiritual yang sangat tinggi).²⁵ Al-Fudhail bin 'Iyadh berkata, "betapa indah ucapan Muthrif bin 'Abdullah, "tidur pada malam hari lalu menyesal pada pagi hari lebih aku sukai dari pada bangun malam dan membanggakan diri pada pagi hari, bahwa aku bangun sementara orang-orang tertidur" (Hilyah Al-Auliya', jil.2,h.300).

Rasulullah saw. Memberitahukan kepada kita bahwa orang yang melakukan ketaatannya hanya untuk mendaptkan dunia materi, atau

²⁵ Sallamah Muhammad Abul Kamal, *Mukjizat Shalat Malam* (Bandung: Mizania, 2008), hal. 140.

untuk riya' dan agar didengar orang, ia akan mendapat hukuman yang keji dan hukuman itu selalu menantinya.²⁶

j. Berdoa dengan doa Rasulullah kala bangun tidur

Diriwayatkan dari Abu Hurairah ra. Ia mengatakan: Rasulullah saw. Bersabda:

"Jika diantara kalian bangun dari tidur hendaknya mengucaapkan: "Segala puji bagi Allah, yang telah mengembalikan nyawaku kepadaku, memberi kesejahteraan pada jasadku, dan memberi izin kepadaku untuk mengingat-Nya." ²⁷

5. Tatacara Shalat Tahajud

a. Waktu Shalat Tahajud

Para ulama' menjelaskan bahwa shalat tahajud bisa dikerjakan dipermulaan, dipertengahan, dan penghabisan malam. Keterangan ini didasarkan atas riwayat sahabat sebagai berikut :

"Kapan saja kita ingin melihat Nabi SAW shalat malam, ketika itu pula kita pasti dapat melihatnya; dan kapan saja kita ingin melihat tidurnya Nabi SAW, disaat itu pula kita dapat melihatnya; bila beliau berpuasa, terus dilakukannya sampai-sampai kita akan mengira bahwa beliau tidak pernah pernah buka. Namun, kalau sudah berbuka, sampai-

²⁷ Muhammad Shaleh Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam* (Yokyakarta: Mitrapusaka, 2007), hal. 328.

²⁶ Muhammad Shaleh Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam* (Yokyakarta: Mitrapusaka, 2007), hal. 20.

sampai kita akan berkata bahwa beliau tidak pernah berpuasa." (H.R. Ahmad, Bukhari, dan Nasa'i).²⁸

Dalam Al-Qur'an dijelaskan juga tentang waktu shalat tahajud:

"Hai orang yang berselimut (muhammad), bangunlah (untuk shalat) dimalam hari, kecuali sedikit(dari padanya), (yaitu) seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit atau lebih dari seperdua itu. Daan bacalah al-Qur'an dengan perlahan-lahan. (QS. Al-Muzzammil, [574]: 1-4)

Firman Allah ini menegaskan kepada Nabi SAW dan tentu saja kepada umat beliau untuk memilih waktu shalat tahajud yang tepat dan sesuai dengan kelonggaran yang pada beliau dan umatnya.

Keterangan Al-Qur'an dan Hadis Nabi SAW apabila diinterpretasikan menurut waktu indonesia, ssepertiga malam itu kirakira pukul 22.00 WIB sampai pukul 23 WIB, seperdua malam diperkirakan kira-kira pukul 00. WIB sampai 01.00 WIB, dan dua pertiga malam sekitar pukul 02.00 WIB atau pukul 03.00 WIB sampai sebelum fajar atau masuk shalat subuh.

Namun, menurut hadis yang shahih, sebaik-baik waktu untuk menjalankan shalat tahajud adalah pada sepertiga malam yang terakhir, yaitu pukul 02.00 WIB atau pukul 03.00 WIB sampaai sebelum fajar atau masuk shalat subuh.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

²⁸ Sulaiman Al-Kumayi, *Shalat Penyembahan & Penyembuhan* (Semarang: Erlangga, 2007), hal.171.

- (1) "Tuhan kita, Azza wa Jalla, tiap malam turun kelangit dunia pada sepertiga malam yang terakhir. Pada saat itulah Allah SWT berfirman: 'Barang siapa yang berdoa kepada-Ku, pasti Kukabulkan, barang siapa yang meminta ampun kepada-Ku, paasti Kuampuni."(H.R. Jamaah)
- (2)"Pada saat manakah shalat malam yang lebih utama? " Abu Dzar menjawab, "Saya pernah menanyakan demikian kepada Rasulullah SAW, maka beliau bersabda: 'Pada tengah malam yang terakhir, tapi sedikit sekali yang suka mengerjakannya."(H.R. Ahmad)
- (3)Nabi SAW bersabda, "Sedekat-dekatnya hamba kepada Allah SWT ialah ditengah malam yang terakhir, maka jika engkau termasuk golongan orang yang berdzikir kepada Allah SWT pada waktu itu usahakanlah." (H.R. Al-Hakim).²⁹

b. Cara Shalat Tahajud

Berniat untuk melakukan Shalat Tahajud, adapun bunyi niatnya adalah:

Artinya : "Aku niat shalat tahajud dua roka'at karena Allah Ta'ala. Allahu akbar."

Rokaat pertama setelah membaca Al-Fatihah membaca surat Al-Kafirun, adapun rokaat kedua setelah membaca Al-Fatihah, membaca surah Al-Ikhlas. Kemudian dilanjutkan dengan salam.

