

PERANAN SHOLAT TAHAJJUD  
DALAM MEINGKATKAN MENTAL SISWA  
DI MA SALAFIYAH PRAMBONTERGAYAG  
SOKO - TUBAN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Strata Satu (S1) Dalam Ilmu Pendidikan Agama Islam  
Pada Sekolah Tinggi Agama Islam Sunan Giri Bojonegoro



Oleh

SITI MAISYAROH  
NIM 2008 5501 02250

SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM (STAI)  
SUNAN GIRI BOJONEGORO  
2010

**Nota** : **Persetujuan**  
**Lampiran** : **4 exemplar skripsi**

Bojonegoro, Mei 2010

Kepada  
Yth Bapak Ketua STAI  
Sunan Giri

Di –  
Bojonegoro

**Assalamualaikum Wr. Wb.**

Setelah diadakan pemeriksaan dan perbaikan seperlunya , maka saya berpendapat bahwa naskah skripsi Saudara

Nama	<b>SITI MAISYAROH</b>
NIMKO	2008 5501 02250
Tempat	Kampus STAI SunanGiri
Hari/Tanggal	Ahad, Mei 2010
Judul	<b>PERANAN SHOLAT TAHAJJUD DALAM MEINGKATKAN MENTAL SISWA DI MA SALAFIYAH PRAMBONTERGAYAG SOKO - TUBAN</b>

Telah dapat diajukan sebagai syarat menempuh ujian untuk memperoleh gelar Sarjana pendidikan Islam Strata 1 pada Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam (STAI) Sunan Giri Bojonegoro

Saya mohon agar skripsi ini dapat diterima dan mendapat pengesahan dari Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam (STAI) Sunan Giri Bojonegoro

**Wassalamualaikum Wr. Wb.**

**DOSEN PEMBIMBING**

**PEMBIMBING I**

**Dra. Hj.SRI MINARNI,M.PdI**

**PEMBIMBING II**

**Drs. H. CHAFID AFFANDI, S.PdI**

## PENGESAHAN

Skripsi ini dipertahankan didepan Dewan Penguji Skripsi  
Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam Sunan Giri Bojonegoro  
Dan diterima untuk memenuhi sebagian dari  
Syarat-syarat guna memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan Agama Islam  
Pada Tanggal 27 Juni 2010

Tim Penguji

Ketua

**Drs. H.BADARUDDIN AHMAD, M.PdI**

Sekretaris

**H. YOGI PRANA IZZA, LC, MA**

**Drs. H.H. KARNO HASAN H, MM**

**Penguji I**

**Drs. H. CHAFID AFFANDI, M.Pd**

**Penguji II**

Bojonegoro, 27 Juni 2010

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam (STAI)

Sunan Giri Bojonegoro

**Drs. H.BADARUDDIN AHMAD, M.PdI**

## MOTTO

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ ۗ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَنفَعَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴿٧٩﴾

Artinya Dan pada sebahagian malam hari bersembahyang tahajudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu, Mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang Terpuji  
( QS Al Israa' 79 )

## Persembahan

Skripsi kupersembahkan pada

- 1 Ayah dan Ibu tercinta
- 2 Suami tercinta
- 3 Anak-anaku buah hati dan penerus perjuangan
- 4 Bapak Kepala MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko Kabupaten Tuban
- 5 Bapak dan ibu guru MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko Kabupaten Tuban
- 6 Kawan-kawan seperjuangan

## KATA PENGANTAR

Puja dan puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat, taufiq dan HidayahNya

Alhamdulillah, atas ridlo-Nya Penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan sebaik-baiknya, dengan judul “ PERANAN SHOLAT TAHAJJUD DALAM MEINGKATKAN MENTAL SISWA DI MA SALAFIYAH PRAMBONTERGAYAG SOKO - TUBAN “.

Skripsi ini penulis susun untuk memenuhi tugas akhir sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Agama Islam pada Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam (STAI) Sunan Giri Bojonegoro

Selanjutnya penulis banyak menyampaikan terimakasih kepada

- 1 Bapak **Drs. H.BADARUDDIN AHMAD, M.PdI**, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam (STAI) Sunan Giri Bojonegoro, yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan dalam menyusun skripsi ini
- 2 Bapak **Dra. Hj. SRI MINARTI, M.PdI** selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan dalam menyusun skripsi ini
- 3 Bapak **Drs. H. CHAFID AFFANDI, MPdI** selaku Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan dalam menyusun skripsi ini
- 4 Bapak **AZWAR AZIZ, S.Pd** selaku Kepala MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko Kabupaten Tuban yang telah memberikan ijin dalam penelitian

- 5 Suami tercinta yang selalu memberikan motivasi setiap saat
- 6 Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kesalahan, karenanya kritik dan saran sangatlah penulis harapkan demi kesempurnaan karya tulis ini

Semoga Allah senantiasa memberikan balasan yang berlipat ganda kepada mereka yang penulis sebutkan tadi, Amien

Bojonegoro, Mei 2010

Penulis,

  
**SITI MAISYAROH**

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	1
HALAMAN PERSETUJUAN	11
HALAMAN PENGESAHAN	111
HALAMAN MOTTO	1V
HALAMAN PERSEMBAHAN	V
HALAMAN PENGANTAR	VI
DAFTAR ISI	v11
ABSTRAKSI	v111
BAB I    PENDAHULUAN	
A Latar Belakang Masalah	1
B Penegasan Judul	3
C Alasan Pemilihan Judul	4
D Permasalahan	4
E Tujuan dan signifikasi penelitian	4
G Hipotesa	5
H Metode Pembahasan	5
J Sistematika Pembahasan	7
BAB II    LANDASAN TEORI	
A Shalat Tahajjud	



1	Pengertian Shalat Tahajjud	8
2	Dasar Hukum Shalat Tahajjud	9
3	Cara Melaksanakan Shalat Tahajjud	10
4	Keutamaan Shalat Tahajjud	12
5	Manfaat Shalat Tahajjud	14
B	Konsepsi tentang Mental	
1	Pengertian Mental	20
2	Penanaman Mental Pada Anak	20
C	Peranan Shalat Tahajjud dalam Meningkatkan Mental Siswa	30
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	
A	Populasi dan Sampel	34
B	Metode dan Pengumpulan Data	34
C	Jenis dan Sumber Data	37
D	Teknik Analisa Data	38
BAB IV	LAPORAN HASIL PENELITIAN	
A	Gambaran Umum	41
B	Penyajian Data	47
C	Analisa data	51
BAB V	PENUTUP	
A	Kesimpulan	56
B	Saran-saran	57
	LAMPIRAN - LAMPIARAN	

## ABSTRAKSI

SITI MAISYAROH,  
2010

PERANAN SHOLAT TAHAJJUD DALAM  
MEINGKATKAN MENTAL SISWA DI MA  
SALAFIYAH PRAMBONTERGAYAG SOKO - TUBAN

Pembimbing

- 1 Dra Hj SRI MINARTI, M PdI
- 2 Drs H CHAFID AFFANDI, M PdI

Shalat tahajud adalah shalat sunah malam yang diperintahkan untuk dilaksanakan ketika seorang bangun dari tidurnya di tengah malam Tahajud sendiri artinya bangun dari tidur Oleh sebab itu, shalat sunnah tahajud harus dilakukan setelah seseorang terbangun dari dari tidurnya di tengah malam dan dinamai shalat tahajud karena harus dilaksanakan setelah bangun tidur di tengah malam Hukum shalat tahajud dalam berbagai referensi adalah sunnah, namun karena Rasulullah SAW senantiasa melaksanakan shalat sunah ini, dan hampir tidak pernah meninggalkannya, maka para ulama fiqh mengategorikannya sebagai sunnah mu'akad ( sangat penting)

Shalat tahajud bermanfaat pada hati yang yakin yaitu jiwa yang tunduk dalam kepasrahan dan kehendak yang total kepada Allah SWT Hati yang demikian adalah hati yang tidak terombang ambing oleh dorongan-dorongan atau motif-motif hasrat dan kehendak dari hawa nafsu Karenanya shalat tahajud mampu membentuk mental seseorang, yaitu jembatan diatas nama pikiran kita berjalan menuju tindakan, karenanya jembatan itu akan runtuh jika ia dilalui oleh benak yang sarat pikiran yang melebihi kemampuan jiwa mewadainya, dan jika yang sebaiknya terjadi, hisap seseorang akan kehilangan efesiensi dan efektivitas

