BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Tentang pembinaan

1. Pengertian pembinaan.

Pembinaan secara etimologi berasal dari kata bina.[9] Pembinaan adalah proses, pembuatan, cara pembinaan, pembaharuan, usaha dan tindakan atau kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil guna dengan baik.

Pembinaan menurut Masdar Helmi adalah segala hal usaha, ikhtiar dan kegiatan yang berhubungan dengan perencanaan dan pengorganisasian serta pengendalian segala sesuatu secara teratur dan terarah.[10]

Pembinaan juga dapat diartikan: " bantuan dari seseorang atau sekelompok orang yang ditujukan kepada orang atau sekelompok orang lain melalui materi pembinaan dengan tujuan dapat mengembangkan kemampuan, sehingga tercapai apa yang diharapkan.[11]

Dari beberapa definisi di atas, dapat dipahami bahwa dalam pembinaan terdapat unsur tujuan, materi, proses, cara, pembaharuan, dan tindakan pembinaan. Selain itu, untuk melaksanakan kegiatan pembinaan diperlukan adanya

---

[9] Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka, 2001).
[10] Masdar Helmi, Dakwah dalam Alam Pembangunan I, (Semarang Toha Putra, 1973).
[11] Ahmad Tanzeh, Pengantar Metode Penelitian, (Yogyakarta : Teras, 2009), hal. 144.

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

perencanaan, pengorganisasian (pelaksanaan), dan pengendalian (monitoring dan evaluasi).

Secara operasional yang dimaksud kegiatan pembinaan dalam skripsi ini meliputi kegiatan perencanaan, pengorganisasian, dan pengendalian (monitoring dan evaluasi). Selain itu, unsur tujuan, materi, cara (metode), dan proses akan menjadi fokus kajian.

a. Perencanaan

Menurut (Roger A. Kauffman, 1972). Perencanaan adalah proses penentuan tujuan atau sasaran yang hendak dicapai dan menetapkan jalan dan sumber yang diperlukan untuk mencapai tujuan itu seefisian dan seefektif mungkin.[12]

Dalam setiap perencanaan terdapat tiga kegiatan yaitu (1). Perumusan tujuan yang ingin dicapai (2). Pemilihan program untuk mencapai tujuan itu (3). Identifikasi dan pengerahan sumber.[13]

1) Perumusan Tujuan

Komponen tujuan memiliki fungsi yang sangat penting dalam sistem pembelajaran. Akan terjadi proses pembelajaran mana kala terdapat tujuan yang harus dicapai sumber.[14]

---

[12] Nanang Fattah, *Landasan Manajemen Pendidikan,* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 49.

[13] Ibid.,hal. 49.

[14] Wina Snajaya, Perempuan dan Desain Sistem Pembelajaran, (Jakarta: Kencana, 2009), hal.121

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

Dengan demikian, sebagai kegiatan yang bertujuan, maka segala sesuatu yang dilakukan guru dan siswa dalam proses pembelajaran hendaknya diarahkan untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Tujuan merupakan pengikat segala aktivitas guru dan siswa. Oleh sebab itu, merumuskan tujuan merupakan langkah pertama yang harus dilakukan dalam merancang sebuah perencanaan program pembelajaran ataupun kegiatan.

2) Pemilihan program

Pemilihan program disini meliputi materi maupun kegiatan/upaya yang akan dilaksanakan. Pemilihan materi sekaligus kegiatan/upaya harus sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, yang terkait tentang kegiatan pembinaan. Sehingga antara materi dan kegiatan saling berkesinambungan.

3) Identifikasi dan Pengerahan Sumber

Sumber dalam kegiatan pembinaan disini ada 2 macam, yaitu sumber manusia dan sumber non manusia. Sumber manusia adalah tenaga atau orang yang bertanggung jawab serta yang berperan serta dalam kegiatan pembinaan, diantaranya kepala sekolah, guru agama, guru lain dan siswa. Sedangkan dari sumber non manusianya meliputi, sarana dan prasarana yang menunjang kegiatan pembinaan shalat Dhuha tersebut.

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

b. Pengorganisasian

Pengorganisasian adalah kumpulan orang dengan sistem kerja sama untuk mencapai tujuan bersama.[15] Dengan kata lain, pengorganisasian adalah pelaksanaan suatu kegiatan yang telah direncanakan sebelumnya.