²⁹ Sulaiman Al-Kumayi, *Shalat Penyembahan & Penyembuhan* (Semarang: Erlangga, 2007), hal.172-173.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun jumlah rokaat pada shalat tahajud tidak terbatas, mulai dari dua rokaat, empat rokaat dan lain sebagainya.

c. Bacaan Shalat Tahajud

Sebenarnya tidak ada bacaan doa tertentu yang dikerjakan setelah shalat tahajud, bisa berdoa sesuai dengan keinginan. Namun bila melihat dengan kebiasaan Rasulullah SAW, baginda Rasul membaca do'a sebagai berikut:

اللهم لك الحمد انت قيوم السموات ولأرض ومن فيهنّ, ولك الحمد انت ملك السموات ولأرض ومن فيهنّ, ولك الحمد انت الحقّ ولقاءك حقّ وقولك حقّ والجنّة حقّ, والنّار حقّ, والنّبيّون حقّ, ومحمّد صلّى الله عليه وسلّم حقّ, والسّاعة حقّ, اللّهمّ لك اسلمت, وبك امنت, وعليك توكّلت واليك انبت وبك خاصمت, واليك حاكمت, فاغفرلي ما قدّمت ,وما اخرت وما اسررت, وما اعلنت انت المقدّم وانت المؤخّر لااله الا انت ولا اله غيرك ولاحول ولا قوّة الا بالله.

Artinya: "Ya Allah bagiMu segala puji. Engkaulah penegak langit dan bumi, dan alam semesta segala isinya. Bagi-Mulah segala puji. Engkau raja penguasa langit dan bumi. Bagi-Mulah segala puji. pemancar cahaya langut dan bumi. Bagi-Mulah segala puji, Engkaulah yang hak, dan janji-Mu adalah benar, dan perjumpaan-Mu itu adalah hak, dan firman-Mu adalah benar, dan syurga adalah hak, dan neraga adalah hak, dan nabi-nabi itu adalah hak, dan Nabi Muhammad SAW. Adalah benar, dan saat hari kiamat itu benar. Ya allah kepa-daMulah kami berserah diri (Bertawakkal), pada Engkau jualah kami kembali, dan kepada-Mulah kami rindu, dan kepada Engkaulah kami berhukum.

Ampunilah kami atas kesalahn yang sudah kami lakukan dan yang kemudian, baik yang kami sembunyikan maupun yang kami nyatakan. Engkaulah tuhan yang terdahulu dan Tuhan yang terakhir. Tidak ada tuhan melainkan engkau atau tidak ada tuhan selain Engkau. Tiada daya dan kekuatan melainkan dengan Allah."³⁰

6. Faktor-faktor yang memudahkan mengerjakan shalat Tahajud

a. Faktor Lahir:

_

³⁰ Sulaiman Al-Kumayi, *Shalat Penyembahan & Penyembuhan* (Semarang: Erlangga, 2007), 168-169.

1) Menjauhi perbuatan Dosa dan Maksiat

Dosa dan kemaksiatan adalah racun dan penyakit yang membunuh, masuk dalam hati kemudian merusak dan melemahkannya, juga dapat memutus perjalanan dengan Tuhannya. Dosa dan kemaksiatan membuat hati menjadi condong untuk selalu berbuat kemungkaran dan dosa, atau dalam keadaan yang baik ia cenderung untuk melakukan hal-hal yang dimubahkan dan merasa berat dan untuk berbuat ketaatan dan amal-amal shaleh lainnya. Jika anda ingin menjadi orang yang mendapatkan kemuliaan kareana bermunajat kepada Allah di kegelapan malam, maka jauhilah perbuatan dosa dan tinggalkanlah kemaksiatan kepada Allah. Seseorang bertanya kepada Hasan al-Bashry: "Aku lemah sekali dalam mengerjakan shalat malam. Kenapa bisa demikian?" Hasan menjawab: "Perbuatan dosamu telah menguasaimu.³¹

2) Membiasakan Tidur Siang Sebentar

Membiasakan tidur siang sebentar (qailulah) dapat mempermudah anda untuk bangun malam. Nabi bersabda, "Tidurlah sebentar pada siang hari karena setan tidak melakukannya" (HR. Abu Na'im dalam Tarikh Ashbahan 1/195, 352).

3) Tidak Memperbanyak Makan

_

³¹ Muhammad Shaleh Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam* (Yokyakarta: Mitrapusaka, 2007), hal. 167-169.

Al-Syafi'I berkata: "Kenyang menyebabkan tubuh lemas, menghilangkan kecerdasan, mendatangkan kantuk, dan melemahkan ibadah seseorang". 32

Hendaklah kita mengurangi makan dan berhenti sebelum kenyang, maka insyaAllah kita akan lebih bersemangat dalam menjalankan sholat malam.

4) Tidak membebankan Fisik Di Siang Hari

Pekerjaan yang berat pada siang hari dapat menyebabkan tubuh kelelahan sehingga otot-ototnya melemah dan mendatangkan kantuk, Rosulullah bersabda "Sesungguhnya Allah sangat membenci orang yang bekerja terlalu berat, orang yang banyak makan, orang yanng serinng membuat kegaduhan dipasar, bangkai pada malam hari (orang yang tidur semalam suntuk), keledai pada siang hari, (orang yang bekerja keras tanpa tujuan), dan orang yang menguasai urusan dunia tetapi tidak mengenal urusan akhirat." (HR. Ibn Hibban dan Al-Baihaqi).