Dari hasil angket tentang variable X yaitu tentang pelaksanaan shalat tahajud adalah baik , hal tersebut ditunjukkan dari rata hasil angket 39,72 Hal ini ditunjukkan dengan intepretasi hasil rata – rata (mean) berada antara 30,00 s/d 39,99 Dan hasil variable Y yaitu tentang mental siswa juga baik, yang ditunjukkan oleh hasil angket yaitu 31,08 Hal ini ditunjukkan dengan intepretasi hasil rata – rata ( mean ) berada antara 30,00 s/d 39,99 Demikian pula peranan Shalat tahajud dalam membentuk mental siswa juga memilki hubungan yang tinggi Hal ini dapat dilihat korelasi antara variable X dan Y juga tinggi yang di buktikan melalui hasil r pada taraf signifikansi , yaitu  $r = 0,893$  Sedangkan taraf signifikan menurut ketentuan tabel statistik korelasi product moment dengan respondent 25 yaitu  $1 \% = 0,505$  dan taraf signifikansi  $5 \% = 0,393$  Dengan demikian dapat terlihat bawasanya terdapat pengaruh yang tinggi antara variabel X dan variabel Y , dan dapat dikatakan bahwa shalat tahajud sangat berperan dalam pembentukan mental siswa MA Salafiyah Prambontergayang Kec Soko kab Tuban.

Dengan demikian dapat disimpulkan ada peran yang kuat antara shalat tahajud dengan pembentukan mental siswa di MA Salafiyah Prambontergayang Kec Soko kab Tuban

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah (kesucian), yang selanjutnya disebut sebagai sifat dasar. Dalam konsep Al Qur'an disebut sebagai sifat "Hanif", sehingga ia memiliki dorongan naluri ke arah kebaikan dan kebenaran (kesucian). Pusat dorongan itu terdapat dalam dirinya yang paling mendalam dan paling murni, yang dalam pandangan umum sering disebut dengan hati nurani, artinya bersifat nur atau cahaya. Karenanya jika ada orang yang berbuat jahat terhadap saudaranya sering disebut sebagai tidak memiliki hati nurani. Fitrah dan hanifiyah yang dimiliki manusia sesungguhnya merupakan kelanjutan dari perjanjian antara manusia dengan Tuhan sebelum ia dilahirkan ke dunia. Dalam perjanjian tersebut manusia telah menyatakan bahwa ia akan mengakui Tuhan Allah sebagai pelindung dalam dialog antara Tuhan dengan ruh manusia. Hal ini sebagaimana dinyatakan dalam Firman Allah Surat Al 'Araf ayat 172

وَادَّأَحَدَ رَبُّكَ مِنْ نَبِيِّ آءَادَمَ مِنْ طُهُورِهِمْ دُرِّيَّتِهِمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ  
قَالُوا نَلَى شَهِدْنَا أَبْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا عَافِيِينَ

Artinya

Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman) "Bukankah Aku Ini Tuhanmu?" mereka menjawab "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi" (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan "Sesungguhnya kami (Bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap Ini (keesaan Tuhan)"<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan terjemahnya*, CV Toha Putra, Semarang, 1989, hlm 250

Dari konsepsi Al Qur'an tersebut minimal dapat ditarik sebuah pemikiran, bahwa sesungguhnya fitrah itu minimal terbagi ke dalam lima kategori, yaitu

- 1 Fitrah Agama
- 2 Fitrah Suci
- 3 Fitrah Berahlaq
- 4 Fitrah kebenaran
- 5 Fitrah kasih sayang <sup>2</sup>

Menyadari akan kefitrahan manusia, maka lembaga pendidikan Islam memiliki konsekuensi logis untuk mengembangkan Fitrah agar tetap berada pada hanifiyah (kecenderungan pada kebenaran) Adapun upaya untuk mempertahankan kefitrahan itu, penciptaan suasana relegius haruslah senantiasa diupayakan oleh seluruh komponen sekolah, Kepala sekolah, guru, komite sekolah, tenaga non edukatif dan siswa, lebih-lebih pada madrasah yang notabene sebagai sekolah dasar berciri khas Islam

Keharusan madrasah yang demikian itu sebagaimana tertuang dalam tujuan pendidikan di Madrasah, yaitu meletakkan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, ahlak mulia, serta ketrampilan untuk hidup mandiri dan mengikuti pendidikan tindak lanjut <sup>3</sup>

Implikasi dari suasana relegius adalah meningkatnya mental siswa. Berbicara tentang meningkatkan mental siswa, hakekatnya merupakan bagian dari kehidupan relegius yang tampak dalam berbagai sisi kehidupan baik disaat

---

<sup>2</sup> Drs Muhaimin, MA, *Paradigma pendidikan Islam*, PT Remaja Rosda Karya, Bandung, 2007, hlm 282

<sup>3</sup> Kanwil Departemen Agama Propinsi JATIM, *Pedoman dan Implementasi Pengembangan KTSP*, Kasri Mapenda Kanwil Depag Jatim, Surabaya, 2007, hlm 9

melakukan perilaku ritual atau aktivitas lain yang didorong oleh kekuatan ritual tentunya merupakan tanggung jawab semua warga sekolah Adapun mengenai religiusitas minimal memiliki tiga dimensi yaitu

- 1 Dimensi keyakinan
- 2 Dimensi praktik agama
- 3 Dimensi pengalaman
- 4 Dimensi pengetahuan agama
- 5 Dimensi pengamalan

Namun demikian upaya untuk meningkatkan mental siswa tentunya tidak begitu saja terjadi dengan sendirinya melainkan memerlukan latihan dan pembiasaan Adapun penulis meyakini bahwa melalui shalat tahajjud akan dapat meningkatkan mental anak didik

Berangkat dari latar belakang tersebut penulis melakukan penelitian di madrasah dengan judul “ **Peranan Shalat Tahajjud dalam Meningkatkan Mental siswa di MA Salafiyah Parambontergayang Soko Tuban.**”

## **B. Penegasan judul**

Untuk menjaga agar tidak terjadi salah persepsi dalam memahami judul di atas, maka perlu penulis tegaskan melalui definisi operasional sebagai berikut

- <sup>1</sup> Peranan , sesuatu yang memegang pimpinan yang terutama <sup>4</sup>
- <sup>2</sup> Shalat Tahajjud yaitu sholat yang dikerjakan pada malam hari setelah tidur, dan paling afdhal pada sepertiga malam yang terakhir <sup>5</sup>
- <sup>3</sup> Mental , batin, atau keadaan batin mengenai cara berfikir dan berperasaan <sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> WJS Purwodarminto, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* , Balai Pustaka, Jakarta, 1987, hlm 730

<sup>5</sup> Sulaiman Rosyid, *Fiqh Islam* , At Thahiriyah, Jakarta, 1976, hlm 67

<sup>6</sup> WJS Purwodarminto, *Op cit*, hlm 645

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa maksud judul tersebut adalah sholat tahajjud memiliki peranan dalam meningkatkan mental siswa di MA Salafiyah Pambontergayang Soko Tuban

### **C. Alasan pemilihan judul**

Alasan penulis dalam pemilihan judul dimaksud adalah sebagai berikut

- 1 Belum teraktualisasinya nilai-nilai agama di MA Salafiyah Pambontergayang Soko Tuban yang ditandai dengan kurang berkembangnya mental siswa
- 2 Perlunya meningkatkan mental siswa melalui shalat tahajjud

### **D. Permasalahan**

Dalam rangka mendapatkan gambaran yang kongkrit dan sasaran yang tepat dalam penelitian ini, maka penulis memandang perlu adanya rumusan masalah Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

- 1 Bagaimana pelaksanaan sholat tahajjud siswa di MA Salafiyah Pambontergayang Soko Tuban ?
- 2 Bagaimana mental siswa di MA Salafiyah Pambontergayang Soko Tuban ?
- 3 Adakah peran sholat tahajjud dalam meningkatkan mental siswa di MA Salafiyah Pambontergayang Soko Tuban ?

