

Pelaksanaan Shalat Dhuha di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah Kecamatan Banjarmasin Utara

Rahmad Hidayat

Sekolah Tinggi Agama Islam Al Jami Banjarmasin

Email: rahmadhidayat@staialjami.ac.id

Muhammad Tambrin Hidayat

Sekolah Tinggi Agama Islam Al Jami Banjarmasin

Email: m.tambrin.hidayat5663@gmail.com

H. Husna

Sekolah Tinggi Agama Islam Al Jami Banjarmasin

Email: husna@staialjami.ac.id

Abstrak

Hasil peninjauan awal di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin telah ditemukan salah satu kegiatan yang cukup unik, yaitu kegiatan Shalat Dhuha berjamaah setiap hari Senin sampai dengan hari Jum'at pada jam istirahat bertempat di Mushalla sekolah. Pelaksanaan kegiatan tersebut disesuaikan dengan jadwal pelajaran sehingga tidak mengganggu proses pembelajaran di kelas. Hal ini menjadi unik dan layak diteliti karena kegiatan tersebut telah ditetapkan sebagai salah satu kegiatan yang harus dilakukan oleh siswa di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin. Kegiatan tersebut merupakan keunikan tersendiri ketika terdapat sebuah Sekolah Dasar yang ternyata telah mampu menanamkan nilai-nilai edukatif kepada semua siswa dengan melalui kegiatan keagamaan sejak dini. Pendidikan ibadah menjadi salah satu orientasi Sekolah Dasar ini dalam meningkatkan pengalaman agama Islam sesuai dengan ciri khas sekolah berbasis Islam. Kegiatan monumental seperti shalat dhuha berjamaah ini berbeda dengan kegiatan keagamaan di Sekolah Dasar pada umumnya, karena belum tentu kegiatan seperti ini diadakan di setiap Sekolah Dasar, mengingat pelaksanaannya yang rutin dan konsisten pada setiap hari masuk sekolah.

Dalam penulisan artikel ini yang menjadi subjek adalah satu orang guru pendamping shalat dhuha dan siswa yang menjadi subjek dalam penulisan ini hanya diambil dari siswa kelas IV yang berjumlah 15 orang dan siswa kelas V yang berjumlah sebanyak 13 orang. Adapun teknik yang digunakan dalam pengumpulan data di lapangan adalah teknik observasi, wawancara, dan dokumenter. Sedangkan teknik yang digunakan dalam pengolahan data ditempuh melalui proses interpretasi data dan reduksi data. Kemudian teknik yang digunakan dalam menganalisis data adalah teknik deskriptif kualitatif, yaitu dengan menganalisis langsung terhadap data temuan hasil penelitian berupa gambaran dalam bentuk kata-kata tentang keadaan atau kondisi objek penelitian dengan memperhatikan besar kecilnya persentase yang menonjol dari setiap indikator, dan untuk menarik kesimpulan dari hal-hal yang bersifat khusus kepada hal-hal yang bersifat umum.

Hasil penelitian terungkap bahwa pelaksanaan shalat dhuha di Sekolah Dasar Islam

Rahmatillah Kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin telah terlaksana dengan cukup baik. Hal ini dikarenakan adanya beberapa faktor yang mendukung pelaksanaannya, kendatipun ada beberapa faktor yang kurang mendukung dan menjadi kendala dalam pelaksanaan shalat dhuha.

Faktor yang dianggap kurang mendukung dan menjadi kendala dalam pelaksanaan shalat dhuha di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah Kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin adalah tidak tersedianya poster bacaan tata cara shalat, keterlambatan siswa datang ke sekolah dan tingkat partisipasi siswa yang bisa terbilang kurang. Adapun faktor yang dipandang sebagai penunjang kelancaran dalam pelaksanaan shalat dhuha di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah Kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin adalah latar belakang pendidikan dan pengalaman guru pendamping shalat dhuha yang kompeten, didukung dengan sarana dan fasilitas serta lingkungan yang cukup memadai.

Kata Kunci: Pelaksanaan, Shalat Dhuha, Sekolah Dasar.

A. Pendahuluan

Secara filosofis, ibadah dalam Islam tidak semata-mata bertujuan untuk menyembah Allah. Sebab, disembah maupun tidak disembah Allah tetaplah Allah. Esensi ketuhanan-Nya tidak akan berkurang meskipun seluruh manusia dan yang ada di jagad raya ini tidak menyembah-Nya. Ibadah merupakan upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah. Shalat adalah ibadah pertama yang diwajibkan oleh Allah. Perintah shalat diterima langsung oleh Rasulullah Saw tanpa melalui perantara. Tidak dapat dipungkiri bahwa adanya sumbangsih shalat terhadap diri seorang muslim, dari gerakan shalatnya dapat diperoleh manfaat kesehatan seperti olah raga fisik yang diperlukan untuk kesehatan tubuh dan memeliharanya dari penyakit.¹

Shalat juga memiliki pengaruh besar dan efektif dalam pemulihan manusia dari duka cita dan kegelisahan. Sikap berdiri pada waktu shalat dalam keadaan khusus, berserah diri dengan mengosongkan diri dari kesibukan dan permasalahan hidup dapat menimbulkan perasaan tenang, damai dalam jiwa manusia serta dapat mengatasi rasa gelisah dan ketegangan yang ditimbulkan oleh tekanan-tekanan jiwa dan masalah kehidupan. Spiritual dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengenal dan memecahkan masalah-masalah yang terkait dengan makna dan nilai, serta dapat menempatkan berbagai kegiatan dalam kehidupan, juga dapat menilai bahwa salah satu kegiatan kehidupan tertentu lebih bermakna dari yang lainnya. Orang yang cerdas secara spiritual tidak memecahkan persoalan hidup hanya secara rasional atau emosional saja. Ia menghubungkan dengan makna kehidupan secara spiritual. Ia merujuk pada warisan spiritual seperti kitab suci atau wejangan pemuka agama untuk memberikan penafsiran pada situasi yang dihadapinya.

