

# BAB I

## PENDAHULUAN



### A. Latar belakang

Shalat adalah tiang agama. Dan merupakan sebuah kewajiban yang paling penting di dalam agama Islam. Dalam al-Quran banyak sekali ayat-ayat yang memerintahkan kita untuk melaksanakan shalat. Karena shalat mempunyai kedudukan yang sangat penting dalam hal mendidik dan menanamkan jiwa-jiwa yang taat pada aturan-aturan untuk diterapkan kedalam kehidupan sehari-hari ataupun bermasyarakat. Shalat juga merupakan kriteria perbedaan antara orang Islam dan orang kafir.

Bagi orang mukmin, shalat bukan hanya dilihat sebagai kewajiban saja melainkan kebutuhan mendasar bagi kehidupan. Banyak sekali hikmah yang dapat kita ambil dari bentuk postur, irama dan gerak ritmik tubuh ketika kita shalat. Gerakan dalam shalat inilah seakan-akan melambangkan kepada kita bahwa tidak selamanya manusia itu muda dan tidak selamanya pula manusia itu berjaya. Ibadah shalat yang dilakukan dengan gerakan jasmani mempunyai kedudukan yang istimewa, karena ibadah shalat merupakan sarana bagi seorang hamba untuk mencurahkan keluh kesah yang dialaminya dengan Tuhannya.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Imam Al-Ghazali, *Ibadah Perspektif Sufistik*, (Surabaya: Risalah Gusti, 1999), 24

Dapat dikatakan pula bahwa shalat sebagai pendorong mental. Sebab tanpa shalat, jiwa manusia mungkin saja tidak mampu menanggung beban dalam menjalani hidup. Bagi orang yang kerap mengalami penderitaan, shalatlah yang menjadi tempat untuk menumpahkan segala permasalahan. Allah mewajibkan kita untuk melaksanakan shalat lima waktu dalam sehari. Dalam lima kesempatan itu artinya, kita memperoleh masukan energi baru.

Salah satu syarat yang dapat memberi pencerahan batin itu biasanya disebut dengan khusyu'. Khusyu' menurut Imam Ghazali adalah kehadiran hati, konsentrasi, rasa tunduk, pasrah dan penghormatan yang tinggi kepada Allah.<sup>2</sup> Al-Qur'an telah menjelaskan bahwa khusyu' adalah tanda pertama orang-orang yang beruntung. Seperti yang telah di jelaskan dalam ayat di bawah ini, yang berbunyi:

قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١﴾ الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ ﴿٢﴾

Artinya:

*“Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang beriman, yaitu orang-orang yang khusyu' dalam shalatnya.” (QS. Al Mukminun: 1-2).*<sup>3</sup>

Menurut al-Ghazali dalam perkembangan psikis, manusia memiliki empat sifat, yaitu: sifat kebuasan, sifat kebinatangan, sifat kesetaraan dan sifat

---

<sup>2</sup> Ibid, 12

<sup>3</sup> Alquran, 23 :1-2

ketuhanan. Dari keempat sifat di atas tidak berkembang secara sekaligus, melainkan berkembang secara berangsur-angsur.<sup>4</sup>

Sifat kehewanian bertujuan untuk penciptaan sifat-sifat melalui makanan, tidur, tumbuh, dan seks, agar manusia dapat hidup sehat dan mampu mempertahankan hidupnya. Selanjutnya, pada nafsu kebuasan yang mana tujuan penciptaannya adalah agar manusia dapat menolak sesuatu yang mengancam dan merugikan dirinya. Sedangkan sifat kesetanan dikenalkan pada diri manusia dengan tujuan penciptaannya adalah agar manusia mampu mengadakan penyelidikan cara-cara kejahatan atau kenakalan dan memenuhi kepuasan amarah melalui tipu daya dan kebohongan. Dan yang terakhir pada sifat ketuhanan, tujuan sifat ini adalah untuk kelangsungan hidup manusia secara pribadi dan kehidupan masyarakat.<sup>5</sup>

Maka manfaat shalat bagi kaum Mulimin tidak sekedar sebagai bukti kesalehan, melainkan memberikan efek kesehatan bagi pendirinya. Semakin khusyuk shalatnya maka akan semakin merasakan pula kedekatannya kepada Allah dan semakin sehat pula psikis dan fisiknya. Akhirnya manusia memiliki sifat yang optimis dalam menghadapi kehidupan di dunia ini.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Moh. Sholeh, *Bertobat Sambil Berobat*, (Bandung: Mizan, 2008), 120