5) Mengamalkan Sunnah Saat Tidur

b. Faktor batin

1) Selalu meningkatkan Keimanan

Setiap kali keimanan bertambah kuat dalam hati, pengaruhnya tanpak pada organ-organ tubuh dan bertambah pula kemampuan,

 $^{^{32}}$ Sallamah Muhammad Abul Kamal, $\it Mukjizat$ Shalat Malam (Jakarta: Mizania, 2008), hal. 151.

seseorang untuk mengejakan ibadah-ibadah sunnah, termasuk sholat tahajud.

2) Membersihkan hati dari Dengki

Dengan hati yang bersih, anda akan tulus dalam beramal dan bergerak untuk selalu mengingat Allah. Anda juga akan terhindar dari berbagai fitnah, bid'ah, dan perhatian yang berlebihan terhadap duniawi.

3) Selalu Menanamkan ketakutan Dalam Hati

Jika seseorang selalu mengingat-ingat ketakutan dahsyat di akhirat dan tingkatan-tingkatan neraka jahannam, dia tidak akan bisa tidur nyenyak, selalu waspada, dan semakin takut.

4) Selalu mengingat Keutamaan Shalat Malam

Membaca ayat-ayat Al-Qur'an, hadis-hadis Nabi Saw., dan ujaran-ujaran orang-orang shaleh yang mengingatkan kita untuk meraih keutamaan shalat malam akan menggerakkan seseorang untuk melakukannya. Hal itu juga akan mendorong sesorang untuk beramal dan menganggap mudah setiap kesulitan. Kerinduan pada surga akan mendorong seseorang untuk beramal dan bersungguh dalam meraih apa yang didambakannya dari Allah Swt.³³

5) Mengingat kenikmatan dalam bermunajat di hadapan Allah Shalat malam mendatangkan kenikmatan dalam hati dan ketenangan dalam jiwa. Kenikmatan dan ketenangan ini hanya dapat dirasakan

.

³³ Sallamah Muhammad Abul Kamal, *Mukjizat Shalat Malam* (Jakarta: Mizania, 2008), hal. 158-159.

oleh orang yang memurnikan cintanya kepada Allah dan mengikuti Rasul-nya. Allah SWT berfirman, katakanlah, Jika kamu (benarbenar) mencintai Allah, ikutilah aku niscaya Allah mengasihi dan menhampuni dosa-dosamu".

6) Tidak Sering Berangan-Angan

Bercita-cita untuk bisa melakukan sesuatu dapat mendorong anda untuk mudah melakukannya. Namun waspadalah, jangan banyak berangan-angan. Sebab, hal itu dapat menumbuhkan kemalasan, mendatangkan kebosanan, dan menghalangimu dari memakai pakaian indah dan duduk dalam nanungan-Nya di surga.

7) Membayangkan Tidur di Dalam Kubur

Imam Al-Bukhori r.a berkata : Raihlah keutamaan ruku' dalam kesenggangan mungkin saja ajalmu datang tanpa disangka. banyak orang sehat mati tanpa sakit dahulu napasnya terhenti secara tibatiba.³⁴

8) Mengingat-Ingat Akhirat, Kematian, dan Kehidupan setelah Mati.

Akhirat adalah kehidupan yang hakiki, kebahagiaan yang abadi, dan anugerah dari Tuhan. Ketika hatii telah tergantung pada alam yang kekal tersebut maka ia akan menyibukkan diri untuknya, berbuat sesuatu untuk mendapatkannya, dan mengerahkan segala upaya

-

³⁴ Sallamah Muhammad Abul Kamal, *Mukjizat Shalat Malam* (Jakarta: Mizania, 2008), hal. 160-161

untuknya. Ia akan mengorbankan haarta dan jiwa, merasa senang dan bahagia, dan selalu menjaga untuk mengerjakan shalat malam.³⁵

7. Kisah seputar pengamal shalat Tahajud

Sallamah Muhammad Abu Al-Kamal, menyebutkan beberapa keajaiban shalat malam yang pernah dialami oleh orang-orang yang melazimkannya. Diantaranya adalah kisah Usaid bin Hudhair. Menurut penuturan usaid bin Hudhair, ketika ia membaca Al-Qur'an disuatu malam ditempat pengiringan kurmanya tiba-tiba kudanya meronta-ronta. Setiap kali ia membaca Al-Qur'an, kudanya meronta-ronta. "Aku takut kuda itu menginjak anakku (Yahya) yang sedang tidur ditempat itu. Aku menghampirinya ternyata, ada semacam naungan diatas kepalaku dan ada sejenis lampu-lampu yang terus naik keangkasa hingga menghilang," kemudian ia menemui Rasulullah dan menceritakan pengalamannya tersebut. Rasulullah bersabda, "Teruslah membaca Al-Qur'an, hai Ibnu Hudair. "Ibnu Hudair melaksanakan perintah Rasulullah itu dan ia mengalami hal yang sama seperti malam-malam sebelumnya."

8. Hubungan Shalat Tahajud dengan Pembentukan Karakter

Seperti dijelaskan oleh Allah di dalam surat al- ma'arij ayat 19-23 yang berbunyi:

_

³⁵ Muhammad Shaleh Ali Abdillah Ishaq, *Bersujud di Keheningan Malam* (Yokyakarta: Mitrapusaka, 2007), hal. 493.