Pelaksanaan merupakan kegiatan yang dilaksanakan oleh suatu badan atau wadah secara berencana, teratur, dan terarah guna mencapai tujuan yang diharapkan.Pengertian Implementasi atau pelaksanaan menurut Westa (1985 : 17), merupakan aktifitas atau usaha-usaha yang dilaksanakan untuk melaksanakan semua rencana dan kebijaksanaan yang telah dirumuskan dan ditetapkan dengan dilengkapi segala kebutuhan, alat-alat yang diperlukan, siapa yang melaksanakan, dimana tempat pelaksanaannya dan bagaimana cara yang harus dilaksanakan.[16]

Dari definisi tersebut terlihat bahwa pelaksanaan suatu kegiatan mencakup aktifitas, alat-alat, pelaksana, tempat pelaksanaan, dan cara/metode yang dipakai.

Ada beberapa prinsip yang perlu diperhatikan oleh seorang guru dalam melaksanakan kegiatan pembinaan dalam kegiatan pembelajaran, yaitu:

---

[7]Nanang Fattah,*Landasan Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya,2009) hal. 71.

[16] Wina Snajaya, Perempuan dan Desain Sistem Pembelajaran, (Jakarta: Kencana, 2009), hal.121

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

1. Guru harus dapat membangkitkan perhatian peserta didik pada materi pelajaran yang diberikan serta dapat menggunakan berbagai media dan sumber belajar yang bervariasi.
2. Sesuai dengan prinsip repetisi dalam proses pembelajaran, diharapkan guru dapat menjelaskan unit pelajaran secara berulang-ulang hingga tanggapan peserta didik menjadi jelas.
3. Guru wajib memerhatikan dan memikirkan korelasi atau hubungan antara mata pelajaran dan/ atau praktik nyata dalam kehidupan sehari-hari.
4. Guru harus mengembangkan sikap pesertadidik dalam membina hubungan sosial, baik dalam kelas maupun diluar kelas.
5. Guru harus menyelidiki dan mendalami perbedaan peserta secara individual agar dapat melayani siswa sesuai dengan perbedaannya tersebut.[17]

Upaya dalam pencapaian tujuan suatu kegiatan harus dilaksanakan dengan semaksimal mungkin, walaupun pada kenyataannya manusia tidak mungkin menemukan kesempurnaan dalam berbagai hal. Athiyah Al-Abrasyi menyairkan satu syair: “ setiap sesuatu mempunyai tujuan yang diusahakan untuk dicapai, seseorang bebas menjadikan pencapaian tujuan pada taraf yang paling tinggi”.[18]

---

[17] Hamzah B. Uno, *ProfesiKependidikan*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2008), hal. 16.

[18] Abdul Mujib dkk Ilmu Pendidikan Islam, (Jakarta: Kencana Prenada Media, 2006), hal. 78.

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

c. Pengendalian

Menurut Randy R Wrihatnolo & Riant Nugroho Dwijowijoto, 2006. Pengendalian adalah suatu tindakan pengawasan yang disertai tindakan pelurusan (korektif).

Contextual Teaching & Learning: Pengendalian merupakan mekanisme untuk mencegah terjadinya penyimpangan dan mengarahkan orang untuk bertindak menurut norma-norma yang telah melembaga. Bateman & Snell: Pengendalian adalah memantau kemajuan dari organisasi atau unit kerja terhadap tujuan-tujuan dan kemudian mengambil tindakan-tindakan perbaikan jika diperlukan.

Dari beberapa definisi di atas dapat dipahami bahwa pengendalian kegiatan itu bisa dilaksanakan melalui kegiatan monitoring dan evaluasi.Monitoring yaitu kegiatan yang dilakukan untuk mengecek penampilan dari aktivitas yangsedang dikerjakan.

Monitoring adalah bagian dari kegiatan pengawasan, dalam pengawasan ada aktivitas memantau (monitoring). Pemantauan umumnya dilakukan untuk tujuan tertentu, untuk memeriksa apakah program yang telahberjalan itu sesuaidengan sasaran atau sesuai dengan tujuan dari program**.** Jadi kegiatan monitoring ini bisa dilaksanakan dengan cara memantau dan mengecek dari aktivitas kegiatan pembinaan.