<sup>5</sup> Ibid, 121

<sup>6</sup> Sulaiman Al-Kumayi, *Shalat Penyembahan dan Penyembuhan*, (Semarang: Erlangga), 2007, hal 3

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan sebelumnya, maka penulis merumuskan beberapa permasalahan untuk di kaji lebih rinci. Adapun permasalahan yang akan di bahas dalam proposal ini meliputi:

1. Bagaimana pengertian sholat menurut al-Ghazali?
2. Apa manfaat shalat secara fisik dan psikis menurut al-Ghazali?

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Pada dasarnya setiap penelitian mempunyai tujuan yang akan dipakai sebagai pedoman untuk pembahasan yaitu:

- a. Untuk mendiskripsikan pengertian sholat menurut al-Ghazali.
- b. Untuk memahami manfaat shalat secara fisik dan psikis menurut al-Ghazali.

### **2. Kegunaan Penelitian**

Setiap penelitian di harapkan dapat bermanfaat, maka kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan agar dapat di jadikan sebagai wawasan bagi peneliti dan pembaca.
- b. Peneliti ini bermanfaat sebagai media informasi serta media belajar untuk memahami dan mengetahui lebih dalam manfaat sholat secara fisik dan psikis.

#### **D. Kajian Pustaka**

Pembahasan tentang Manfaat Sholat sudah banyak dikaji oleh beberapa mahasiswa terdahulu. Sehingga dalam hal ini agar tidak menjadi tumpang tindih, dalam pembahasan maka penulis menampilkan beberapa hasil penelitian yang membahas tentang Manfaat Shalat Secara Fisik dan Psikis:

1. Mulyono, Fakultas Ushuluddin, jurusan Tafsir Hadits tahun 2002, IAIN Sunan Ampel, tentang Shalat dan Khusyuk menurut Al-Quran, dalam Skripsi tersebut menjelaskan bahwa shalat adalah ibadah badaniah yang mana harus dikerjakan oleh setiap orang yang beriman. Adapun waktu-waktu shalat itu sudah dijelaskan dalam Al-quran meski masih secara global dan dijelaskan lagi oleh hadits-hadits nabi. Adapun tujuan shalat adalah untuk mengingat Allah, mengagungkan-Nya, memujinya dan bermunajat (berdoa) hanya kepada-Nya.
2. Abdul Majid, Fakultas Ushuluddin, jurusan Aqidah Filsafat tahun 2008, IAIN Sunan Ampel, , tentang Shalat Tahajud sebagai Penenang Jiwa Bagi Santri Dipondok Pesantren Mahasiswa Al-Jihad Surabaya, dalam Skripsi tersebut menjelaskan tujuan dari penelitian ini adalah: 1. Ingin mengetahui konsep-konsep dalam shalat tahajut di Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Jihad Surabaya. 2. Ingin mengetahui pelaksanaan shalat tahajut sebagai penenang jiwa bagi santri di Pondok Pesantren Mahasiswa Al-Jihad Surabaya.

### **E. Penegasan judul**

Untuk menghindari adanya kesalahan dalam memahami maksud dan tujuan dari penulisan skripsi ini, maka penulis akan menjelaskan beberapa maksud dari judul skripsi ini “MANFAAT SHOLAT SECARA FISIK DAN PSIKIS MENURUT AL-GHAZALI” adalah dengan maksud menegaskan agar tidak terjadi kesalahan dalam mendiskripsikan. Untuk itu penulis menjelaskan judul tersebut secara rinci yaitu:

1. Sholat : Merupakan rukun Islam kedua dan berupa ibadah kepada Allah Swt, dan wajib dilakukan oleh setiap muslim ataupun bagi mu'alaf, dengan syarat, rukun, dan bacaan tertentu, yang mana dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam.
2. Fisik : Jasmani atau badan
3. Psikis : Jiwa; sukma; rohani
4. Al-Ghazali : Seorang ulama, ahli pikir, ahli filsafat Islam yang terkemuka yang banyak memberi sumbangan bagi perkembangan kemajuan manusia.<sup>7</sup>

### **F. Alasan memilih judul**

- a. Banyak orang yang tidak memahami tentang manfaat-manfaat dari shalat.  
Oleh karena itu, peneliti akan memaparkan berbagai manfaat yang

---

<sup>7</sup> Hermawan, *Al-Ghazali*, ( Jakarta: Gramedia, 1997) hlm. vii.

terkandung dalam setiap gerakan dalam shalat baik dari segi fisik maupun psikis.