³⁶ Sallamah Muhammad Abul Kamal, *Mukjizat Shalat Malam* (Jakarta: Mizania, 2008), hal. 170.

Di dalamnya terkandung makna bahwa manusia dibekali karakter positif dan karakter negative. Bentuk karakter yang dimaksud dalam ayat ini ialah berkeluh kesah saat susah, kikir saat mendapat nikmat. Namun orang yang shalatihim daaimun yaitu orang-orang yang melaksanakan shalat dan terus menerus mengamalkan makna shalat dalam keseharian mereka terhindar dari karakter negative sebagaimana penjelasan dalam ayat 21 dan 22 surat al-ma'arij.

Bila kita pahami dalam proses shalat terdapat dialog antara Allah dan hambaNya. Seperti dalam surat Fatihah terjadi dialog yang sangat dalam antara hamba dan Allah SWT. Di dalam surat ini manusia memohon perlindungan kepada Allah dari godaan syaitan. Menyatakan Allah itu yang maha pengasih dan penyayang, memuji Allah sebagai penguasa mutlak alam semesta, menyatakan bahwasanya allah penguasa mutlak hari kiamat, manusia mengakui kelemahannya dengan pernyataan kepadaMu kami meminta pertolongan, manusia memohon petunjuk kepada Allah dalam menjalani kehidupan sebagaimana orang-orang yang Allah telah beri nikmat dan pertolongan dari kesesatan.

³⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya: Al-Hikmah* (Bandung: CV Diponegoro, 2014), hal. 569.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Allah mewajibkan shalat kepada umat Muhammad SAW, karena didalamnya terdapat makna pengabdian tertinggi seorang hamba kepada penciptanya. Di dalam shalat jika dilakukan dengan ikhlas, tidak karena menjalankan kewajiban, maka orang yang melakukan shalat(musholli) akan memperoleh limpahan cahaya petunjuk dari Allah yang berfungsi menjernihkan hati dan sebagai petunjuk dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Orang yang shalat dengan benar akan mampu mengenal kembali siapa dirinya dan suara hatinya. Kita hanyalah seorang hamba yang tidak bisa apa-apa tanpa Allah Swt. Pemahaman tentang shalat akan menimbulkan kesadaran bahwa shalat adalah tuntutan suara hati, dan shalat itu bukanlah untuk Tuhan namun untuk kepentingan manusia itu sendiri.³⁸

Inilah tanda-tanda kasih sayang Allah yang telah mengaruniakan shalat sebagai suatu metode untuk mencapai ketenteraman, kebahagiaan, dan alat pemeliharaan untuk keberhasilan diri sendiri dalam menjalankan tugas sebagai khalifah di muka bumi. Islam menegaskan bahwa misi utama Nabi Muhammad SAW adalah untuk menyempurnakan akhlak dan mengupayakan pembentukan karakter yang baik. "Innama bu'itstu

_

³⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ Way 165 Berdasarkan 1 Ihsan 6 Rukun Iman 5 Rukun Islam* (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), hal. 282.

liutamimma makarimal akhlak" "Sesungguhnya Aku Diutus ke Dunia Hanyalah Untuk Menyempurnakan Akhlak". 39

Ary Ginanjar dalam bukunya yang berjudul Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual (ESQ) Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam memberikan tahapan-tahapan dalam proses pembangunan karakter itu sendiri. Tahapan pertama dimulai dengan adanya metode relaksasi. Fungsi relaksasi pada shalat akan memberikan ruang berpikir bagi perasaan intuitif, sekaligus menstabilkan kecerdasan emosi serta spiritual seseorang, dan menjaga kefitrahan suara hati (*The God Spot*).

Tahap selanjutnya dalam pembangunan karakter menurut Ary Ginanjar adalah membangun kekuatan afirmasi yang dilanjutkan dengan membangun pengalaman positif dan pengasahan prinsip. Semua tahapan ini tertuang dalam kegiatan rutinitas kita sebagai seorang muslim yaitu shalat baik itu shalat wajib ataupun shalat sunah (tahajud).

Shalat tahajud adalah shalat sunah yang dianjurkan Nabi Muhammad SAW. Telah dijelaskan sebelumnya bahwa shalat tahajud adalah shalat yang dilakukan dimalam hari sesudah tidur. Bagi umat islam yang taat, ibadah malam menjadi kebutuhan pokok (*nafilah*) di samping kebutuhan yang wajib. Karena tahajud adalah salah satu dari bentuk

³⁹ Abdul Majid dan Dian Andayani, *Pendidikan Karakter Perspektif Islam* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), hal. 2.

⁴⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ Way 165 Berdasarkan 1 Ihsan 6 Rukun Iman 5 Rukun Islam* (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), hal. 279-306.

kesungguhan mengemban tanggung jawab dengan aktif mengerjakan amal kebaikan yang menuju perkenan Tuhan atas dasar niat yang tulus dan ikhlas.⁴¹

Dengan shalat tahajud yang dilakukan secara rutin, ikhlas dan khusyu' akan mampu menciptakan karakter baru serta tangguh bagi pelaksananya, sehingga kita akan memiliki persepsi dan motivasi yang positip yang nantinya akan terhindar dari stres.⁴²

Beberapa penyakit sesungguhnya akan timbul pada diri manusia yang tidak tenang hatinya, yakni hati yang jauh dari Tuhannya. Ketidak tenangan itu akan memunculkan penyakit mental, yang pada gilirannya akan menjelma menjadi perilaku yang tidak baik dan menyeleweng dari norma-norma umum yang disepakati.⁴³

Dan shalat Tahajud itu merupakan media yang paling dapat mendekatkan pada kecintaan Tuhannya, dari pada sarana-sarana lain yang digunakan untuk mendekatkan kepada-Nya. Sebagaimana disebutkan dalam hadis qudsi: "Seorang hamba yang selalu mendekatkan diri kepada-Ku dengan ibadah-ibadah sunnah, maka aku akan mencintainya."