### **E. Tujuan dan signifikasi penelitian**

- 1 Tujuan penelitian
  - a Untuk mengetahui pelaksanaan sholat tahajjud siswa MA Salafiyah Pambontergayang Soko Tuban
  - b Untuk mengetahui bagaimana mental siswa MA Salafiyah Pambontergayang Soko Tuban

- c Untuk mengetahui sejauh mana peran shalat tahajud dalam meningkatkan mental siswa MA Salafiyah Prambontergayang Soko Tuban

## 2 Signifikasi penelitian

- a Signifikasi Akademik, artinya dengan penelitian ini nantinya mampu menambah perkembangan pengetahuan keislaman, khususnya mengenai peranan shalat tahajud dalam meningkatkan mental
- b Signifikasi sosial, yaitu dengan penelitian ini dapat diketahui sejauhmana peranan shalat tahajud dalam meningkatkan mental
- c Signifikasi ritual, yaitu melatih kesalehan ritual dalam pengembangan mental

## F. Hipotesa

Hipotesa adalah sebuah taksiran atau referensi yang dirumuskan serta diterima untuk sementara yang dapat menerangkan fakta-fakta yang diamati dan di gunakan sebagai petunjuk untuk langkah penelitian berikutnya <sup>7</sup>

Adapun hipotesa dari penelitian ini dapat penulis kemukakan sebagai berikut

- 1 Hipotesis kerja ( $H_a$ ) ada peran sholat tahajjud dalam meningkatan mental siswa di MA Salafiyah Prambontergayang Soko Tuban
- 2 Hipotesis nihil ( $H_0$ ) tidak ada peran sholat tahajjud dalam meningkatan mental siswa di MA Salafiyah Prambontergayang Soko Tuban

## G Metode Pembahasan

Dalam pembahasan ini penulis menggunakan 3 ( tiga ) teknik berfikir, yaitu

---

<sup>7</sup> Prof DR Sugiyono ( 2008 ), *Metode Penelitian Kuantitatif - Kualitatif dan R & D* , Alfabeta, Bandung, hlm 64

### 1 Berfikir Deduktif

Berfikir deduktif yaitu “ menarik konklusi logis yang berhubungan dengan suatu problema dari peraturan-peraturan atau prinsip-prinsip umum (bertolak dari suatu kenyataan umum)”<sup>8</sup>

Maksudnya, apa saja yang dipandang benar pada semua peristiwa dalam suatu kelas atau jenis, berlaku juga sebagai hal yang benar pada semua peristiwa yang termasuk dalam kelas atau jenis itu

### 2 Berfikir Induktif

Berfikir induktif yaitu “ menarik konklusi dari hasil observasi atau eksperimen-eksperimen (diperoleh dengan jalan mengumpulkan pengalaman-pengalaman)”<sup>9</sup>

Maksudnya berfikir yang berangkat dari fakta-fakta yang khusus, peristiwa-peristiwa yang konkret, kemudian dari fakta-fakta atau peristiwa-peristiwa yang khusus itu ditarik generalisasi-generalisasi yang mempunyai sifat umum

### 3 Berfikir Komparatif

Berfikir komparatif yaitu “ cara berfikir dengan membandingkan keadaan atau data yang ada antara yang satu dengan yang lainnya, baik data tersebut bersifat umum maupun bersifat khusus Kemudian hasil dari data perbandingan tersebut diambil suatu kesimpulan akhir”<sup>10</sup>

---

<sup>8</sup> Drs Sutrisno Hadi , *Metodologi Research* , Andi Offset, Yogyakarta, 2001, hlm 36

<sup>9</sup> Ibid, hlm 42

<sup>10</sup> Ibid, hlm 43



## H. Sistematika pembahasan

Skripsi ini terdiri dari lima pembahasan / bab dan masing-masing memuat pokok-pokok pikiran tersendiri, namun saling terkait Kelima bab tersebut masing-masing sistematikanya adalah sebagai berikut

Bab I Pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang masalah, penegasan judul, alasan pemilihan judul, permasalahan, tujuan dan signifikansi penelitian, hipotesa dan metode pembahasan

Bab II Tinjauan pustaka yang memuat masalah pengertian shalat tahajjud, dasar hukum sholat tahajjud, cara shalat tahajjud, Keutamaan shalat tahajjud, manfaat shalat tahajjud, pengertian mental, macam-macam mental, dimensi-dimensi mental, terapi mental, dan peranan shalat tahajjud dalam meningkatkan mental siswa di MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

Bab III Metodologi penelitian yang memuat tentang populasi dan sampel, jenis dan sumber data, metode pengumpulan data dan teknik analisa data

Bab IV Laporan hasil penelitian, yang memuat tentang gambaran umum obyek penelitian, penyajian data dan analisa data

Bab V Penutup yang memuat tentang kesimpulan dan saran yang yang berhubungan dengan pembahasan, serta memuat pula daftar Kepustakaan

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Shalat Tahajjud

Sholat adalah ritual yang memiliki keunikan dan kekhasan yang tidak dimiliki oleh ibadah lainnya. Dalam sholat terdapat gerakan jasmani, berdiri, ruku', sujud, dan duduk. Namun yang lebih dari itu adalah aspek batin yang sarat dengan pelajaran bagi jiwa para pelakunya. Dalam fiqh sholat terbagi dalam dua kategori, yaitu sholat wajib yaitu sholat yang diwajibkan oleh setiap orang Islam dan tidak boleh ditinggalkan kecuali ada udzur syar'i. Dan yang kedua adalah sholat Sunat, adalah sholat yang dilakukan dalam rangka menambah dan menyempurnakan kekurangan dalam sholat fardhu.

#### 1. Pengertian Shalat Tahajjud

Shalat tahajjud adalah sholat sunah malam yang diperintahkan untuk dilaksanakan ketika seorang bangun dari tidurnya di tengah malam. Tahajjud sendiri artinya bangun dari tidur.<sup>1</sup>

Oleh sebab itu, sholat sunnah tahajjud harus dilakukan setelah seseorang terbangun dari tidurnya di tengah malam dan dinamai sholat tahajjud karena harus dilaksanakan setelah bangun tidur di tengah malam.

Shalat sunnah tahajjud diperintahkan oleh Allah melalui salah satu firmanNya dalam surat al - Isra' ayat ke - 79 yang berbunyi

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴿٧٩﴾

---

<sup>1</sup> Departemen Agama, *Fiqh*, Dirjen Pembinaan Kelembagaan Agama Islam dan Universitas Terbuka, Jakarta, 2001, hlm 198

*Artinya* Dan pada sebagian malam hari bersembahyang tahajudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu Mudah-mudahan Tuhanmu mengangkatmu ke tempat terpuji <sup>2</sup>

## 2. Dasar Hukum Shalat Tahajjud

Hukum shalat tahajjud dalam berbagai referensi adalah sunnah, namun demikian perintah ini, sebagaimana dikatakan sayid sabiq, tampak khusus untuk Nabi Sehingga semua umatnya diperintahkan untuk mengikuti perbuatan-perbuatan Nabi tersebut Sehubungan dengan perintah ini, maka Rasulullah Saw senantiasa melaksanakan shalat sunah ini, dan nyaris tidak pernah meninggalkannya Oleh sebab itu, para ulama fiqh mengategorikannya sebagai sunnah mu'akad ( sangat penting ) <sup>3</sup>

Hal demikian sebagaimana dalam hadits yang diriwayatkan oleh Bukhori yaitu

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ لَمَّا سُئِلَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَيُّ الصَّلَاةِ أَفْضَلُ نَعَدَ الْمُكْتَوِّبَةَ قَالَتْ الصَّلَاةُ فِي حُوفِ اللَّيْلِ رَوَاهُ مُسْلِمٌ وَعِيسَى

*Artinya* Dari Abu Hurairah Tatkala ditanya orang Nabi SAW apakah sholat yang lebih utama selain dari sholat fardu yang lima ? Jawab Beliau Sholat malam (HR Muslim dan lainnya) <sup>4</sup>

Dalam hadis lainya Nabi SAW bersabda

وَعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ سَلَامٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَأَيُّهَا النَّاسُ أَفْشُو السَّلَامَ وَأَطِعُوا الطَّعَامَ وَصَلُّوا بِاللَّيْلِ وَالنَّاسُ بِيَامٍ نَدْحُلُ الْجَنَّةَ سَلَامًا