Ketika zaman berubah dengan cepat, salah satu kelompok yang rentan untuk ikut terbawa arus adalah anak-anak yang menuju fase remaja. Tak lain karena mereka memiliki karakteristik tersendiri yang unik: labil, sedang pada taraf mencari identitas, mengalami masa transisi dari remaja menuju status dewasa, dan sebagainya. Banyak perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja, seperti tawuran, pergaulan bebas, perselisihan antar geng, pemerasan uang jajan, dan pelanggaran pelanggaran aturan yang lainnya, pada hakekatnya semua itu tak lepas dari berbagai perkembangan remaja secara fisik, psikis, sosial, maupun agamanya. Tak jauh beda dengan hal tersebut, dalam

¹Hilmi Al-Khuli, *Menyingkap Rahasia Gerakan Gerakan Shalat* (Jogjakarta: Diva Press, 2007), h. 98

segi agama pun banyak ditemukan orang-orang yang secara kognitif menguasai berbagai disiplin agama, namun secara psikologis mereka masih melanggar tatanan nilai dan norma agamanya. Selain itu tidak sedikit ditemukan seseorang dengan kapasitas intelegensi memadai, namun belum mampu meraih kesuksesan baik lahir maupun batin. Dengan demikian pentingnya pendidikan agama sejak dini.

Perkembangan remaja lebih mudah untuk digoyahkan dengan perkembangan zaman, karena mereka lebih sering bergaul dengan sesama remaja bahkan dengan orang dewasa. Dengan semakin seringnya mereka bergaul dengan sesama remaja dan dewasa maka pemikirannya akan menjurus pada jiwanya. Mereka akan gelisah dan semakin resah untuk mencari jati dirinya. Apabila perkembangan jiwa remaja yang bergejola itu tidak disertai dengan bekal agama yang ada pada dirinya maka akibatnya akan berbahaya.

Peran agama dalam perkembangan jiwa pada remaja ini penting maka harus disertai dengan perkembangan agama yang cukup, supaya emosi yang ada dalam dirinya dapat terkendali dan terkontrol oleh aturan-aturan yang mengikat dirinya. Semakin dekat orang pada Allah dan makin banyak ibadahnya, maka ia akan mampu menghadapi kekecewaan dan kesukaran dalam hidupnya. Dan sebaliknya, semakin jauh orang itu dari agama akan semakin susah baginya untuk mencari ketentraman batin.²

Salah satu usaha untuk memperdalam jiwa keagamaan yaitu dengan melaksanakan shalat. Sebab hanya dengan ingat kepada Allah hati menjadi tenteram, sebagaimana firman Allah dalam Q.S. Ar Ra'd ayat 28, yaitu:

﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ ٢٨ (الرعد/١٣: ٢٨)

Artinya: '(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram'. (Ar-Ra'd/13:28).³

Kegiatan ibadah khususnya di lembaga pendidikan Islam merupakan salah satu bentuk pendidikan dan sarana manifestasi peserta didik atas berbagai ilmu pengetahuan keagamaan yang telah diperoleh dalam rangka memenuhi tujuan Tuhan menciptakan manusia di dunia ini dan sebagai perwujudan rasa syukur atas kenikmatan ilmu pengetahuan itu sendiri.

Segala bentuk kenikmatan ilmu pengetahuan, akal, dan kemauan, serta segala keberadaan ini (yang ada di dunia) ditundukkan demi kepentingan manusia. Dengan demikian, jelaslah bahwa peribadatan itu menjadi hak milik Allah yang harus dilaksanakan oleh setiap makhluk.⁴

Di dalam ibadah sebenarnya terdapat konsentrasi untuk meluruskan tujuan, salah satu contohnya adalah mendirikan shalat Dhuha sebagai perwujudan rasa syukur dan memudahkan jalan rezeki. Melaksanakan shalat Dhuha merupakan salah satu upaya mewujudkan rasa syukur kepada Allah SWT. Hal ini mengingatkan manusia kebanyakan lupa menghadap atau berkonsultasi terlebih dahulu dengan Allah pada pagi hari sebelum memulai aktivitas. Shalat Dhuha dapat memacu diri untuk mengontrol jiwa agar selalu dekat dengan Allah karena Allah sangat dekat kepada para hamba-Nya yang

²Zakiah Darajat, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 2002), h. 79

³Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya*, (Bandung: Dipenogoro, 2008), h. 252

⁴Yusuf Qardhawi, *Konsep Ibadah Dalam Islam*, (Surabaya: Central Media, 1991), h. 89

mau mendekat. Mengerjakan shalat Dhuha masuk dalam kategori orang yang mensyukuri segala nikmat. Maka apabila selalu melakukannya, Allah akan melimpahkan segala karunia kepada hamba-Nya yang senantiasa mengerjakannya.