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

Dalam arti luas, evaluasi adalah suatu proses merencanakan, memperoleh, dan menyediakan informasi yang sangat diperlukan untuk membuat alternatif-alternatif keputusan (Mehrens & Lehmann, 1978:5).[19]

Kegiatan evaluasi merupakan*proses yang sistematis*. Ini berarti bahwa evaluasi (dalam pengajaran) merupakan kegiatan yang terencana dan dilakukan secara berkesinambungan. Evaluasi bukan hanya merupakan kegiatan akhir atau penutup dari suatu program tertentu, melainkan merupakan kegiatan yang dilakukan pada permulaan, selama program berlangsung, dan pada akhir program setelah program itu dianggap selesai.[20]

Fungsi evaluasi di dalam pendidikan tidak dapat dilepaskan dari tujuan evaluasi itu sendiri. Tujuan evaluasi pendidikan adalah untuk mendapat data pembuktian yang akan menunjukkan sampai di mana tingkat kemampuan dan keberhasilan siswa dalam pencapaian tujuan - tujuan. Di samping itu, juga dapat digunakan oleh guru-guru dan para pengawas pendidikan untuk mengukur atau menilai sampai di mana keefektifan pengalaman-pengalaman mengajar, kegiatan-kegiatan belajar, dan metode-metode mengajar yang digunakan.[21]

---

[19] Ngalim Purwanto,*Prinsip–Prinsipdan TeknikEvaluasiPengajaran*, (Bandung: PTRemaja Rosdakarya, 2010), hal. 3.

[20] Ibid., hal 3-4

[21] Ibid., hal .5.

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

Kegiatan evaluasi dapat dilaksanakan dengan caramengukur atau menilai keefektifanpengalaman-pengalaman mengajar, kegiatan- kegiatan belajar, danmetode-metode mengajar yang digunakan.

B. Tinjauan Tentang Shalat Dhuha.

Sholat menurut bahasa merupakan doa, sedangkan menurut istilah adalah suatu ibadah yang terdiri atas beberapa ucapan dan perbuatan tertentu yang diawali dengan takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam.[22] Shalat merupakan posisi yang sangat penting, karena shalat merupakan tiang agama. Pentingnya shalat ini tergambar dalam salah satu wasiat rasulullah saw pada detik-detik kehidupan. Rasulullah saw berkata, "*jagalah shalat! Jagalah shalat! Dan lindungilah hamba-hamba sahayamu*"

Sholat merupakan manifestasi dari gerak ibadah yang menjelmakan hubungan langsung dengan Allah yang dapat meniscayakan tambahan tenaga batin dan menjelmakan tenaga batin dan menjelmakan petunjuk tuhan. Allah mewajibkan salat kepada umat Muhammad SAW, karena di dalamnya terdapat makna pengabdian tertinggi seorang hamba kepada penciptanya.[23] Di dalam salat juga harus dilakukan secara ikhlas, tidak karena semata-mata menjalankan kewajiban, *al-musholli* akan memperoleh limpahan cahaya petunjuk dari Allah yang berfungsi menjernihkan hati dan sebagai petunjuk dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

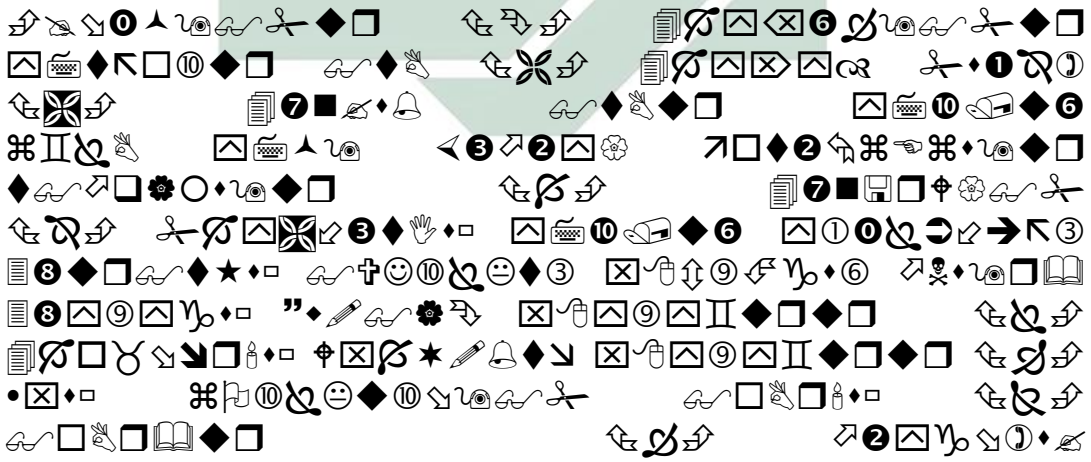
[22] Mujib abdul, *Kepribadian Dalam Psikologi Islam*, (Jakarta, PT Raja Grafindo Persada, 2007), Hlm: 255
[23] Jalal syafi'i Muhammad, *The Power Of Shalat*, (Bandung, 2006), Hlm: 27