<sup>2</sup> Departemen Agama RI , *Al Qur'an dan Terjemahnya* , CV Toha Putra, Semarang, 1989, hlm, hlm 436

<sup>3</sup> Sayyid Syabiq , *Fiqih Sunnah 2* , PT Alma'arif, Bandung, 1989, hlm 436

<sup>4</sup> Fatihuddin, *Terjemah Shahih Muslim Juz II p 459*, PT Terbit terang, Surabaya 2007 hlm 55

Artinya Abdullah bin Salam ra berkata Bersabda Rasulullah SAW hai sekalian manusia, sebarikanlah salam, dan berikanlah makanan dan sholatlah malam, diwaktu manusia sedang tidur, supaya kamumasuk surga dengan selamat (At Tirmidzi) <sup>5</sup>

Dari kedua hadis tersebut diatas dapat penulis pahami bahwa hampir Nabi pada malam hari senantiasa melaksanakan sholat tahajjud Dengan demikian dapat dikatakan bahwa sholat sunah tahajjud merupakan sholat sunah yang dipentingkan, di kuatkan, sangat diharuskan (sunah muakad)

### 3. Cara Melaksanakan Shalat Sunnah Tahajjud.

Wahbah al-zuhaili dalam bukunya *al-fiqh Al-islami wa Adilatuhu* mengkategorikan shalat sunnah tahajjud sebagai shalat sunnah mutlak untuk malam hari Oleh sebab itu, Sayid Sabiq dalam bukunya *fiqh Al-sunnah* menyatakan bahwa shalat sunnah tahajjud dapat dilakukan beberapa rakaat saja, dan tidak ada batas bilangannya kendati demikian, shalat tersebut harus dimulai dengan dua rakaat, sebagaimana dinyatakan dalam salah satu hadits Nabi SAW, yang berbunyi

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ ، كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا قَامَ مِنَ اللَّيْلِ يُصَلِّي صَلَاتَهُ بَرَكَتَيْنِ حَقِيقَتَيْنِ

Artinya Dari ‘Aisyah ra Dia berkata bahwa Rasulullah SAW Senantiasa memulai shalatnya dengan dua rakaat yang ringan , apabila beliau bangun tidur di tengah malam ( H R Muslim ) <sup>6</sup>

<sup>5</sup> Salim Bahreisyi , *Tarjamah Riaddhus Shalih* , PT Al Ma’atuf, Bandung , 1987, hlm 220

<sup>6</sup> Ibid, hlm 224

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِذَا قَامَ أَحَدُكُمْ مِنَ اللَّيْلِ فَلْيُمْتَحِ صَلَاتُهُ  
بِرَكْعَتَيْنِ حَفِيفَتَيْنِ (رواه مسلم)

Artinya

Dari Abu Hurairah ra Dia berkata, Bahwa Nabi SAW Bersabda, jika seseorang dari kamu bangun di tengah malam (untuk melakukan shalat) maka mulailah dengan dua raka'at yang ringan ( H R Muslim )<sup>7</sup>

Sesuai dengan kedua hadits di atas , maka shalat sunnah tahajud bisa dilakukan lebih dari dua raka'at Hanya saja, kalau Sayid Sabiq tidak memberikan batas terbanyaknya, sementara wahbah al-zuhaili memberikan batas maksimal sebanyak sepuluh raka'at, sejalan dengan tradisi Rasulullah SAW Yang senantiasa melakukan shalat malam paling banyak tigabelas raka'at, dan tiga raka'at terakhir adalah shalat witr sebagai salam penutup shalat malam beliau

Adapun waktu Shalat sunnah tahajud adalah di malam hari setelah tidur antara dua, Empat, enam, delapan sampai 10 raka'at , kemudian ditutup dengan witr sebanyak tiga raka'at

Sesuai dengan namanya,shalat tahajud ( shalat bangun tidur ), maka waktu pelaksanaannya adalah di tengah malam saat terjaga dari tidur, dan tidak bisa dilakukan sebelum tidur dan waktu yang terbaik untuk melaksanakannya adalah pada sepertiga malam terakhir, sebagaimana dinyatakan oleh Rasulullah SAW

Dalam salah satu haditsnya yang berbunyi

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يُرِلُّ رَجُلٌ عَرًّا وَحَلَ كُلَّ لَيْلَةٍ  
إِلَى السَّمَاءِ الدُّنْيَا حِينَ يُقْبَلُ ثَلَاثَ اللَّيْلِ لِلَّاحِرِّ , فَيَقُولُ مَنْ يَدْعُونَنِي فَأَسْتَجِيبُ لَهُ مَنْ يُسْأَلُنِي فَأَعْطِيهِ مَنْ  
يَسْتَعْمِرُنِي وَبِي فَأَعْمِرْ لَهُ (رواه الجماعة)

<sup>7</sup> Ibid, hlm 224

Artinya

Dari Abu Hurairah ra dia Berkata, Bahwa Rasullullah SAW Bersabda, Tuhan selalu turun ke langit dunia setiap malam pada sepertiga malam terakhir Dan Dia berfirman , barang siapa yang berdo'a kepadaKu, maka akan Aku penuhi permintaannya itu, dan barang siapa meminta sesuatu kepadaku , maka aku akan berikan apa yang dimintanya itu, siapa memohon ampun dariKu saat itu, maka Aku maafkan dosa-dosanya (HR jamaah) <sup>8</sup>

Adapun secara umu pelaksanaan shalat tahajjud sama dengan pelaksanaan shalat sunah lainnya, dimulai dengan takbir dan diakhiri dengan salam, dengan gerakan sama halnya degan gerakan shalat fardu, dan juga dapat dilakukan dengan duduk bilamana tidak kuasa berdiri Akan tetapi terdapat beberapa kekhususan diantaranya

- a Ketika menjelang tidur , hendaklah berniat akan bangun tengah malam
- b Ketika bangun membaca tasbih dan istighfar
- c Setelah membaca membaca tasbih dan istighfar , kemudian berwudu dan shalat <sup>9</sup>

#### 4. Keutamaan Shalat Sunnah Tahajjud.

Sebagaimana telah diungkap dalam surat Al Isra' ayat 79 , bahwa mereka yang banyak melakukan shalat shalat tahajjud di malam hari , akan memperoleh kedudukan yang terpuji di sisi Allah Kemudian Rasulullah, sebagaimana yang dikemukakan oleh Umar Ibn Khotob, menjelaskan yang dimaksud kedudukan terpuji tersebut adalah sebagai berikut

- a Terpelihara dari petaka kehidupan dunia
- b Mukanya senantiasa segar bercahaya sebagai bertanda ketaatannya dalam beribadah

---

<sup>8</sup> Fatichuddin, opcit, hlm 33

<sup>9</sup> Departemen Agama, *Fiqh* , opcit, hlm 202

- c Disukai oleh orang-orang yang shaleh di dunia ini serta kebanyakan oleh umat manusia
- d Senantiasa berbicara dengan baik dan bijaksana
- e Memiliki kemudahan-kemudahan dalam memahami berbagai macam keilmuan, khususnya ilmu keagamaan
- f Diakhirat nanti akan bangkit dari kubur dengan muka bercahaya
- g Akan melalui proses hisab dengan mudah
- h Akan menerima catatan amal dari sebelah kanan (lebih banyak amal kebajikan dari pada keburukannya)
- i Akan masuk surga dengan mudah <sup>10</sup>

Lima keutamaan pertama akan terjadi dan dialami dalam kehidupan dunia ini, sebagai implikasi dari keseimbangan psikisnya, karena senantiasa melakukan dialog dengan Tuhan pada saat orang sedang tidur lelap. Konsistensi dialog dengan Tuhan tersebut akan mengisi seluruh kebutuhan kejiwaanya, sehingga akan terhindar dari kegelisahan, kekecewaan, serta berbagai gangguan psikhis lainnya. Sedangkan ke empat terakhir akan dialami di akhirat nanti, sebagai implikasi dari terpenuhinya do'a dia terhadap Tuhan, sehingga dosa-dosa selama hidupnya terampuni oleh Allah SWT.