Lebih dari itu ternyata shalat Dhuha merupakan salah satu alternatif ibadah yang dapat meningkatkan kecerdasan. Sejatinnya, Shalat Dhuha memang sangat mempengaruhi perkembangan kecerdasan seseorang. Utamanya kecerdasan fisikal, emosional spiritual, dan intelektual. Hal ini mengingat waktu pelaksanaannya pada awal atau di tengah aktifitas manusia mencari kebahagiaan hidup duniawi.⁵

Hasil peninjauan awal di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin telah ditemukan salah satu kegiatan yang cukup unik, yaitu kegiatan Shalat Dhuha berjamaah setiap hari Senin sampai dengan hari Jum'at pada jam istirahat bertempat di Mushalla sekolah. Pelaksanaan kegiatan tersebut disesuaikan dengan jadwal pelajaran sehingga tidak mengganggu proses pembelajaran di kelas.

Hal ini menjadi unik dan layak diteliti karena kegiatan tersebut telah ditetapkan sebagai salah satu kegiatan yang harus dilakukan oleh siswa di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin. Kegiatan tersebut merupakan keunikan tersendiri ketika terdapat sebuah Sekolah Dasar yang ternyata telah mampu menanamkan nilai-nilai edukatif kepada semua siswa dengan melalui kegiatan keagamaan sejak dini. Pendidikan ibadah menjadi salah satu orientasi Sekolah Dasar ini dalam meningkatkan pengalaman agama Islam sesuai dengan ciri khas sekolah berbasis Islam. Kegiatan monumental seperti shalat dhuha berjamaah ini berbeda dengan kegiatan keagamaan di Sekolah Dasar pada umumnya, karena belum tentu kegiatan seperti ini diadakan di setiap Sekolah Dasar, mengingat pelaksanaannya yang rutin dan konsisten pada setiap hari masuk sekolah.

B. Kerangka Teori

1. Pengertian Shalat

Shalat berasal dari bahasa Arab, yang artinya do'a. Sedangkan menurut istilah yaitu, ibadah yang tersusun dari beberapa perkataan dan beberapa perbuatan yang dimulai dengan takbir dan disudahi dengan salam dan memenuhi syarat yang sudah ditentukan.⁶ Maka shalat adalah tangga bagi orang-orang beriman dan tempat untuk berkomunikasi kepada Allah, tiada perantara dalam shalat antara hambanya yang mukmin dengan Tuhannya. Dengan Shalat akan tampak bekas kecintaan seorang hamba dengan Tuhannya karena tidak ada yang lebih menyenangkan bagi orang (mukmin) yang mencintai melainkan berkhawatir kepada zat yang dicintainya, untuk mendapatkan apa yang dimintanya.⁷

Menurut A. Hasan, Bigh, Muhammad Bin Qasim Asy-Syafi, dan Rasjid shalat menurut bahasa Arab berarti berdo'a. ditambah menurut Ash Siddieqy bahwa perkataan shalat dalam bahasa arab berarti do'a memohon kebajikan dan pujian.⁸ Sedang secara hakikat mengandung pengertian 'berharap hati (jiwa) kepada Allah

⁵Khalilurrahman, *Berkah Shalat Dhuha*, h. 160

⁶H Sulaiman Rasyid, *Fiqih Islam*, (Bandung: CV Sinar Baru, 1980), h. 64

⁷Al Muqaddam Ahmad Ismail, *Mengapa Harus Shalat*, (Jakarta: Amzah, 2007), h. 30-31

⁸Teungku Muhammad Hasbi Ash Shiddieqy, *Pedoman Shalat*, (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2001),

dan mendatangkan takut kepada-Nya, serta menumbuhkan rasa keagungan, kebesaran-Nya dan kesempurnaan kekuasaan-Nya'.⁹

Shalat menempati kedudukan yang tidak dapat ditandingi oleh ibadah atau amalan apapun. Tidak ada perintah ibadah lain yang lebih ditonjolkan oleh Al-Qur'an melebihi perintah shalat. Dalam Al Qur'an juga dijelaskan tentang kewajiban dalam menjalankan perintah shalat, disamping itu adapula keterangan-keterangan yang menjelaskan hikmah shalat, yakni antara lain dapat mencegah perbuatan keji dan munkar. Berikut ini adalah dalil Al-Qur'an yang menunjukkan adanya kewajiban shalat, terdapat dalam Q. S. Al Baqarah ayat 43:

﴿وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَارْكَعُوا مَعَ الرَّاكِعِينَ ٤٣﴾ (البقرة/٤٣)

Artinya: 'Tegakkanlah shalat, tunaikanlah zakat, dan rukuklah beserta orang-orang yang rukuk'. (Al-Baqarah/2:43).¹⁰

Shalat dalam Islam terdapat 2 macam, yakni shalat wajib dan shalat sunnah. Shalat wajib diantaranya shalat 5 waktu, shubuh, dzuhur, ashar, maghrib, dan isya'. Adapun shalat sunnah diantaranya shalat rawatib, shalat tarawih, shalat hajat, dan tentunya juga shalat dhuha.¹¹

2. Pengertian Shalat Dhuha

Dhuha ialah Shalat sunah dua rakaat atau lebih. Shalat ini dikerjakan ketika waktu Dhuha, yaitu waktu matahari naik setinggi tombak kira-kira pukul 8 atau pukul 9 sampai tergelincir matahari.⁶ Namun lebih utama bila dikerjakan setelah matahari terbit. Shalat Dhuha jumlah rakaatnya minimal 2 maksimal 12.