Dan shalat malam itu juga dapat menyebabkan dihapus keburukan dan dileburnya aib. 44 Firman Allah Swt:

⁴² Moh sholeh, *Terapi Shalat Tahajud Bagi Penyembuhan Kanker* (Yokyakarta: Mitra Pustaka, 2010), hal. 13.

⁴¹ Muhammad Sholikhin, *The Miracle of Shalat* (Jakarta: Erlangga, 2011), hal. 203.

⁴³ M. Sholihin, *Terapi Sufistik : Penyembuhan Penyakit Kejiwaan Persfektif Tasawuf* (Bandung: Pustaka Setia, 2004), hal. 62-63.

Moh Syamsi Hasan, *Terjemah Durotun Nasihin* (Surabaya: Amelia, 2008), hal. 401-402.

Artinya: "Sesungguhnya perbuatan-perbuatan yang baik itu menghapuskan (dosa) perbuatan-perbuatan yang buruk. Itulah peringatan bagi orang-orang yang ingat. (QS. Hud: 114).⁴⁵ Shalat malam itu juga dapat mencegah dari perbuatan dosa. Firman Allah swt.

Artinya: "Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatanperbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (shalat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadah-ibadah yang lain). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan." (QS. Al-Ankabut: 45). 46

Antara shalat tahajud dengan pembentukan karakter satu sama lain saling berhubungan, karena shalat tahajud sangat bermanfaat terutama dalam membentuk dan membina diri sendiri mempunyai mental yang sehat. Ciri orang yang bermental sehat selalu mengikuti aturan-aturan yang ada di masyarakat dan terhindar dari penyakit hati seperti sombong, iri hati, hasud dan berbangga diri serta selalu bersikap yang jujur, optimis, dan tidak putus asa.⁴⁷

Sedangkan nilai-nilai pembentukan karakter yang terkandung di dalam shalat tahajud diantaranya adalah: sikap religius, jujur, disiplin, cinta damai, dan tanggung jawab. Dengan keadaan ini tentunya akan

⁴⁶ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya: Al-Hikmah* (Bandung: CV Diponegoro, 2014), hal. 401.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

⁴⁵ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya: Al-Hikmah* (Bandung: CV Diponegoro, 2014), hal. 234.

⁴⁷ Agus N. Cahyo, *Penjelasan-penjelasan Ilmiah tentang Dahsyatnya Manfaat Ibadahibadah Harian untuk Kesehatan Jiwa dan Fisik Kita* (Yogyakarta: Diva Press, 2011), hal. 63-64.

memberikan pendidikan yang sangat penting bagi kita untuk selalu mengerjakan shalat tahajud karena mempunyai nilai-nilai positif bagi seseorang yang mengamalkannya.

9. Hubungan Tahajud dan Pembinaan Kedisiplinan

Ibadah shalat termasuk shalat sunat tahajud merupakan salah satu ibadah yang dapat menimbulkan dampak yang amat besar bagi orang yang melakukannya, diantara dampaknya adalah dapat melatih seseorang untuk mencintai keteraturan dan kedisiplinan yang kuat dalam pekerjaan. 48

Sebab itu, dengan senantiasa mendirikan salat termasuk shalat sunat tahajud, maka akan terlatih untuk disiplin dan patuh terhadap aturan-aturan shalat yang telah ditetapkan, mulai dari yang bersifat gerak badan, sampai pada bacaan, dzikir, doa, demikian juga gerak akal dan gerak jiwa, semuanya haruslah menurut sunnah Rasulullah Saw dan tidak boleh ditambah-tambah, dirubah ataupun dikurangi.

Karena esensi ibadah adalah kepatuhan manusia kepada ketentuan Allah Swt, demikian pula esensi shalat. Shalat adalah refleksi kepatuhan dan ketaatan manusia kepada Allah Swt. Segala tata cara dan ketentuan waktu seputar shalat mencerminkan pelajaran disiplin tingkat tinggi. Kesediaan manusia melaksanakan shalat lima waktu sesuai dengan waktuwaktu yang telah ditentukan menggambarkan kedisiplinan secara utuh terhadap aturan yang ditetapkan Allah Swt. Sebab jika mengikuti selera atau kehendak diri, niscaya akan memilih shalat itu tidak perlu lima waktu.

-

⁴⁸ Ahmad Thib Raya dan Siti Musdah Mulia, *Menyelami Seluk Beluk Ibadah Dalam Islam* (Bogor: Kencana, 2003), hal. 182.