Tentang keutamaan shalat sunah tahajjud ini dan shalat sunah lainnya Imam Al Ghozali dalam *Ihya' Ulumuddin*, menyebut bahwa darinya memiliki kelebihan sebagai pengganti kekurangan yang ada pada shalat fardu. Sebagaimana petuahnya

Janganlah seseorang meninggalkan rowatib sebagaimana diketahuinya dan tidak meninggalkan sholat dhuha, yaitu dua, empat, atau lebih. Janganlah ia meninggalkan sholat tahajjud dan menghidupkan (dengan sholat dan dzikir) waktu antara Maqrib dan isya' serta dua rakaat subuh, karena keduanya lebih baik daripada dunia beserta isinya. Waktunya masuk dengan naiknya fajar shadiq, yakni fajar yang menyebar, bukan fajar yang memanjang <sup>11</sup>

<sup>10</sup> Ibid, hlm 201

<sup>11</sup> Zeid Husein Al hamid, *Ikhtisar Ihya' Ulumuddin Al Ghozali*, Pustaka Aman, Jakarta 2007, hlm 61

## 5. Manfaat Shalat Tahajud

Hubungan kita dengan ibadah sholat tahajud mampu memberikan pengaruh pada diri kita, hati kita, akal pikiran kita, perasaan kita Yang perlu diperhatikan bahwa dalam menjalankan sholat tahajud adalah menyakimi bukti – bukti akan kebenaran dari keutamaan-keutamaan atau fadilah-fadilah dari sholat tahajud

Diantara manfaat shalat tahajud adalah hati yang yakin adalah jiwa yang tunduk dalam kepasrahan dan kehendak yang total kepada Allah SWT Hati yang demikian adalah hati yang tidak terombang ambing oleh dorongan-dorongan atau motif-motif hasrat dan kehendak dari hawa nafsu <sup>12</sup>

Dalam hal ini Rosulullah SAW mengajarkan kepada kita agar terhindar dalam keraguan atau hati cenderung berubah-ubah karena kehendak nafsu, maka kita dianjurkan untuk selalu berdo'a (Yaa Muqolibal quluub tsabbit qalby 'ala wa 'ala tho'atika), “duhai yang menbolak-bakikan hati, tetapkanlah hatiku atas agama-Mu dan atas ketaatan kepada-Mu”

Dalam sebuah penelitian yang terkait dengan dasyatnya sholat tahajud yang dilakukan dengan keyakinan dapat mengalahkan obat-obatan terhadap kondisi pasien Hal ini dilakukan oleh seorang dokter yang bernama Dr Henry Beecher di Harvard yang akhirnya menyimpulkan bahwa bahwa “keyakinan memiliki dampak yang jauh lebih hebat daripada ramuan kimia obat itu sendiri”

Prinsip dasar yang mutlak dipahami dalam menjalankan setiap aktifitas menuju kesukses, keberhasilan, dan kebahagiaan dapat ditempuh hanya melalui jalan keyakinan dan tidak bisa melalui jalan keraguan atau kebimbangan Semua

---

<sup>12</sup> Muhammad Muhyidin, *Bertahajudlah Niscaya Engkau Menjadi Mulia* , Diva Pers , Yogyakarta, 2008, hlm 45



segi kehidupan menghendaki adanya keyakinan didalamnya, tak terkecuali dalam hal segi agama

Dilihat dari segi pekerjaan, sholat tahajud adalah sebuah pekerjaan, tepatnya pekerjaan ibadah Tujuan adalah Allah Tujuan ini tidak menghendaki tujuan yang lain Allah tidak bisa diduakan dengan tujuan yang lain Dengan demikian dapat di mengerti bahwasanya

- a Tahajud bukan cara untuk meraih kesuksesan
- b Tahajud itu bukan cara untuk mendapatkan kekayaan
- c Tahajud bukan jalan meraih kebahagiaan
- d Tahajud bukan cara untuk memperbanyak dan memperluas rezeki <sup>13</sup>

Oleh karena itu, barang siapa dijanjikan Tuhanya pada waktu dan masa yang telah ditentukan, kemudian pada masa yang dijanjikan tidak turun apa yang diharapkan maka janganlah berkelakuan seperti orang-orang munafiq di zaman Rosulullah Saw, sebab hal semacam ini akan menodai keyakinan serta mengotori keimanan kepada janji Allah

Karena syak ( ragu) terhadap kebenaran janji Allah adalah kufur dan musyrik hukumnya Juga memburtakan mata hati untuk memandang kebenaran janji Allah Makan sudah selayaknya bagi seorang hamba itu mengenal qadar-Nya dan beradab pada Tuhanya seraya sukun (tetap hati) memandang baik kepad-Nya pada banrang yang dijanjikan-Nya seperti pandangan mereka, para 'arifin billah, yang tak pernah berubah itikadnya

Sholat Tahajud juga mampu menyembuhkan berbagai penyakit melalui doa-do'a, karenanya agar tidak tercebak pada salah tujuan/salah mengartikan

---

<sup>13</sup> Ibid, hlm 72

pekerjaan ibadah sholat tahajud dengan tujuan tertentu, misalnya ingin cepat kaya, ingin cepat sukses dan lain sebagainya maka perlu memahami beberapa hal dibawah ini (yang diungkapkan oleh Muhammad Muiyidin dalam bukunya yang berjudul “ bertahajudlah niscaya engkau akan mulia”

Sulit untuk membuktikan bahwa kisah-kisah keajaiban yang terjadi pada kehidupan merupakan pengaruh dari sholat tahajud. Misalnya, pengaruh tahajud terhadap kesembuhan diri dari penyakit. Atau tahajud berpengaruh kepada keberhasilan seorang siswa dalam menghadapi ujian serentetan pertanyaan bisa diajukan disini, misalnya apa bukti bahwa seseorang itu bisa sembuh dari penyakitnya sebab dia melakukan tahajud? Bagaimana bukti itu dapat meyakinkan adalah unsur kebetulan didalamnya ?

Hati dan pikiran yang dipenuhi oleh syak wasangka dan keraguan kepada Allah Swt. Akan sulit menerima hubungan antara yahajud dan pengaruh-pengaruhnya. Sampai hari ini pun—seperti halnya dalam kasus yang serupa, misalnya pengaruh do'a bagi kesembuhan penyakit, atau pengaruh sedekah bagi kekayaan material—belum ada penjelasan ilmiah yang memadai. Sumber-sumber peneliti ilmiah sangat jarang, untuk tidak mengatakannya tidak ada sama sekali.

Larry Dossey dalam bukunya *Healing Words*, adalah salah satu dari yang jarang tersebut. Bahkan, mungkin, jika dia tidak memiliki latar belakang teologi yang kuat, dia tidak akan pernah menulis kekuatan do'a bagi kesehatan tersebut. Sebagai seorang yang berprofesi sebagai dokter, yang demi profesionalitas kerja dan harus menjaga paradigma ilmiahnya, terlalu aneh apabila dia menulis suatu hal yang justru bertolak belakang dengan profesinya itu. Tetapi,

fakta berbicara bahwa do'a memang memiliki kekuatan yang dahsyat untuk penyembuhan diri dari penyakit

Dengan cara yang sama sholat tahajud bisa memberikan pengaruh yang sama. Karena pada dasarnya sholat merupakan do'a, do'a seorang hamba pada Tuhannya. Dengan demikian, untuk menunjukkan kaitan sholat tahajud dengan kesembuhan diri dari penyakit, misalnya, atau menunjukkan korelasi bahwa keajaiban-keajaiban tersebut merupakan pengaruh dari sholat tahajud, tidak dapat ditunjukkan dengan angka-angka atau dengan symbol-simbol. Tetapi yang dilihat adalah kenyataan bahwa kesungguhan dan keyakinan mutlak kepada Allah Swt. Dalam menjalankan tahajud, itu akan menghasilkan kekuatan atau keajaiban pada kehidupan dan kenyataan itulah sebagai buktinya.