- b. Peneliti juga ingin mengkaji tentang manfaat shalat secara fisik dan psikis ini karena peneliti juga ingin belajar sendiri bagaimana tata cara shalat yang benar.

## G. Metode penelitian

Metode yang tepat untuk di gunakan adalah suatu metode atau suatu langkah untuk menuju keberhasilan dalam menyelesaikan suatu permasalahan. Sebab dalam metode merupakan suatu cara untuk bertindak agar kegiatan dalam penelitian dapat terlaksana secara baik, terarah dan dapat mencapai hasil yang optimal.

### 1. Jenis penelitian

Sesuai dengan tema, perumusan masalah dan tujuan penelitian. Maka jenis yang digunakan penulis adalah penelitian kualitatif deskriptif dengan maksud untuk mendiskripsikan tentang fenomena yang terbatas dan menentukan sebuah fenomena yang dapat di kendalikan melalui beberapa intervensi. Dengan tujuan menjelaskan atau mengontrol fenomena melalui pengumpulan data terfokus dari data numerik.<sup>8</sup>

Dan penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*). Penelitian ini di lakukan dengan bertumpu pada data kepustakaan

---

<sup>8</sup> Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung, Rosdakarya, 2006), 30

tanpa di ikuti uji empiris. Jadi, studi pustaka di sini adalah studi teks yang seluruh substansinya di olah secara filosofis atau teoritis.<sup>9</sup> Study teks menurut Noeng Muhadjir mencakup ; *Pertama*, telaah teoritik suatu disiplin ilmu yang perlu di lanjutkan secara empirik untuk memperoleh kebenaran secara empirik pula. *Kedua*, studi yang berupaya mempelajari seluruh substansi objek penelitian secara filosofis atau teoritik dan terkait dengan validitas. *Ketiga*, studi yang berupaya mempelajari teori linguistic. *Keempat*, adalah study sastra.<sup>10</sup> Keuntungan yang di dapat oleh peneliti dalam menggunakan metode ini adalah peneliti tidak perlu menghasilkan banyak waktu dan dana untuk mencari data yang diinginkan.

## 2. Sumber Data

Dalam skripsi ini metode yang digunakan adalah library research yaitu pengolahan data-data yang di peroleh dari pustaka, maka untuk tercapainya hal tersebut maka peneliti mencoba untuk mengumpulkan data-data berupa artikel, baik dari media massa, internet, makalah-makalah, seminar, dan buku yang ada sangkut pautnya dengan penelitian ini. Maka menurut jenis, sumber data kepastakaan terdapat dua macam jenis.

### a. Data Primer

Data primer merupakan sumber utama yang berasal dari buku-buku karangan Al-Ghazali antara lain adalah :

---

<sup>9</sup> Noeng Muhajir, *Metode Kualitatif*, (Yogyakarta : Rakesa Rasia, 1996), 158-159.

<sup>10</sup> Ibid.



- 1) Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al-Ghazali. Ihya' Ulum ad-Din. Juz 1. Beirut: Dar al-Fikr
- 2) Imam Al-Ghazali. 1995. Hikmah dan Rahasia Shalat. Surabaya: Tiga Dua.
- 3) Imam Al-Ghazali. 1997. Rahasia-Rahasia Shalat. Bandung: Karisma
- 4) Imam Al-Ghazali. 1999. Ibadah Perspektif Sufistik. Surabaya: Risalah Gusti

b. Data sekunder

Data sekunder atau pendukung adalah karya-karya yang dijadikan sebagai pendukung dan pembatasnya dengan permasalahan yang ada dalam penelitian ini. Sumber pendukung ini di pergunakan untuk dijadikan penegasan sekaligus pembanding. Adapun buku-buku yang masuk dalam kategori ini, antara lain:

1. Aba Firdaus Al-Halwani. 2002. Managemen Terapi Qolbu. Yogyakarta: Media Insani
2. Ahmad Faried.1993. Menyucikan Jiwa. Surabaya: Risalah Gusti
3. Thaha Abdullah Afify. 1994. Cara Bersuci dan Shalat Rasulullah SAW. Jakarta: Trigenda Karya
4. Moh. Sholeh. 2008. Bertobat Sambil Berobat. Bandung: Mizan
5. Sulaiman Al-Kumayi. 2007. Shalat Penyembuhan dan Penyembuhan. Semarang: Erlangga