Cukup pagi hari saja menjelang berangkat kerja dan malam menjelang tidur. Tidak perlu ada shalat subuh yang waktunya pagi-pagi buta ketika fajar datang, saat masih tidur lelap. Apalagi bila harus bekerja hingga malam, tentu bangun di waktu subuh sangat terasa berat. Demikian juga halnya dengan shalat zhuhur, ashar dan maghrib.⁴⁹

Berdasarkan penjelasan tersebut, jelas bahwa ibadah shalat termasuk shalat sunat tahajud mengajarkan hidup disiplin yang tinggi. Maka orang yang rajin shalat, semestinya menjadi orang yang paling berdisiplin. Namun, jika kenyataannya berbeda berarti ia belum menunaikan shalat dengan sebenarnya. Ia baru sekadar melaksanakan prosedur shalat belum sampai pada hakekat dan kualitas shalat, yakni khusyu'. Orang yang melakukan shalat dengan khusyu' (berkualitas) setidaknya akan memiliki beberapa bentuk kedisiplinan.

Pertama, disiplin kebersihan. Salah satu syarat sah shalat adalah bersih. Bersih badan dengan wudhu atau mandi, bersih pakaian dari najis, karena tidak sah shalat dengan pakaian yang berlumur najis (kotoran), dan bersih hati dengan niat yang ikhlas.

Kedua, disiplin waktu. Waktu shalat, baik shalat wajib maupun shalat sunat seperti shalat tahajud yang dapat mendidik orang yang shalat untuk selalu disiplin waktu.

_

⁴⁹ http://aindra.blogspot.com/2007/10/memahami-shalat.html, Diakses tanggal. 5 Agustus 2016.

Ketiga, disiplin kerja. Dalam shalat jama'ah, baik imam maupun makmum diikat oleh aturan yang baku. Imam tidak bisa berbuat semaunya, tapi harus disiplin dengan ketentuan yang ditetapkan Allah Swt dan Nabi Muhammad Saw. Jika salah ia harus mau diingatkan, demikian juga makmum.

Keempat, disiplin berpikir. Shalat baru akan mencapai kualitas terbaik jika dilakukan dengan khusyu'. Khusyu' bermakna mengonsentrasikan pikiran secara utuh untuk melakukan sesuatu dan mengerti sepenuhnya atas apa yang dibaca dan dilakukan. Ini lantaran dalam melakukan shalat sering muncul godaan syetan. Maka dengan shalat secara khusyu' berarti mendidik diri untuk disiplin berpikir.

Kelima, disiplin moral dan akhlak. Shalat mendidik untuk selalu berdisplin menegakkan kebaikan dan mencegah kemungkaran.⁵⁰

Maka jelas, betapa shalat termasuk shalat sunat tahajud dapat mendidik untuk menjadi manusia yang berdisiplin tinggi. Dan itu hanya bisa terwujud manakala menjadikan shalat bukan sebagai kewajiban, tapi sebagai kebutuhan. Memandang sesuatu sebagai kewajiban akan menjadikan berat melaksanakannya. Kalaupun melaksanakannya cenderung sekadar melepaskan diri dari kewajiban. Namun, jika memandang ibadah-ibadah tersebut sebagai kebutuhan, maka akan

-

 $^{^{50}}$ http://aindra.blogspot.com/2007/10/memahami-shalat.html, Diakses tanggal. 5 agustus 2016.

memburunya dan menuntaskannya sesempurna mungkin dengan penuh kedisiplinan.

Shalat tahajud merupakan shalat yang sangat sukar untuk di amalkan, hal ini dikarenakan waktu pelaksanaanya pada tengah malam pada saat manusia sedang terlelap dalam tidur. Oleh karenanya, bagi sebagian orang yang mampu untuk mengamalkan shalat tahajud, membuktikan bahwa ia mampu menjaga kedispinan. Hal ini tergambar dari hal-hal yang sukar (shalat tahajud) saja mampu untuk disiplin apalagi terhadap shalat-shalat yang lain.

B. Kedisiplinan

1. Pengertian kedisiplinan

Kedisiplinan berasal dari kata dasar "disiplin", yang mendapat awalan ke- dan akhiran -an. Dalam *kamus Besar Bahasa Indonesia*, kata "disiplin" berarti ketaatan (kepatuhan) kepada peraturan (tata tertib).⁵¹ Kata disiplin dalam bahasa Inggris yaitu *discipline*, berasal dari akar kata bahasa Latin yaitu *disciple* yang mempunyai makna yang sama yaitu mengajari atau mengikuti pemimpin yang dihormati.⁵²

Dalam kamus Administrasi, The Liang Gie mengemukakan disiplin adalah suatu keadaan tertib dimana orang-orang yang tergabung dalam

⁵² Jane Elizabeth Allen dan Marilyn Cheryl, *Disiplin Positif*, terj. Imam Machfud (Jakarta: Prestasi Pustakaraya, 2005), hal. 24.