Tahajud bukanlah aktifitas professional untuk tujuan-tujuan professional pula. Sedangkan tahajud adalah pekerjaan langsung kepada Allah Swt. Tahajud adalah ibadah. Setiap ibadah tidak bisa dipisahkan dengan ibadah yang lain. Semua bentuk atau wujud ibadah di dalam Islam saling berkaitan dan bertautan, semua ibadah dalam agama kita berporos pada satu ajaran, yakni tauhid masing-masing ibadah laksana titik-titik yang membentuk sebuah lingkaran. Semakin rapat titik-titik tersebut semakin jelas garis yang dibuatnya dan semakin terlihat lingkarannya. Semua ibadah yang niscaya dilakukan oleh seorang hamba, akan menghasilkan lingkaran energi spiritual yang kuat. Dia akan semakin kuat manakala semua ibadah yang niscaya dikerjakan dia dikerjakan. Dan dia akan melemah tatkala melemah pula ibadah yang dilakukan. Terkadang sebuah bentuk atau wujud ibadah tersebut tidak tidak menghasilkan pengaruh yang signifikan,

tetapi pengaruh tersebut baru dirasakan ketika ibadah lain dikerjakan. Riwayat tentang sholat seseorang tidak diterima Allah sedangkan diterimanya menunjukkan akan hal ini.

Rangkaian ayat al-qur'an berikut ini menunjukkan hal itu.

إِنَّ الَّذِينَ هُمْ مِنْ حَشِيَّةِ رَبِّهِمْ مُشْفِقُونَ ﴿٥٧﴾ وَالَّذِينَ هُمْ بِقَائِمَتِ رَبِّهِمْ يُؤْمِنُونَ ﴿٥٨﴾ وَالَّذِينَ هُمْ بِرَبِّهِمْ لَا يُشْرِكُونَ ﴿٥٩﴾ وَالَّذِينَ يُؤْتُونَ مَا آتَوْا وَقُلُوبُهُمْ وَجِلَةٌ أَنَّهُمْ إِلَىٰ رَبِّهِمْ رَاجِعُونَ ﴿٦٠﴾ أُولَٰئِكَ يُسْرِعُونَ فِي الْحَيَاتِ وَهُمْ لَهَا سَابِقُونَ ﴿٦١﴾

Artinya “Sesungguhnya orang-orang yang berhati-hati karena takut akan (azab) Tuhan mereka, dan orang-orang yang beriman dengan ayat-ayat Tuhan mereka, dan orang-orang yang tidak mempersekutukan dengan Tuhan mereka (sesuatu apapun), dan orang-orang yang memberikan apa yang telah mereka berikan, dengan hati yang takut, (karena mereka tahu bahwa) sesungguhnya mereka akan kembali kepada Tuhan mereka, mereka itu bersegera untuk mendapatkan kebaikan-kebaikan, dan merekalah orang-orang yang segera memperolehnya” (QS A-Mu'minun 57-61)<sup>14</sup>

Sholat tahajud memberikan pengaruh langsung pada orang yang mengerjakannya. Pun terkadang memberikan pengaruh tidak langsung. Inilah maksud di balik ajaran agama.

Sholat tahajud terkadang tidak dirasakan oleh orang yang melakukannya. Melainkan dirasakan oleh orang lain. Penjelasan tentang hal ini sama dengan penjelasan tentang do'a yang dipanjatkan oleh seorang anak shalih kepada Allah Swt teruntuk kedua orang tuanya.

Salah satu kedayatan ajaran Ilahi itu adalah fakta bahwa ajaran tersebut memiliki konteks sosial di balik bentuknya yang individual. Ibadah-ibadah mahdhoh yang bersifat individual, ternyata memiliki signifikansi sosial pula.

<sup>14</sup> Departemen Agama, Alqur'an, opcit, hlm 532

Hal ini benar-benar sesuai dengan kecenderungan alami manusia. Manusia tidak bisa hidup sendiri. Ia membutuhkan orang lain, membutuhkan kebersamaan, seperti halnya anggota tubuh yang tidak bisa berpisah dan dipisahkan antara satu dengan yang lainnya.

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَحَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ

عِندَ اللَّهِ أَتَقْوَمُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ حَكِيمٌ ﴿١٣﴾

Artinya “ Hai manusia, sesungguhnya kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling takwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal (QS Al-Hujurat 13) <sup>15</sup>

Tumbuhnya keyakinan diri, maka terkait dengan kemampuan dzikir dan tahajud dalam menyembuhkan penyakit adalah sebagaimana dinyatakan oleh Norman Cousins dalam “ Zikir menyembuhkan kankerku oleh DR Amin Syukur, yang menyatakan

Kekuatan terbesar dalam diri manusia adalah dorongan alami tubuh untuk menyembuhkan dirinya sendiri, tetapi kekuatan itu tergantung kepada system keyakinan, semua dimulai dari keyakinan. Dan bahwa ketenangan bisa menghasilkan proses metabolisme, pertumbuhan dan perkembangan tubuh manusia menjadi normal, tenang, dan teratur <sup>16</sup>

Demikian berbagai hal mengenai tahajud baik dalam pengertian, cara, kedudukan, keutamaan dan manfaat, yang selanjutnya tentu saja melalui ketenangan yang dihasilkan dalam tahajud akan mampu menumbuhkan mental bagi pelakunya.

<sup>14</sup> Departemen Agama, Alqur'an, opcit, hlm 841

<sup>15</sup> DR Amin Syukur, Zikir Menyembuhkan Kankerku, Hikmah Populer, Jakarta, hlm 166

## B. Konsepsi Tentang Mental

### 1. Pengertian Mental

Mental adalah jembatan diatas nama pikiran kita berjalan menuju tindakan, karenanya jembatan itu akan runtuh jika ia dilalui oleh benak yang sarat pikiran yang melebihi kemampuan jiwa mewadainya, dan jika yang sebaiknya terjadi, hisup seseorang akan kehilangan efesiensi dan efektivitas<sup>16</sup>

Mental disebut juga sebagai suatu keadaan kejijwaan seseorang yang dipengaruhi oleh belajar dan keyakinan<sup>17</sup>

Dari mental akan melahirkan yang bernama kepribadian kuat dan kepribadian lemah Cara kita merasa sesuatu yang secara komulatif membentuk mental seseorang Cara kita menentukan sesuatu akan menentukan kuat lemahnya dorongan jiwa untuk melakukannya, warna perasaan kita adalah cermin bagi jenis tindakan seseorang Tindakan harmonis akan mungkin lahir dari warna-warna perasaan yang kuat dan harmonis

Dengan demikian mental berfungsi sebagai *motivating force* yaitu sebagai kekuatan yang akan mendorong seseorang untuk belajar

### 2. Penanaman Mental pada Anak

Jean Piaget menyatakan bahwa pengetahuan dibangun melalui kegiatan atau aktivitas pembelajaran, sedang pada anak pengetahuan diperoleh melalui eksplorasi,manipulasi, dan konstruksi secara elaboratif, juga menyatakan bahwa kreativitas anak-anak berdasarkan berdasarkan pada tendensi-tendensi biologis yang terdapat pada semua organisme, yang mencakup tiga hal yaitu asimilasi, akomodasi, dan organisasi<sup>18</sup>

---

<sup>16</sup> DR Ari Ginanjar, *Emotional Question & Spiritual Questins*, Pustaka Media , Yogyakarta, 2005, hlm 109

<sup>17</sup> Zakiah Darajat ( 2005 ), *Ilmu Jiwa Agama* , PT Bulan Bintang , Jakarta, hlm 86

<sup>18</sup> Suyadi , *Ternyata anakku bisa kubuat Genius*, Power Book, Yogyakarta, 2009, hlm 24

Berpijak dari pendapat Jean Piaget diatas , dapat dikatakan bahwa kecerdasan seseorang bukanlah faktor genetik melainkan suatu yang berproses secara sadar dan terus menerus Dalam arti lain, kemampuan seseorang berkembang berdasarkan pada proses pembelajaran

Karenanya upaya untuk menanamkan mental pada anak didik dapat dilakukan melalui proses pendidikan Karenanya pelaksanaan pembelajaran hendaknya lebih ditekankan pada proses yang menyenangkan, sehingga anak tidak merasa dibebani

Dari ketiga aliran ini dapat di tarik kesimpulan bahwa mental anak ditentukan oleh beberapa hal yaitu

- a Factor Intern (factor dari dalam) yang meliputi factor fisiologis (factor jasmani yaitu pancaindra) dan factor psikologis (factor psikologi yaitu bakat, minat dan intelegensi)
- b Faktor dari luar, meliputi lingkungan belajar dan sumber belajar <sup>19</sup>

Sedang dalam perspektif Drs Arifin M Ed, faktor yang mempengaruhi mental anak meliputi