Shalat dhuha menurut Syafi'i Abdullah adalah shalat sunnah yang dilakukan saat matahari sudah naik kira-kira sepenggalah, atau kira-kira 7 hasta dan berakhir disaat matahari lingsir, akan tetapi disunnahkannya melaksanakan diwaktu yang agak akhir yaitu disaat matahari agak tinggi dan panas agak terik. Sebagaimana Zaid bin Arqam melihat sekelompok orang melaksanakan shalat Dhuha, lantas ia mengatakan, 'Mereka mungkin tidak mengetahui bahwa selain waktu yang mereka kerjakan saat ini, ada yang lebih utama'. Rasulullah shallallahu'alaihi wa sallam bersabda, '(Waktu terbaik) shalat awwabin (shalat Dhuha) yaitu ketika anak unta merasakan terik matahari. (HR. Muslim).¹²

Shalat sunnah dhuha merupakan shalat sunnah dengan banyak sekali keistimewaan. Pada umumnya melakukan shalat dhuha sebagai jalan untuk memohon ampunan dari Allah SWT. Sebagaimana sabda Rasulullah Saw. Telah menceritakan kepada kami (Abu Bakr bin Abu Syaibah) berkata, telah menceritakan kepada kami Waki' dari An Nuhas bin Qahm dari Syaddad bin Abu Ammar dari Abu Hurairah ia berkata, "Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: Barangsiapa yang membiasakan (menjaga) shalat dhuha, dosanya akan diampuni meskipun sebanyak buih di lautan". (HR At-Tirmidzi dan Ibnu Majah).¹³

⁹Sentot Haryanto, *Psikologi Shalat*, (Jogjakarta: Pustaka Pelajar, 2002). h. 59

¹⁰Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemah*, (Bandung: CV Penerbit Diponegoro, 2000), h. 7

¹¹H Sulaiman Rasyid, *Fiqih Islam*,..., h. 147

¹²Imam An-Nawawi, *Syarah shahih muslim jilid 3*, (Jakarta: Darus Sunnah, 2014), no. 748

¹³Syaikh Mu'min al-Haddad, *Jama'ah Mabruro*, (Jakarta: Wawasan Pengetahuan, 1998), h. 24

Shalat dhuha merupakan Shalat sunnah yang dianjurkan oleh Nabi, bagi siapa umatnya yang mengamalkan shalat sunnah Dhuha dua raka'at pada pagi hari maka orang tersebut akan dicukupkan sampai sore, seperti hadits Nabi Saw. Diperintahkan kepadaku oleh kekasihku SAW, untuk berpuasa tiga hari pada tiap-tiap bulan, mengerjakan dua raka'at sunnah Dhuha dan supaya saya berwitir sebelum tidur. (HR.Bukhari Muslim)¹⁴

Shalat dhuha disebut pula dengan shalat *amwabin*, artinya ialah kembali kepada Allah swt. pada masa-masa lalai. Kedua waktu untuk shalat dhuha dan shalat antara maghrib dan isya' termasuk waktu yang kebanyakan manusia melalaikannya. Waktu pertama ialah, karena manusia terlalu sibuk mencari kebutuhan hidup dan keuntungan dunia. Sedang yang kedua ialah karena kesibukan manusia untuk kembali ke rumah masing-masing dan untuk memenuhi selera mereka. Karena itu, barangsiapa kembali kepada Allah dan menyediakan diri untuk beribadah dan melakukan ketaatan kepada-Nya pada waktu-waktu tersebut, niscaya ia akan memperoleh kedudukan yang tinggi di sisi-Nya. Allah SWT., berfirman dalam Al-Qur'an surah Adh-Dhuha ayat 1-3, yaitu:

﴿ وَالضُّحَىٰ ۝ ۱ وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ۝ ۲ مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ ۝ ۳ ﴾ (الضحى/ ۹۳: ۱-۳)

Artinya: “Demi waktu duha dan demi waktu malam apabila telah sunyi, Tuhanmu (Nabi Muhammad) tidak meninggalkan dan tidak (pula) membencimu”. (Ad-Duha/93:1-3).¹⁵

Pembahasan shalat dhuha yang ditulis oleh Lutfil Kirom Az Zumaro dalam bukunya Mukjizat Dunia dan Akhirat dari Shalat Sunnah menjelaskan tentang pengertian shalat sunnah dhuha disebut shalat dhuha karena dikerjakan pada waktu dhuha (pagi hari). Karena itu shalat ini juga termasuk shalat sunnah yang pelaksanaannya tergantung pada waktu, jadi tidak bisa dilakukan pada waktu siang, sore atau malam hari. Hukum melaksanakan shalat ini sangat dianjurkan dibawah derajat shalat wajib (sunnah muakkad).¹⁶

Setelah mengetahui pengertian shalat dhuha beserta beberapa keistimewaannya, maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan shalat dhuha adalah shalat sunnah yang dikerjakan pada pagi hari ketika matahari sudah naik, kurang lebih tingginya sekitar tujuh hasta atau pukul 07.00 sampai waktu menjelang dzuhur, dengan jumlah rakaat shalat dhuha ialah 2-12 rakaat. Dan yang paling afdhalnya adalah 8 rakaat.