⁵¹ Departemen Pendidikan Nasional, Kamus Besar Bahasa Indonesia (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), hal. 268.

suatu organisasi tunduk pada peraturan-peraturan yang telah ada dengan rasa senang hati. ⁵³

Secara Istilah disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kesetiaan, keteraturan dan atau ketertiban, karena nilai-nilai itu sudah membantu dalam diri individu tersebut, maka sikap atau perbuatan yang dilakukan bukan lagi dirasakan sebagai beban, sebaliknya akan menjadi beban bila tidak berbuat sesuatu yang telah ditetapkan.⁵⁴

Singodimedjo, mengatakan disiplin adalah sikap kesediaan dan kerelaan seseorang untuk mematuhi dan menaati norma-norma peraturan yang berlaku disekitarnya.⁵⁵

Menurut F. W Foerster dalam bukunya Doni Koesoema yang berjudul *Pendidikan Karakter*, disiplin merupakan keseluruhan ukuran bagi tindakan yang menjamin kondisi-kondisi moral yang diperlukan. Sehingga proses pendidikan berjalan lancar dan tidak terganggu. Adanya kedisiplinan, dapat menjadi semacam tindakan preventif dan menyingkirkan hal-hal yang membahayakan hidup kaum muda. ⁵⁶

⁵³ The Liang Gie, *Kamus Administration* (Jakarta: Gunung Agung, 1972), hal. 108.

⁵⁴ Soegeng Priyodarminto, *Disiplin Kiat Menuju Sukses* (Jakarta: Pradnya Paramita, 1994), hal. 69.

⁵⁵ Edi Sutrisno, *Manejemen Sumber Daya Manusia* (Jakarta: Kencana, 2014), hal. 86.

⁵⁶ Doni Koesoema, A., *Pendidikan Karakter (Strategi Mendidik Anak di Zaman Global)* (Jakarta: Grasindo, 2010), hal. 233-236.

Menurut Sun Tzu dalam bukunya *Art of Wart*, segala macam kebijaksanan itu tidak mempunyai arti kalau tidak didukung oleh disiplin oleh pelaksananya.⁵⁷

Sedangkan menurut W.J.S. Purwadarminta, disiplin memiliki dua arti, yaitu latihan batin dan watak dengan maksud supaya segala perbuatannya selalu mentaati tata tertib.⁵⁸ Jadi disiplin dapat diartikan sebagai sikap dan patuh terhadap aturan dan tata tertib yang sudah ditentukan.

Menurut Hurlock bahwa disiplin berasal dari kata yang sama dengan "disciple". Yakni seorang yang belajar dari atau secara suka rela mengikuti seorang pemimpin, orang tua dan guru merupakan pemimpin, dan anak merupakan murid yang belajar dari mereka cara hidup yang berguna dan bahagia. Jadi disiplin merupakan cara masyarakat mengajar anak perilaku moral yang disetujui oleh kelompok. 59

Menurut Dolet Unaradjan, dalam bukunya "Manajemen Disiplin" disiplin merupakan latihan waktu dan batin agar segala perbuatan seseorang sesuai dengan peraturan yanng ada. Dan disiplin berhubungan dengan pembinaan, pendidikan, serta perkembangan pribadi manusia. Yang menjadi sasaran pembinaan dan pendidikan ialah individu manusia dengan segala aspeknya sebagai suatu keseluruhan. Semua aspek tersebut

⁵⁸ W.J.S. Purwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1976), hal. 254.

52.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

⁵⁷ Josephine Tobing dkk, Kiat Menjadi Supervisor Andal (Jakarta: Erlangga, 2011), hal.

⁵⁹ Elizabeth B. Hurlock, *Perkembangan Anak*, Alih Bahasa Med. Maitasari Tjandra, dalam *Child Development* (Jakarta: PT Erlangga, 2003), hal. 82.

diatur, dibina, dan dikontrol hingga pribadi yang bersangkutan mampu mengatur diri sendiri.⁶⁰

Disiplin yaitu ketaatan atau kepatuhan kepada peraturan tata tertib dan sebagainya. Disiplin timbul dari dalam jiwa karena adanya dorongan untuk menaati tata tertib tersebut. Dengan demikian dapat dipahami bahwa kedisiplinan adalah tata tertib, yaitu ketaatan Kepatuhan kepada peraturan tata tertib dan sebagainya. Berdisiplin berarti menaati (mematuhi) tata tertib.⁶¹

Dari beberapa pendapat diatas penulis dapat menggaris bawahi bahwa kedisiplinan bagi santri merupakan suatu sikap atau perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan dan kepatuhan terhadap aturan-aturan, tata tertib, norma-norma pesantren yang berlaku yang disebabkan atas dasar kesadaran ataupun kerelaan diri maupun oleh suatu perintah ataupun juga tuntutan yang lain baik tertulis maupun tidak tertulis, yang tercermin dalam bentuk tingkah laku (perilaku) dan sikap. Dengan adanya peraturan tertulis ataupun tidak tertulis diharapkan agar para santri memiliki sikap dan perilaku disiplin yang tinggi dalam menjalankan tugas sebagai santri.

2. Jenis-jenis Kedisiplinan

Menurut G.R Terry yang dikutip oleh Rahman, mengatakan bahwa jenis-jenis untuk menciptakan sebuah kedisiplinan yang akan dapat timbul baik dari diri sendiri maupun dari perintah yang terjadi dari :

⁶¹ Syaiful Bahri Djamarah, *Rahasia Sukses Belajar* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2008), hlm. 17.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

⁶⁰ Dolet Unaradjan, *Manajemen disiplin* (Jakrta: PT Gramidia Widiasarana Indonesia, 2003), hal. 9.