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

Ibadah sholat mempunyai karakteristik landasan ideal, struktural dan landasan dari allah SWT. Karena itu tidak ada peluang untuk mengarang tata cara, dan upacara sholat yang sifatnya transendensi karena semuanya sudah ada rujukannya dari al-Quran dan al-Hadist. Sholat merupakan kunci dari semua amalan. Oleh karena itu apabila kuncinya tidak utuh, maka amalan yang lain akan jauh dari harapan *musholli*. Maka untuk menyempurnakan nilai kesempurnaan shalatnya, nabi sangat menganjurkan untuk melakukan sholat sunah yang dilakukan dirumah, masjid, atau tempat-tempat yang dianggap suci.

1. Pengertian Shalat Dhuha.

Dhuha merupakan shalat yang dilakukan pada waktu terbitnya matahari hingga tergelincirnya matahari.[24] Hal ini mengisyaratkan bahwa sholat sunnah dhuha dikhususkan untuk sebuah keperluan yang erat kaitannya dengan aktifitas dalam keperluan rizki. Dalam surat Ad-Dhuha bahwa:



[24] Labib mz, *Shalat-Shalat Sunnah*, (Surabaya, Bintang Usaha Jaya, 1999), Hlm:11

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

Artinya: demi waktu matahari sepenggalahan naik, dan demi malam apabila telah sunyi (gelap), Tuhanmu tiada meninggalkan kamu dan tiada (pula) benci kepadamu. dan Sesungguhnya hari kemudian itu lebih baik bagimu daripada yang sekarang (permulaan). dan kelak Tuhanmu pasti memberikan karunia-Nya kepadamu, lalu (hati) kamu menjadi puas. Bukankah Dia mendapatimu sebagai seorang yatim, lalu Dia melindungimu. Dan Dia mendapatimu sebagai seorang yang bingung, lalu Dia memberikan petunjuk. dan Dia mendapatimu sebagai seorang yang kekurangan, lalu Dia memberikan kecukupan. sebab itu, terhadap anak yatim janganlah kamu Berlaku sewenang-wenang. dan terhadap orang yang minta-minta, janganlah kamu menghardiknya. dan terhadap nikmat Tuhanmu, Maka hendaklah kamu siarkan.

Hal ini mengisyaratkan bahwa disaat sepenggalan matahari naik disaat itu pula ilahi telah memancarkan keniscayaan bagi hamba yang mau membuka qalbunya untuk menerima karunia yang akan diberikan kepadanya (manusia).

Abu Hurairah ra. meriwayatkan: *"Kekasihku, Rasulullah SAW berwasiat kepadaku mengenai tiga hal, yakni agar aku berpuasa sebanyak tiga hari pada setiap bulan, melakukan shalat dhuha dua raka'at dan melakukan shalat witir sebelum tidur."* (HR. Bukhari dan Muslim).

Di hadits yang lain dikatakan bahwa Mu'azah Al-Adawiyah bertanya kepada Aisyah binti Abu Bakar ra:*"Apakah Rasulullah SAW melakukan shalat*

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

dhuha?" Aisyah menjawab: "Ya, Rasulullah SAW. melakukannya sebanyak empat raka'at atau menambahnya sesuai dengan kehendak Allah swt." (HR. Muslim, An-Nasa'i, At-Tirmidzi, dan Ibnu Majah).