- a Faktor dari dalam diri manusia,yaitu bakat, Instink, nafsu, karakter, hereditas dan intuisi
- b Faktor dari luar diri manusia  
Faktor dari luar diri manusia meliputi, milieu, dan ilmu pengetahuan <sup>20</sup>

#### 1) Bakat

Menurut William B Michael memberikan bakat adalah

An aptitude may be defined as a person's capacity,or hypothetical potential, for acquisition of a certain more or less welldefined pattern of behavior involved in the performance of a task repect to which the individual has had little or no previous training <sup>21</sup>

<sup>19</sup> Prof DR M Arifin,M Ed, *Ilmu Pendidikan Islam*, Bumi Aksara, Jakarta, hlm 101-102

<sup>20</sup> Ibid, hlm 103

<sup>21</sup> Michael, W B, *encyclopedia of Educational Research*, McMillan, New York,1960, hlm 69

Yaitu kemampuan individu untuk melakukan sesuatu tugas , yang sedikit sekali tergantung kepada latihan mengenai hal tersebut

Sedangkan menurut Bingham, bakat didefinisikan sebagai

Aptitude as a condition or set of characteristics regarded as symptomatic of an individual's ability to acquire with training some (usually specified) knowledge, skill, or set of responses such as the ability to speak a language, to produce music, ect <sup>22</sup>

Yaitu Suatu kondisi yang merupakan karakter dalam bentuk kemampuan individu untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan dengan melalui latihan seperti kemampuan berbicara dengan menggunakan bahasa , musik, dll Dalam pandangan bingham bakat lebih ditekankan pada performen , karakteristik seseorang

Dari ketiga definisi tersebut, setidaknya bakat memiliki variasi dalam kombinasi, korelasi dan intensitas factor-faktor yang ada, yang harus dikenal oleh seorang guru sedini mungkin dalam mengembangkan bakat yang dimiliki oleh setiap anak didik dengan segala perbedaan yang dimiliki

## 2) Insting ( Gharizah )

Insting ( Gharizah ) yaitu kemampuan berbuat atau bertingkah laku dengan tanpa melalui proses belajar, dan merupakan pembawaan sejak lahir <sup>23</sup>

Hal demikian identik dengan teori nativisme yang pertama kali dicetuskan oleh Arthur Schoupenhauer, menurutnya

<sup>22</sup> Bingham, W Van D, Aptitude and aptitude testing, Harper, New York, 1937, hlm 16

<sup>23</sup> Prof DR M Arifin, M Ed, opcit, hlm 103



Perkembangan manusia bersifat kodrati berasal dari pembawaan sejak lahir dan tidak mendapatkan pengaruh dari alam sekitar atau pendidikan sekalipun, dan itulah yang disebut kepribadian manusia<sup>24</sup>

### 3) Nafsu dan dorongan-dorongan (drives)

Dalam kaitanya dengan nafsu para ahli tasawuf sering menyebut sebagai nafsu Lawamah yang mendorong kearah perbuatan mencela dan merendahkan orang lain (egosentros), nafsu ammarah (polemos) yang mendorong kearah perbuatan merusak, membunuh atau memusuhi orang lain (destruktif), nafsu berahi (eros) yang mendorong kearah perbuatan seksual untuk memuaskan tuntutan akan pemusahan hidup berkelamin, nafsu mutmainah (religios) yang mendorong kearah ketaatan kepada Tuhan yang maha kuasa.

Dalam pandangan Imam Al Ghozali, nafsu terbagi menjadi nafsu malakiah yang cenderung kearah perbuatan mulia sebagaimana halnya para malaikat, dan nafsu bahimiah yang mendorong kearah perbuatan rendah yang mendorong kearah rendah, sebagaimana nafsu binatang

### 4) Karakter (tabiat), yaitu kemampuan psikologis yang terbawa sejak kelahirannya Karakter berkaitan dengan tingkah laku moral dan sosial serta etis seseorang Karakter terbentuk oleh kekuatan dari dalam diri seseorang, bukan terbentuk karena pengaruh dari luar Karakter erat hubungannya dengan personality (kepribadian seseorang) Karenanya ciri-ciri keduanya hamper tak dapat dibedakan dengan jelas<sup>25</sup>

Dalam kaitanya dengan kepribadian ini, DR Ari Ginanjar dalam *Emotional Questions dan Spiritual Questions* menjelaskan bahwa

---

<sup>24</sup> Drs Prasetya, Filsafat Pendidikan, PT Pustaka Setiya Bandung 1997, hlm 189

<sup>25</sup> Prof DR M Arifin, M Ed, Opcit, hlm 189

Kepribadian itu mula-mula terbentuk mengikuti proses-proses ini, pada mulanya ada nilai-nilai yang diserap oleh seseorang dari berbagai sumber, mungkin agama, mungkin ideologi, mungkin pendidikan, mungkin temuan sendiri atau lainya, lalu nilai-nilai itu membentuk pola pikir seseorang yang secara keseluruhan dalam bentuk rumusan visinya, lalu visi itu turun ke wilayah hati dan membentuk suasana jiwanya, yang secara keseluruhan disebut sikap. Sikap-sikap yang dominan dalam diri seseorang yang kelak secara kumulatif mencitrai dirinya yang kemudian disebut kepribadian<sup>26</sup>

Dengan demikian bentuk kepribadian tergantung oleh factor pembentuknya. Bila yang membentuk adalah ideologi islam maka yang lahir adalah kepribadian islam, bila yang membentuk adalah nafsu bahimiah maka yang lahir adalah kepribadian binatang, dan seterusnya.

- 5) Hereditas (keturunan), yaitu ciri-ciri psikologis dan fisiologis yang diturunkan/diwariskan oleh orang tua baik dalam garis yang dekat maupun yang telah jauh<sup>27</sup>

Dari pendapat ini dapat difahami bahwa potensi-potensi dari faktor pembawaan bersifat kodrati sebagai pribadi seseorang bukan hasil pendidikan. Tanpa potensi hereditas yang baik tidak mungkin seseorang mendapatkan taraf yang dikehendaki, meskipun mendapatkan pendidikan yang maksimal. Seorang yang mempunyai potensi hereditas yang rendah, maka akan tetap rendah walaupun ia sudah dewasa dan sudah dididik, dan ini tidak bisa diubah oleh ketentuan pendidikan. Karenanya aliran ini disebut pula nativisme yang berasal dari kata natives yang berarti terlahir.

<sup>26</sup> DR Arie Ginanjar, Opcit, hlm 35

<sup>27</sup> Prof DR M Arifin, M Ed, Opcit, hlm 189

- 6) Intuisi, yaitu kemampuan psikologis manusia untuk menerima ilham Tuhan. Intuisi menggerakkan hati nurani (conscience) manusia yang membimbingnya ke arah pertumbuhan dalam situasi khusus diluar kesadaran akal pikirannya, namun mengandung makna yang bersifat konstruktif bagi kehidupannya. Intuisi biasanya diberikan Tuhan kepada orang yang bersih jiwanya. Dikalangan kaum sufi, intuisi ini lebih banyak dirasakan sebagai getaran nurani yang merupakan panggilan Tuhan untuk berbuat sesuatu yang amat khusus.<sup>28</sup>

Sedangkan Faktor dari luar meliputi milieu dan ilmu pengetahuan

#### 1) Milieu (Lingkungan)

Lingkungan mempunyai pengaruh yang sangat besar terhadap pendidikan, karena anak-anak didik tidak dapat hidup sendiri tanpa ada lingkungan yang merupakan wahana bagi pendidikan dalam arti luas, lingkungan mencakup iklim alam, letak geografis suatu tempat, tempat tinggal, adat istiadat, pengetahuan, pendidikan, dan alam.