- a. Self Imposed Disipline yaitu kedisplinan yang timbul dari sendiri atas dasar kerelaan, kesadaran dan bukan timbul atas paksaan. Kedisiplinan ini timbul karena seseorang merasa terpenuhi kebutuhannya dan merasa telah menjadi bagian dari organisasi sehingga orang akan tergugah hatinya untuk sadar dan secara sukarela memenuhi segala peraturaan yang berlaku.
- b. Command Disipline yaitu kedisiplinan yang timbul karena paksaan, perintah dan hukuman serta kekuasaan. Jadi kedisiplinan ini bukan timbul karena perasaan ikhlas dan kesadaran akan tetapi timbul karena adanya paksaan/ancaman dari oraang lain.

Setiap organisasi atau lembaga yang diinginkan dalam meningkatkan kedisiplinan adalah lebih suka kedisiplinan yang memang tumbuh dari dalam diri sendiri atas dasar kerelaan dan kesadaran tanpa ada tuntutan atau paksaan dari orang lain. Untuk dapat menjaga agar kedisiplinan tetap terpelihara, maka organisasi atau lembaga perlu melaksanakan pendisiplinan baik dilakukan pendekatan melalui personal atau interpersonal.

Begitu pula disebuah lembaga pesantren yang salah satunya berorganisasi untuk meninngkatkan kegiatan dipesantren seperti rutinitas menjalankan shalat wajib secara berjemaah, kebersihan dan lain sebagainya.

3. Tujuan diadakannya disiplin

Kedisiplinan merupakan sebuah tindakan yang tidak menyimpang dari tata tertib atau aturan yang berlaku untuk mencapai sebuah tujuan yang diinginkan. Dengan kata lain bahwa kedisiplinan sangat erat sekali hubungannya dengan peraturan, kepatuhan dan pelanggaran. 62

Dilembaga pendidikan pada umumnya peraturan-peraturan yang harus ditaati oleh siswa ataupun santri biasanya ditulis dan diundangkan, disertai dengan sangksi bagi setiap pelanggarannya. Dengan demikian bila dibandingkan dengan penegakan kedisiplinan pada lingkungan keluarga dengan lembaga pendidikan, maka penegasan kedisiplinan dilembaga pendidikan lebih keras dan kaku.

Menurut Charles Schifer dalam bukunya, tujuan kedisiplinan ada dua macam yaitu:

- a. Tujuan jangka pendek adalah membuat anak-anak anda terlatih dan terkontrol, dengan mengajarkan mereka bentuk-bentuk tingkah laku yang pantas dan yang tidak pantas atau yang masih asing bagi mereka.
- b. Tujuan jangka panjang adalah perkembangan pengendalian diri sendiri dan pengaruh diri sendiri (self control dan self direction) yaitu dalam hal mana anak dapat mengarahkan diri sendiri tanpa pengaruh dan pengendalian dari luar.⁶³

Kedisiplinan mempunyai dua macam tujuan yaitu:

.

 $^{^{\}rm 62}$ T. Hani Handoko, Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia (Yogyakarta: BPFE,

^{2008),} hal. 23.

⁶³ Charles Schaefer, *Cara Efektif Mendidik dan Mendisiplinkan Anak* (Jakarta: Mitra Utama, 1996), hal. 88.

- a. Membantu anak menjadi matang pribadinya dan mengembangkan pribadinya dari sifat ketergantungan menuju tidak ketergantungan, sehingga ia mampu berdiri sendiri diatas tanggung jawab sendiri.
- b. Membantu anak untuk mampu mengatasi, mencega timbulnya problemproblem disiplin dan bberusaha menciptakan situasi yang favorable bagi kegiatan belajar mengajar, dimana mereka mentaati segala peraturan yang telah ditetapkan.

C. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Judul : Peranan Disiplin Sekolah dalam Menunjang Pembentukan
 Disiplin Diri pada Siswa (Studi Kasus di SLTP Al- Falah Deltasari Sidoarjo)

Oleh : Asma Naily Fauziyah

Tahun : 2003

Persamaan : Persamaan dari penelitian ini adalah pada pembentukan disiplin diri pada siswa/santri.

Perbedaan : Perbedaan antara dua penelitian ini adalah adalah terletaak pada cara yang digunakan untuk pembentukan disiplin diri. Penelitian terdahulu menggunakan peraanan disiplin sekolah, sedengkan pada penelitian diatas menggunakan terapi shalat tahajud.

 Judul : Pengaruh Bimbingan Konseling Islam dengan terapi dzikir terhadap peningkatkan disiplin diri santri di Yayasan Pondok Pesantren Darul Mustaghitsin Lamongan .

Oleh : Baharuddin Yusuf Fanani

Tahun : 2015

Persamaan : Penelitian ini dengan penelitian skripsi diatas Sama-sama meneliti tentang disiplin diri pada pelajar/santri.

Perbedaannya: sedangkan perbedaannya terletak pada terapinya atau caranya. penelitian ini menggunakan terapi dzikir, sedangkan pada penelitan skripsi diatas menggunakan terapi shalat Tahajjud.

Judul : Hubungan antara Kedisiplinan Menjalankan Sholat
 Tahajjud dengan Kecerdasan Emosional Santri di Pondok Pesantren
 Jawaahirul Hikmah III Besuki Kabupaten Tulungagung,

Oleh : Zahrotus Sunnah Juliya

Tahun : 2014

Persamaannya : Sama-sama mengkaji tentang Shalat Tahajud, dan juga pada objeknya, yaitu santri.

Perbedaannya : adapun perbedaannya terletak pada metode penulisannya, dalam skripsi ini menggunakan metode kuantitatif sedangkankan pada penelitian skripsi diatas menggunakan metode kualitatif.