Status sunnah shalat dhuha di atas tentu saja tidak berangkat dari cerita kosong, akan tetapi memiliki landasan yang kuat dan berdasarkan tinjauan agama. Diantara dasar dilaksanakannya sholat dhuha dikarenakan ada beberapa hal penting yang bisa dikemukan disini diantaranya :[25]

Pertama: shalat dhuha merupakan ekspresi terima kasih kita kepada Allah SWT atas nikmat sehat bugarnya setiap sendi tubuh kita. Menurut Rasulullah SAW. Setiap sendi di tubuh kita berjumlah 360 sendi yang setiap harinya harus kita bersedekah sebagai makanannya. Dan kata Nabi saw., shalat dhuha adalah makanan sendi-sendi tersebut."Pada setiap manusia diciptakan 360 persendian dan seharusnya orang yang bersangkutan (pemilik sendi) bersedekah untuk setiap sendinya." Lalu para sahabat bertanya: *"Ya Rasulullah saw., siapa yang sanggup melakukannya?"* Rasulullah saw. menjelaskan: *"Membersihkan kotoran yang ada di masjid atau menyingkirkan sesuatu (yang dapat mencelakakan orang) dari jalan raya, apabila ia tidak mampu, maka shalat dhuha dua raka'at dapat menggantikannya."* (HR. Ahmad bin Hanbal dan Abu Daud)

Kedua: shalat dhuha merupakan sarana untuk mendapatkan rahmat dan nikmat Allah sepanjang hari yang akan dilalui, entah itu nikmat fisik maupun

[25] Muhaimin Ishaq, *Shalat Sunnah Dhuha*, (04, 04, 2012) http// shalat sunnah dhuha.co.id.

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

materi. Rasulullah SAW. bersabda: *"Allah berfirman: 'Wahai anak Adam, jangan sekali-kali engkau malas melakukan shalat empat raka'at pada pagi hari, yakni shalat dhuha'..."* (HR. Al-Hakim)

Lebih dari itu, momen shalat dhuha merupakan saat dimana kita mengisi kembali semangat hidup baru. Kita berharap semoga hari yang akan kita lalui menjadi hari yang lebih membahagiakan dari hari kemarin. Menanamkan rasa optimis dan keyakinan bahwa kita hidup tidak sendiri melainkan senantiasa menemani kita dalam kehidupan sehari-hari.

Ketiga: shalat dhuha dapat dijadikan sebagai penangkal siksa api neraka di hari pembalasan (kiamat) nanti. Hal ini ditegaskan Nabi saw. dalam haditsnya: *" ... shalat dhuha dua raka'at, niscaya Allah SWT. akan mengharamkan api neraka untuk menyentuh atau membakar tubuhnya."* (HR. Al-Baihaqi)

Keempat: bagi orang yang merutinkan shalat dhuha, niscaya Allah mengganjarnya dengan balasan surga. Rasulullah saw. bersabda: *"Di dalam surga terdapat pintu yang bernama 'baab adh-dhuhaa' (pintu dhuha) dan pada hari kiamat nanti ada orang yang memanggil: 'Di mana orang yang senantiasa mengerjakan shalat dhuha? Ini pintu kamu. Masuklah dengan kasih sayang Allah'."* (HR. Ath-Thabrani).

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

2. Manfaat pembinaan Shalat Dhuha.

Seluruh manfaat dan pahala shalat akan kembali pada masing-masing pribadi seorang muslim, bukan kepada Allah karena sedikitpun Dia tidak dapat terpengaruh oleh perbuatan Makhluq_Nya. Hal ini dinyatakan Allah dalam hadist qudsi riwayat abu Dzar, allah SWT berfirman*: "Sekalipun kalian semua, dari awal hingga akhir zaman, dari jenis jin dan manusia, seluruhnya benar-benar bertaqwa maka (ketaqwaan itu) sedikit itu akan menambah kekuasaan_ku. Sebaliknya, sekalipun kalian semua sesat maka sedikitpun (kesesatan) itu tidak akan mengurangi kekuasaanku".* Ada lima aspek penting yang sangat berperan dalam bagi kepribadian individu, yakni:

a. Meditasi, dan do'a yang teratur
b. Relaksasi melalui gerakan shalat
c. Hetero/auto sugesti dalam bacaan shalat
d. Group therapi dalam shalat jama'ah dan meski sendiri setidaknya terdapat individu itu sendiri dan Allah.
e. Hydro therapy dalam wudhu dan mandi sebelum shalat.

Dari kelima aspek tersebut kemudian melahirkan beberapa manfaat dalam kehidupan manusia yakni:[26]

[26] Abduh Muhammad, *The Ultimate Of Shalat Malam Dan Shalat Dhuha*, (Jakarta, Mizan Republika, 2010), Hlm: 102.