3. Hukum Shalat Dhuha

Pendapat Ibnu Qoyyim yang dikemukakan oleh Ash Shan'ani dalam Subulus Salam tentang Hukum Shalat dhuha, yang telah mengumpulkan beberapa pendapat ulama, hingga pada kesimpulan bahwa mengenai hukum mengerjakan shalat dhuha, ada enam:

- a. Sunnah Muakkadah
- b. Tidak disyariatkan kecuali karena sebab
- c. Hukum aslinya tidak disunnahkan

¹⁴H Sulaiman Rasyid, *Fiqih Islam*,..., h. 147

¹⁵Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemahnya*,..., h. 478

¹⁶Lutfil Kirom Az-Zumaro, *Mukjizat Dunia dan Akhirat dari Shalat-Shalat Sunnah*, (Jogjakarta: Sabil, 2012), h. 113

- d. Dikerjakan sesekali waktu dan meninggalkannya sesekali waktu serta tidak melakukannya secara terus-menerus
- e. Disunnahkan mengerjakannya terus-menerus di rumah
- f. Bid'ah

Pendapat yang paling shahih dan diambil dari jumhur (mayoritas) ulama adalah sunnah muakkadah dengan disertai dalil dan hujjah. Hal ini sependapat dengan Ibnu Ad Daqiq Al Iid.¹⁷

4. Manfaat Shalat Dhuha

Banyak sekali manfaat yang bisa dirasakan ketika kita senantiasa melakukan Shalat Dhuha diantaranya manfaat dari shalat dhuha ialah:

a. Untuk kesehatan Jasmani

Salah satu upaya menjaga tubuh agar tetap bugar dan sehat adalah dengan membiasakan Shalat Dhuha. Hal ini bisa dilihat dari beberapa alasan:

- 1) Waktu pelaksanaan Shalat Dhuha yang kondusif untuk kesehatan. Shalat dhuha dikerjakan ketika matahari mulai menampakkan sinarnya, sinar matahari pagi amat baik untuk kesehatan, apalagi dikondusifkan dengan udara yang masih segar.
- 2) Manfaat wudhu Sebelum Shalat Dhuha. Syariat berwudhu sebelum Shalat sangat bermanfaat bagi kesehatan jasmani dan rohani, karena wudhu menimbulkan kita agar selalu bersih,¹⁸ perintah wudhu jelas dalam firman Allah SWT. Al-Maidah yang Artinya “Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan shalat, Maka basuhlah mukamu dan tanganmu sampai dengan siku, dan sapulah kepalamu dan (basuh) kakimu sampai dengan kedua mata kaki, dan jika kamu junub Maka mandilah, dan jika kamu sakit atau dalam perjalanan atau kembali dari tempat buang air (kakus) atau menyentuh perempuan, lalu kamu tidak memperoleh air, Maka bertayammumlah dengan tanah yang baik (bersih); sapulah mukamu dan tanganmu dengan tanah itu. Allah tidak hendak menyulitkan kamu, tetapi Dia hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya bagimu, supaya kamu bersyukur”.¹⁹
- 3) Mukjizat gerakan Shalat untuk kesehatan. Ali Saboe, seorang profesor medis, menjelaskan bila ditinjau dari segi kesehatan, setiap gerakan, sikap, serta setiap perubahan dalam gerak tubuh seseorang. Vanshreber mengatakan, gerakan shalat menurut agama Islam adalah suatu cara untuk memperoleh kesehatan dalam arti yang seluas luasnya dan dapat dibuktikan secara ilmiah.

¹⁷Muhammad Abu Ayyas, *Keajaiban Shalat Dhuha*, (Jakarta: Qultum Media, 2007), h. 32-33

¹⁸Kholilurrahman EL-Mahfani, *Bertambah Kaya Dan Berkah Dengan Shalat Dhuha*, (Jakarta: wahyu Qalbu, 2015), h.112 -120

¹⁹Departemen Agama RI, *Al-Qur'anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*,..., h. 108

- b. Selalu optimis dan jauh dari rasa takut serta keluh kesah.²⁰

Pada dasarnya watak dan tabiat manusia tergambar dalam firman Allah SWT: Al-Ma'arij: 19-23 yang artinya “Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir, Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, Dan apabila ia mendapat kebaikan ia Amat kikir, Kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat, Yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya”.²¹

Pada surah dan ayat tersebut, Allah menyatakan bahwa dia mengecualikan orang-orang yang shalat dari orang yang berkeluh-kesah sangat rakus dan sedikit kesabaran. Ini menunjukkan bahwa Shalat dhuha mengajarkan kita untuk tidak terjebak dan tidak hanya memberi perhatian kepada dunia saja, karena dengan Shalat Dhuha kita telah menggunakan waktu dengan baik dan proporsional.