### 3. Analisa data

Analisa data adalah tehnik analisa yang berfungsi menjelaskan dan menerangkan gejala-gejala konkrit dan dalam hal ini penulis sangat selektif dalam mencari dan menggunakan metode yang ada mengingat sangat banyak dan beragam metode, sehingga kesalahan dan kerancuan dari hasil penelitian tidak terjadi, dan hasilnya pun dapat di manfaatkan menjadi sumber penelitian bagi penulis selanjutnya.

Walau peneliti telah melakukan seoptimal kemungkinan adanya kesalahan dan kekurangan. Sedangkan metodologi yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

- a. Metode Content Analisis : adalah analisis ilmiah tentang isi pesan suatu komunikasi, demikian menurut Barcus. Perlu diingat bahwa Content Analisis memang masih memfokuskan pada isi teks sebagai obyek penelitian, akan tetapi, di dalam teks di analisis secara empiris pada tingkat denotasi, bukan konotasi. Artinya bahwa dalam memahami sebuah teks atau desain tidak lagi di gunakan interpretasi semantic untuk membentangkan makna sebuah tanda, akan tetapi ukuran-ukuran tertentu yang bersifat komunikatif, misalnya frekuensi kemunculan tanda. Meskipun demikian, penghubung pendekatan kualitatif dan kuantitatif sering pula di lakukan pada metode analisis ini.<sup>11</sup> Secara teknis content analisis mencakup upaya, klarifikasi tanda-tanda yang di

---

<sup>11</sup> Yasrif Amir Piliang, *Hipersemiotika*, tafsir cultural studies atas matinya makna, hlm, 273.

pakai dalam komunikasi, kedua ; menggunakan kriteria sebagai dasar klarifikasi, dan ketiga ; menggunakan teknik analisis sebagai pembuat prediksi. Yang kemudian menampilkan tiga syarat, yaitu: objektivitas, pendekatan sistematis, dan generalisasi.<sup>12</sup> Karena ia memiliki keistimewaan atau kelebihan, adapun kelebihanannya, George dan Karucer mengatakan bahwa Content Analisis kualitatif lebih mampu menyajikan dan melukiskan prediksi lebih baik.<sup>13</sup>

- b. Analisis Historis : dengan metode ini penulis bermaksud untuk menggambarkan sejarah biografis Al-Ghazali yang meliputi riwayat hidup, pendidikan, serta pengaruh-pengaruh dari pemikir lain.<sup>14</sup>

## H. Sistematika pembahasan

Untuk memudahkan dalam memperoleh pengertian dalam pembahasan, skripsi ini di bagi menjadi bab per bab yang masing-masing bab terdiri dari beberapa bab sebagai berikut:

Bab I : merupakan pendahuluan yang di dalamnya terdapat latar belakang, rumusan masalah, penegasan judul, alasan memilih judul, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

---

<sup>12</sup> Noeng Muhadjir, *Metode Penelitian Kualitatif* ; pendekatan Positivistik, Rasionalistik, Fenomenologik, dan Realisme Metafisik, Telaah Studi Teks dan Penelitian Agama, (Yogyakarta : Rake serasim, 1999), cet VII, 49.

<sup>13</sup> Ibid.

<sup>14</sup> Anton Bakker, *Metodologi penelitian filsafat* (Yogyakarta : kanisius, 1990), 75.

- Bab II : merupakan landasan teori yang meliputi biografi Al-Ghazali, dimana dalam bab ini berisikan tentang latar belakang al-Ghazali, al-Ghazali sebagai filosof, al-Ghazali sebagai sufi dan karya-karya al-Ghazali.
- Bab III : merupakan penyajian data yang berisi tentang manfaat shalat secara fisik dan psikis yang di dalamnya menyangkut sejarah shalat, pengertian shalat menurut al-Ghazali, manfaat shalat secara fisik dan psikis menurut al-Ghazali.
- Bab IV : merupakan analisis, menganalisis tentang pandangan al-Ghazali tentang manfaat shalat secara fisik dan psikis.
- Bab V : merupakan bab tertulis yang berisi tentang kesimpulan dan saran.