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

1. Perintah untuk segera menuju tempat shalat dan memperbanyak langkah dengan berjalan kaki merupakan pemanasan bagi fisik dan otot. Selain itu, kita juga melakukan pemanasan organ-organ saraf melalui gerakan berjalan.
2. Wudhu dalam shalat juga mempunyai pengaruh yang sangat besar sekali, syauqi ibrahim salah seorang anggota ikatan dokter kerajaan inggris dari london mengemukakan "kita tahu fungsi air bersih untuk minuman dan makanan, akan tetapi lebih dari itu ada fungsi lain yang bermanfaat bagi kesehatan manusia. Seorang ahli dari inggris, Arnold Lincoln telah mengungkapkan bahwa sinar matahari atau cahaya dari manapun datangnya yang mengenai air dapat membantu produksi ion-ionbermuatan negatif dari molekul-molekul air yang menembus kedalam tubuuh, serta mengakibatkan otot dan saraf menjadi santai dan rilex, selanjutnya hal itu dapat menghilangkan perasaan marah, tersinggung, dan lelah maupun lesu".
3. Tetesan air yang jatuh ke kepala dan wajah dapat menghilangkan rasa pucing dan kegelisahan jiwa. Karena air mempunyai kekuatan magis terhadap otot-otot manusia sehingga mampu mendatangkan relaksasi tubuh dan mampu mendatangkan ketenangan. Dalam hadist nabi kami penulis menemukan pengetahuan yang sama, Imam Ahmad meriwayatkandalam kitab musnad bahwa ada seseorang yang menemui Urwah marah, ketika sedang marah Urwah segera pergi berwudhu dan kemudian kembali lagi ke arah mereka.

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

Ketika ditanya tentang mengapa ia segera berwudhu saat marah, ia menjawab " ayah dan kakekku pernah bercerita bahwa Rasullah bersabda: "jika kalian marah, berwudhulah." Dalam riwayat lain disebutkan bahwa jika kalian marah mandilah". Bertolak dari hal tersebut kita mengetahui bahwa wudhu yang merupakan pekerjaan wajib sebelum shalat dapat menjadi terapi jiwa yang sangat efektif. [27]

4. Shalat Dhuha dapat mengontrol sistem respon emosi, Taylor mengajurkan strategi kognitif redefinisi (*cognitive redefunition*) dimana seseorang dibantu melihat masalah dengan pandangan yang lebih positif. Sedangkan Lazarus menganjurkan strategi *cognitive restrukturing* yaitu upaya mengubah persepsi menjadi lebih realistis dan konstruktif tentang stesor sehingga dapat berfikir realistis.
5. Shalat Dhuha yang dijalankan dengan ikhlas dan khusyuk dapat menghilangkan rasa pesimis, rendah diri, minder, kurang berbobot. Semua akan berganti dengan sikap selalu optimis, penuh percaya diri, dan pemberani serta dapat menjaga *hemoseitas.*
6. Shalat dhuha dapat menumbuhkan respon emosi berupa persepsi dan motivasi positif yang mengefektifkan coping , serta dapat beradaptasi terhadap pola perubahan irama *sirkandian* dala tubuh yaitu sebuah irama yang memiliki irama selama 24 jam untuk beradaptasi dengan lingkungan.

[27] Muhammad jalal, *The Power Of Shalat*, (Bandung, Edisi Indonesia, 2006) Hlm: 8

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

Dengan demikian shalat dhuha selain bernilai ibadah sarat dengan muatan psikologis yang mempengaruhi kontrol kognisi dengan cara memperbaiki persepsi dan motivasi positif, serta coping yang efektif . emosional positif ini juga dapat menghindarkan reaksi stres.

7. Melalui Shalat Dhuha akan timbul perubahan positif dalam diri pengamalnya dari sudut pandang psikoneuroimunologi, dengan demikian dalam diri seseorang akan muncul rasa optimis dan merasakan kebahagiaan dalam hidupnya.
8. Apabila Shalat Dhuha dijalankan dengan ikhlas maka dapat memperbaiki emosional positif yang dari sisi jika kita jalankan secara continu, tepat gerakannya dapat menjaga imunitas tubuh sehingga dapat belajar dengan mudah dan mampu menjaga stabilitas emosi agar tetap tenang.[28]
9. Bukti empirik tentang manfaat shalat dhuha yaitu untuk meningkatkan sebuah prestasi, seperti siswa yang sedang stres mengikuti pelajaran disaat dapat menurunkan stres lebih jauh untuk membuktikan bahwa shalat dhuha ternyata dapat digunakan untuk mengubah prilaku *maldjustment* (ketidakmampuan menyesuaikan diri) pada saat stres tersebut.
10. Mampu meningkatkan kecerdasan intelektual, saat tidak mudah kosentrasi dan ngantuk saat pelajaran menunjukkan bukti bahwa otak mengalami keletihan dan kekurangan asupan oksigen melalui shalat dhuha yang