- c. Hidup penuh dengan kebahagiaan dan ketenangan

Shalat pada umumnya, termasuk Shalat Dhuha, merupakan pelipur jiwa. Allah Swt. Berfirman dalam Q. S. Taha/20:13-14, yaitu:

﴿وَأَنَا اخْتَرْتُكَ فَاسْتَمِعْ لِمَا يُوحَىٰ ۚ ١٣ إِنَّنِي أَنَا اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي ۚ ١٤﴾ (طه/٢٠: ١٣-١٤)

Artinya: Aku telah memilihmu, maka dengarkanlah apa yang akan diwahyukan (kepadamu). Sesungguhnya Aku adalah Allah, tidak ada tuhan selain Aku. Maka, sembahlah Aku dan tegakkanlah salat untuk mengingat-Ku. (Taha/20:13-14).²²

Ayat ini kemudian diperjelas dengan ayat lain, yang artinya, “dan bukankah dengan mengingat-ku, hati menjadi tenteram?” (QS ar-Ra’d [13]: 28).²³

Diriwayatkan, bahwa setiap kali Rasulullah Saw mengalami kesedihan atau kegundahan, beliau akan memerintahkan kepada bilal, “senangkan kami, wahai bilal.” Maksud beliau, hendaknya Bilal mengumandangkan iqomah agar Rasulullah Saw dan para sahabatnya dapat melakukan shalat setelah itu. Pada kesempatan lain, beliau menyatakan, “dijadikan bagiku shalat sebagai penyejuk jiwaku”.

Shalat Dhuha yang mendatangkan kebahagiaan bagi pelakunya ini dampak lanjutnya juga dapat melahirkan kreativitas yang sangat berguna dan membantu aktivitas atau pekerjaan kita. Psikologi mutakhir, yang biasa disebut sebagai psikologi positif, telah menunjukkan besarnya pengaruh kebahagiaan/ketenangan terhadap kreativitas. Mihaly Csikszentmihalyi, seorang ahli psikologi, memperkenalkan suatu keadaan dalam diri manusia yang disebutnya sebagai “flow”.

²⁰Iqro“ al-Firdaus, *Dhuha itu Ajib (bukti bukti dhuhamu berbuah dalam kehidupan sehari-hari)*, (Jogjakarta: Diva press, 2014) h. 66

²¹Iqro“ al-Firdaus, *Dhuha itu Ajib (bukti bukti dhuhamu berbuah dalam kehidupan sehari-hari)*,..., h. 53-55

²²Mohamad Taufiq dkk, *Aplikasi “Qur’an in Microsoft Word”*, Indonesia Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama: Lajnah Pentashihan Mushaf Alquran (LPMQ), 2005

²³Departemen Agama RI, *Al-Qur’anul Karim Mushaf Terjemah Al-Rasyid*, h. 249

Flow adalah sumber kebahagiaan, ia sekaligus adalah sumber kreativitas. Dan Shalat Dhuha yang khushyuk dapat menghasilkan kondisi *flow* dalam diri pelakunya.

Selain itu, Shalat Dhuha juga bisa membuat kita sehat. Bukankah dengan tubuh yang sehat kita dapat bahagia dan tenang?. Berdasarkan penemuan-penemuan mutakhir yang menyatakan bahwa kesehatan tubuh dan penyakit sebenarnya berasal dari jiwa, dan bahwa banyak penyakit tubuh sesungguhnya dapat disembuhkan melalui ketenangan jiwa. Karenanya Shalat Dhuha dapat dijadikan sebagai sarana kesehatan tubuh juga. Dan sehubungan dengan ini, telah banyak dilakukan penelitian untuk melihat manfaat mengerjakan Shalat Dhuha yang istiqomah bagi kesehatan tubuh.²⁴

Dapat disimpulkan, dari berbagai manfaat Shalat Dhuha disamping fungsi utamanya sebagai sarana beribadah kepada Allah, juga memiliki fadhilah terkait kebahagiaan dan ketenteraman hidup. Disini Shalat Dhuha berfungsi sebagai motivasi untuk meningkatkan kualitas hidup kita sehari-hari. Sebab, dengan kondisi hidup yang tenang dan bahagia, kita bisa semangat dalam menjalani hidup ini.²⁵

C. Metode Penelitian

Analisis data dengan menggunakan metode kualitatif, yaitu dengan menggambarkan kejadian yang sesungguhnya dalam bentuk kalimat uraian. Sedangkan untuk pengambilan kesimpulan menggunakan metode induktif, yaitu pengambilan kesimpulan dari yang bersifat khusus kepada kesimpulan yang bersifat umum. subjek dalam artikel ini siswa di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin dan satu orang guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam yang mengajar di sekolah tersebut. Adapun jumlah siswa yang menjadi subjek dalam penulisan ini hanya diambil dari siswa kelas IV yang berjumlah 15 orang dan siswa kelas V yang berjumlah sebanyak 13 orang. Adapun siswa kelas I, II dan III tidak menjadi informan karena mereka ini dianggap belum mampu memberikan data-data yang valid. Sedangkan siswa kelas VI tidak dijadikan informan karena akan menghadapi ujian akhir sekolah. Ada beberapa teknik yang penulis pergunakan dalam rangka pengumpulan data-data tersebut yaitu Observasi, Wawancara, Dokumenter.

D. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Perencanaan Guru dalam Melaksanakan Shalat dhuha

Perencanaan adalah penyusunan materi pengajaran, penggunaan media pengajaran, penggunaan pendekatan dan metode pengajaran, dan penilaian dalam suatu alokasi waktu yang akan dilaksanakan pada masa tertentu untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Berdasarkan uraian di atas, perencanaan guru dalam pelaksanaan shalat dhuha pada siswa sudah berjalan

²⁴Haidar Bagir, *Buat Apa Shalat? Kecuali anda Hendak Mendapatkan Kebahagiaan dan Pencerahan Hidup*, (Bandung:Mizania dan Pustaka IIMan, 2007), h.7-10

²⁵Haidar Bagir, *Buat Apa Shalat? Kecuali anda Hendak Mendapatkan Kebahagiaan dan Pencerahan Hidup*,..., h. 59

dengan baik. Hal tersebut ditertera pada saat peneliti mewawancarai guru kelas V yang bertugas juga dalam merencanakan kegiatan pembiasaan shalat dhuha ini pada siswa. Dalam merencanakan shalat dhuha ini guru menetapkan tujuan yang ingin dicapai, menyiapkan sarana dan prasarana yang digunakan dalam pembiasaan seperti adanya tempat ibadah untuk siswa dan alat ibadah serta media yang mendukung penjelasan guru dalam menyampaikan tujuan melaksanakan shalat dhuha, lembar penilaian untuk siswa, waktu serta guru pendamping dalam melaksanakan shalat dhuha.