[28] Ahmad Samusi, *Shalat Dhuha Sebuah Tinjauan* (16,04, 2012). http: samusi wordpres.com

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

dijalankan ditengah-tengah proses belajar mengajar maka dapat meminimalisir keletihan otak sehingga mampu berkosentrasi secara penuh.

11. Do'a dalam bacaan shalat dan sesudah shalat merupakan "*auto sugesti*" untuk mencapai cita-cita yang dimiliki setiap individu.

Dengan demikian dapat kita ketahui bahwa semua aktifitas dalam shalat dhuha mulai dari jalan sebelum shalat, tetesan air wudhu, kekhusyu'an dan keikhlasa serta gerakan saat shalat kemudian do'a sesudah shalat dhuha mengandung hikmah tersendiri dalam kehidupan manusia. Dan tidak ada hal sekecil apapun dari ritual tersebut yang tidak bermanfaat dalam pembentukan kepribadian manusia.

C. Faktor Penghambat Dan Faktor Pendukung Dalam Pembinaan Shalat Dhuha

Didalam melakukaan Pembinaan shalat dhuha tentunya tidak semudah yang kita inginkan, ada banyak faktor penghambat maupun pendukung jalannya program tersebut baik faktor internal maupun faktor eksternal.[29]

1. Faktor Pendukung Dalam pembinaan Shalat Dhuha

a. Kekompakan

sikap saling mendukung dan saling membantu sangat dibutuhkan dalam pelaksanaan pembentukan kepribadian siswa melalui Pembinaan shalat dhuha di sekolah, terutama kekompakan pada segenap guru, kepala sekolah dan

[29] Akhmad sudrajat, *Sejarah Shalat*, www. Akhmad Sudrajat word press. com

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

elemen yang terkait, karena mereka adalah cermin dan komando dari segala kegiatan.

b. Kemauan keras

Dalam setiap kegiatan yang dilaksanakan oleh lembaga pendidikan terdapat tantangan dan konsekuensi masing-masing. Ketika semua elemen lembaga pendidikan tersebut mempunyai kemauan yang keras dalam menciptakan perubahan maka pasti segala hambatan akan teratasi dengan lancar.

1. Faktor Penghambat Dalam Pembinaan Shalat Dhuha

a. Sarana dan prasarana

Ketika melaksanakan suatu program apapun sarana merupakan faktor yang paling urgen, jika sarana tidak memadai maka sulit sekali kegiatan tersebut dapat terlaksana dengan baik. seperti halnya dalam melaksanakan pembinaan shalat dhuha maka tempat atau masjid juga harus tersedia sesuai dengan kapasitas yang diinginkan.

b. Konflik lingkungan sosial

Seringkali dalam kegiatan sekolah selalu kontras antara apa yang dinginkan oleh pihak sekolah dengan orang tua ataupun masyarakat sekitar. Apa yang dianggap baik menurut sekolah belum tentu baik menurut pandangan masyarakat luar.

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

c. Kondisi keluarga

Tidak semua orang tua mempunyai pemikiran yang sama terhadap kegiaatan anak yang ada disekolah. Karena pada hakikatnya cara berfikir seseorang adalah berbeda-beda. Dengan demikian sebaik apapun kegiatan yang dilakukan oleh sekolah akan mempunyai berbagai macam respon yang berbeda. Ada keluarga yang mempunyai tanggapan baik, akan tetapi juga tidak sedikit keluarga yang acuh bahkan tidak setuju terhadap kegiatan anaknya disekolah dalam pembinaan shalat dhuha.

d. Tingkat kemauan siswa

Setiap kegiatan yang di laksanakan oleh sekolah harus diiringi dengan kesadaran akan kemauan siswa terkait. terkadang siswa suka bermalas-malasan dan banyak alasan terkait kegiatan yang diterapkan oleh sekolah apalagi jika pembinaan shalat dhuha merupakan kegiatan yang tidak wajar atau tidak biasa dilaksanakan di setiap sekolah.

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