Dapat disimpulkan bahwa perencanaan yang dilakukan guru sudah sesuai dengan paparan yang telah dikemukakan oleh beberapa pendapat. Perencanaan yang dilakukan guru sudah dikategorikan baik karena sudah direncanakan secara sistematis dan telah melewati urutan: Penyusunan materi pelaksanaan, penggunaan media, penggunaan pendekatan dan metode pelaksanaan, dan penilaian dalam suatu alokasi waktu yang akan dilaksanakan pada masa tertentu untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan.

2. Langkah-Langkah Pelaksanaan Shalat Dhuha

Ada beberapa yang hal yang sama dilakukan dalam melaksanakan shalat dhuha yaitu sebagai berikut:

- a. Niat Berdiri tegak menghadap kiblat sambil berniat untuk melaksanakan shalat dhuha.
- b. Takbiratul Ihram Allaahu Akbar “Allah Maha Besar.”
- c. Kedua tangan disedekapkan, lalu membaca doa iftitah
- d. Membaca surah al-faatihah
- e. Membaca surah pendek
- f. Ruku
- g. I’tidal
- h. Sujud dan membaca: *Subhaana rabbiyal a’la wa bihamdih* (3 kali)
- i. Duduk diantara dua sujud dan membaca: *Rabbighfirlii warhamnii wajburnii warfa’nii warzuqnii wabdinii wa ‘aafinii wa’fu ‘anni.*
- j. Berdiri membaca al-faatihah.
- k. Membaca surah pendek
- l. Ruku
- m. I’tidal
- n. Sujud Setelah I’tidal, lanjutkan dengan sujud. Lalu, membaca kalimat tasbih berikut: *Subhaana rabbiyal a’la wa bihamdih* (3 kali)
- o. Duduk di antara dua sujud sambil membaca: *Rabbighfirlii warhamnii wajburnii warfa’nii warzuqnii wabdinii wa ‘aafinii wa’fu ‘anni.*
- p. Sujud kedua sambil membaca: *Subhaana rabbiyal a’la wa bihamdih* (3 kali).
- q. Duduk tasyahud/tahiyat akhir
- r. Salam: *Assalamu’alaikum wa rahmatullah.* Kemudian, menoleh ke kiri sambil membaca: *Assalamu’alaikum wa rahmatullah.*

Pada saat wawancara dengan guru kelas V, sudah dikatakan bahwa siswa yang tidak melaksanakan shalat dhuha ini diberikan nasihat terlebih dahulu dan

jika tidak melaksanakan berkali-kali maka siswa akan diberikan konsekuensi seperti teguran dan membicarakannya kepada orang tua.

3. Faktor Pendukung Pelaksanaan Shalat Dhuha

Kelebihan dari metode pembiasaan ini dapat dijadikan sebagai pendukung dalam pelaksanaan shalat dhuha pada siswa. Hal ini dikarenakan pada poin pertama yang mengatakan bahwa pembentukan suatu kebiasaan seperti shalat dhuha ini dapat menambah kecepatan dan ketepatan siswa dalam melakukan gerakan dan bacaan. Sedangkan poin kedua dan ketiga mengatakan bahwa siswa diharuskan agar dibiasakan melaksanakan sesuatu yang baik terlebih dahulu dan jangan sampai kebiasaan buruk mendahului, gerakan dalam shalat dhuha ini menjadi otomatis dilakukan siswa tanpa harus diajari kembali serta poin keempat yang mengatakan bahwa perubahan siswa bukan hanya terlihat dalam bentuk fisik namun dalam bentuk bathin juga diharapkan menjadi lebih baik dari sebelumnya.

4. Faktor Penghambat Pelaksanaan Shalat dhuha

Hasil wawancara dan observasi dapat dipaparkan bahwa faktor penghambat dalam pelaksanaan shalat dhuha ini adalah keterlambatan siswa datang ke sekolah akibat dari kesiangan, tidak mau masuk mushalla dikarenakan tidak ada temannya serta ada siswa yang mengatakan bahwa ia mengalami sakit atau demam sehingga lebih memilih untuk masuk ke kelas sehingga membuat siswa enggan untuk melaksanakan shalat dhuha. Hal ini menjadi faktor yang menghambat pembiasaan sehingga membuat siswa yang seharusnya bisa membaca dan menggerakkan anggota tubuhnya sesuai gerakan shalat menjadi tidak bisa atau enggan melaksanakannya.

Demikian dapat disimpulkan bahwa faktor yang menghambat pelaksanaan shalat dhuha ini sama dengan yang tertera pada paparan di atas. Hal ini dikarenakan faktor yang paling dominan terjadi dan dikatakan pada saat wawancara itu adalah faktor dari luar yaitu dari pihak keluarga. Dari faktor keluarga ini, siswa merasakan perbedaan antara perlakuan di rumah dan di sekolah. Siswa memilih untuk merasakan suasana di rumah yang tidak memaksa untuk melaksanakan shalat dan orang tua juga tidak konsisten dalam membantu pihak sekolah seperti guru piket shalat dhuha.

5. Solusi dalam Mengatasi Faktor Penghambat Pelaksanaan Shalat Dhuha

Shalat dhuha ini dilaksanakan bersama-sama dengan suara keras dan secara tidak langsung dapat membiasakan siswa untuk menjaga hubungan baik sesama teman, tidak saling mengganggu serta menjadikan siswa cepat hafal bacaan-bacaan shalat dengan baik dan benar. Penggunaan media dalam pembiasaan shalat dhuha ini sangat baik dilakukan agar siswa memahami tata cara shalat, tersedianya sarana dan prasarana seperti adanya mushalla serta waktu bahkan guru pembimbing dalam pembiasaan shalat dhuha ini sangat diperlukan. Dalam observasi yang dilakukan, guru sudah mencoba semaksimal mungkin dalam memberikan solusi jika siswa yang tidak mau melaksanakan shalat dhuha akan

diberikan hukuman berupa nasihat dan teguran serta membicarakannya kepada orang tua siswa agar membantu membiasakan siswa agar bisa terbiasa melaksanakan shalat dhuha. Dengan demikian, solusi dalam mengatasi faktor penghambat pelaksanaan shalat dhuha ini adalah guru dapat membantu siswa memahami dan membimbing siswa dalam membiasakan diri untuk melaksanakan shalat dhuha tanpa ada paksaan yang bisa saja dari pihak orang tua maupun dari pihak sekolah.

E. Kesimpulan

Kesimpulan. Pelaksanaan shalat dhuha di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah Program shalat dhuha ini dilaksanakan setiap hari dari Senin Jum'at pada jam 07.30-08.00 WITA di mushalla sekolah. Adapun pelaksanaan shalat dhuha dilakukan secara berjamaah dengan guru sebanyak 4 rakaat yang sudah berjalan selama belasan tahun yang dibimbing oleh semua guru secara bergantian. Sementara itu selalu ada arahan serta dorongan dari semua guru untuk mengajak murid agar ke mushalla sebelum kegiatan belajar-mengajar dilakukan untuk melaksanakan shalat dhuha sebagai wujud pembiasaan shalat sunnah sejak dini.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pelaksanaan shalat dhuha di Sekolah Dasar Islam Rahmatillah Kecamatan Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin adalah tidak tersedianya poster bacaan tata cara shalat, keterlambatan murid datang ke sekolah dan tingkat partisipasi murid yang bisa dibilang kurang.

Adapun faktor penunjang kelancaran dalam pelaksanaan shalat dhuha adalah dilatarbelakangi oleh pendidikan dan pengalaman guru pendamping shalat dhuha yang kompeten, didukung dengan sarana dan fasilitas serta lingkungan yang cukup memadai.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Muqaddam, Ahmad Ismail, 2007. *Mengapa Harus Shalat*, Jakarta: Amzah.
- al-Firdaus, Iqro', 2014. *Dhuha itu Ajib (bukti bukti dhuhamu berbuah dalam kehidupan sehari-hari)*, Jogjakarta: Diva press.
- al-Haddad, Syaikh Mu'min, 1998. *Jama'ah Mabruro*, Jakarta: Wawasan Pengetahuan.
- Al-Khuli, Hilmi, 2007. *Menyingkap Rahasia Gerakan Gerakan Shalat*, Jogjakarta: Diva Press.
- An-Nawawi, Imam, 2014. *Syarah shahih muslim jilid 3*, Jakarta: Darus Sunnah.
- Ash Shiddieqy, Teungku Muhammad Hasbi, 2001. *Pedoman Shalat*, Semarang: Pustaka Rizki Putra.
- Ayyas, Muhammad Abu, 2007. *Keajaiban Shalat Dhuha*, Jakarta: Qultum Media.
- Az-Zumaro, Lutfil Kirom, 2012. *Mukjizat Dunia dan Akhirat dari Shalat-Shalat Sunnah*, Jogjakarta: Sabil.
- Bagir, Haidar, 2007. *Buat Apa Shalat? Kecuali anda Hendak Mendapatkan Kebahagiaan dan Pencerahan Hidup*, Bandung: Mizania dan Pustaka IIMan.
- Darajat, Zakiah, 2002. *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, Jakarta: Gunung Agung.
- Departemen Agama RI, 2000. *Al Qur'an dan Terjemah*, Bandung: CV Penerbit Diponegoro.
- EL-Mahfani, Kholilurrahman, 2015. *Bertambah Kaya Dan Berkah Dengan Shalat Dhuha*, Jakarta: wahyu Qalbu.
- Haryanto, Sentot, 2002. *Psikologi Shalat*, Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Qardhawi, Yusuf, 1991. *Konsep Ibadah Dalam Islam*, Surabaya: Central Media.
- Rasyid, H. Sulaiman, 1980. *Fiqih Islam*, Bandung: CV Sinar Baru.
- Taufiq, Mohamad, dkk, 2005. *Aplikasi "Qur'an in Microsoft Word"*, Indonesia Badan Litbang dan Diklat Kementerian Agama: Lajnah Pentashihan Mushaf Alquran (LPMQ).