Lebih lanjut Oemar Mohammad Al Taomy Al Syaibani dalam bukunya "*Falsafah At tarbiyah Al Islamiyah*" mengemukakan bahwa

"Lingkungan adalah ruang lingkup luar yang berinteraksi dengan insan yang mejadi medan dan aneka bentuk kegiatan, keadaan sekitar benda-benda seperti air, udara, bumi, snstitusi, system, undang-undang, adat kebiasaan dan sebagainya"<sup>29</sup>

Dengan demikian lingkungan adalah segala sesuatu yang berada disekitara anak didik, baik berupa benda, peristiwa yang terjadi, kultur masyarakat, kondisi masyarakat, yang mempengaruhi anak dimana ia bergaul

<sup>28</sup> Ibid, hlm 189

<sup>29</sup> DR Rama yulis, *Ilmu Pendidikan Islam*, Bumi Aksara, Jakarta, 1994, hlm 37

Hal demikian identik dengan teori Empirisme John Locke, menurutnya bahwa

Anak lahir di dunia sebagai kertas kosong atau sebagai meja berlapis lilin (tabula rasa) yang belum ada tulisan di atasnya. Karenanya teori ini sering disebut teori tabula rasa. Menurut teori perkembangan potensi manusia didasarkan pada lingkungan pendidikan yang didapatnya atau perkembangan jiwa seseorang semata-mata tergantung pada pendidikan.<sup>30</sup>

Dalam teori ini dapat difahami bahwa perkembangan potensi manusia sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan /pendidikan dimana seseorang berada. Seorang anak yang berasal dari keturunan baik yang berada di lingkungan yang baik, akan menjadi baik. Akan tetapi seseorang anak yang heriditas yang baik tetapi berada di lingkungan yang tidak baik, atau tidak mendapatkan pendidikan, maka akan menjadi tidak baik, atau tidak berkembangnya potensi yang ada pada dirinya secara baik.

## 2) Ilmu Pengetahuan

Ilmu Pengetahuan dan teknologi secara riil telah menyajikan pemenuhan kebutuhan hidup yang lebih efektif dan efisien, namun pada sisi lain tak jarang juga menimbulkan efek negative yang dapat mengancam kehidupan manusia dan lingkungan hidup. Dengan kata lain, eksistensi teknologi adalah “ *The man behind the gun* ” artinya eksistensi teknologinya bukanlah terletak pada ilmu pengetahuan dan teknologi, melainkan tergantung the man ( subyek )

<sup>30</sup> Drs Prasetya, Opcit, hlm 192

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi selain bergantung pada sumber daya manusia juga sangat bergantung pada kemajuan ilmu pengetahuan yang ada karena pada dasarnya ilmu pengetahuan adalah induknya teknologi, dalam arti lain ilmu pengetahuan penting tidak hanya untuk menciptakan atau memperbaiki, namun juga penting untuk memperluas cakrawala dan wawasan, sehingga dapat memberikan tantangan baru bagi perkembangan teknologi sebelumnya

### 3 Usaha-usaha penanaman mental anak didik

Langkah-langkah aplikatif untuk memperbaiki cara merasa atau mentalitas dapat dirumuskan secara sederhana dalam kalimat berikut

Pengarahan + Penguatan + Kontrol + Do'a = terapi mental <sup>31</sup>

- a Pengarahan artinya bahwa perasaan-perasaan harus diberi arah yang jelas, yaitu arah yang akan menentukan motifnya. Misalnya mengapa harus gembira dan sedih, setiap perasaan haruslah memiliki alasan lahir yang jelas, dan itu hanya mungkin jika perasaan dikaitkan secara kuat dengan pikiran
- b Penguatan, artinya kita harus menemukan sejumlah sumber yang akan menguatkan perasaan itu di dalam jiwa kita. Ini secara langsung terkait dengan keyakinan, kemauan dan tekad dalam memenuhi jiwa kita sebelum kita melakukan sesuatu tindakan

---

<sup>31</sup> Ari Ginanjar, *Op cit*, hlm 44-46

- c Kontrol, artinya kita harus memunculkan kekuatan tertentu didalam diri yang berfungsi mengendalikan kemunculan semua warna perasaan dalam diri kita
- d Do'a, artinya kita mengharapkan adanya dorongan ilahiyah yang berfungsi mebantu semua proses pongarahan, penguatan dan pengendalian bagi mental kita

Keempat terapi mental tersebut diatas dapat kita jabarkan dalam 9 (sembilan) langkah , yaitu

- a Berusahalah untuk menghadirkan Allah dalam kesadaran kita dan rasakan bahwa kita adalah yang paling bertanggungjawab dihadapanNya atas diri kita sendiri Saat kita merasakan adanya kontrol Allah secara langsung atas diri kita, kita menemukan kekuatan tertentu untuk mengendalikan diri dalam melawan godaan kerendahan untuk melakukan kemaksiatan
- b Kuatkan rindu kita untuk dapat bertemu dengan Allah pada tempat tertinggi dalam surga Tapi bermimpilah untuk masuk tempat yang tertinggi dalam surga sehingga kita berpeluang melihat langsung wajah Allah di akhirat nanti Jika rindu kita tidak terbatas , kita akan merasakan bahwa dorongan batin itu telah muncul dalam diri kita sendiri Dan itu akan memberi kita kekuatan untuk melakukan kebaikan
- c Pertajam mata hati dan nurani kita agar dapat menagkap gejala dosa sejak dini Jika kita sensitive terhadap dosa kita , akan menemukan sikap rasional dari nurani Inilah yang akan membuat kita berorientasi masa depan dan selalu terdorong untuk melakukan ibadah-ibadah murni sebagai sumber mata air murni

- d Tenang dalam situasi kejawaan dan perasaan kehidupan , mampu menahan marah dan tidak mengharap atau terpengaruh dengan komentar dan perhatian orang lain Sebab orientasinya adalah kebenaran, bukan pengakuan
- e Tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, baik dengan sanjungan, ataupun kritik Berusaha untuk konsisten dengan nilai-nilai dan prinsip-prinsip Karenanya kita harus percaya diri dan berusaha menghindari semua tindakan yang tidak beralasan Inilah yang akan memberi kita originalitas kepribadian
- f Kekuatan daya tahan kita terhadap berbagai bentuk tekanan hidup dan perubahan-perubahan lingkungan sosial , politik, ekonomi dan kehidupan secara umum Karenanya harus menunda kebutuhan-kebutuhan sesaat yang bersifat biologis Lakukanlah puasa dan senantiasa bertawakkal kepada Allah
- g Belajarlah mencintai orang lain dengan cara yang kuat dan jujur Karenanya harus berusaha memperhatikan, memberi, berkehendak baik pada orang lain
- h Berusahalah mempertahankan kegembiraan dan kelapangan jiwa kita setiap saat Karenanya mempertahankan keceriaan wajah, menggunakan bahasa yang baik dalam berkomunikasi dan belajarlah memahami orang lain lebih banyak
- i Hindari diri dari kekosongan dan kehampaan Jangan sampai akal kosong dari ilmu, jiwa kosong dari Iman, fisik kosong dari perilaku yang baik Karena kekosongan jiwa akan membuka pintu bagi syetan untuk masuk secara bebas

Demikian beberapa manfaat shalat tahajud baik sebagai penjaga kesehatan rohani (menjaga keyakinan) maupun dalam kesehatan jasmani ( menyembuhkan berbagai penyakit badan)

### C. Peranan Shalat Tahajjud dalam Meningkatkan Mental Siswa.

Sholat merupakan sarana, cara, media, atau proses untuk bertemu dengan Allah SWT, untuk berjumpa dengan Allah dan untuk berdialog dengan Allah SW maka konsekuensi logisnya sholat juga merupakan sarana, cara, media, atau proses yang paling tinggi dalam berdo'a kepada Allah SWT Sholat adalah do'a, adalah permintaan, adalah permohonan, kepada Dzat Yang Maha Memiliki segalanya. Alqur'an memfirmankan

إِنَّمَا يُؤْمِنُ بِآيَاتِنَا الَّذِينَ إِذَا دُكِرُوا بِهَا حُزُوا سُجَّدًا وَسَبَّحُوا بِحَمْدِ رَبِّهِمْ وَهُمْ لَا  
يَسْتَكْبِرُونَ ﴿١٥﴾ تَتَجَافَىٰ جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا  
وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ ﴿١٦﴾

Artinya

“Sesungguhnya orang yang benar-benar percaya kepada ayat-ayat Kami mereka yang apabila diperingatkan dengan ayat-ayat itu mereka segera bersujud seraya bertasbih dan memuji Rabbnya, dan lagi pula mereka menafkahkan rezeki yang kami berikan” (as-sajdah 15-16) 32

Dalam pengertian lain sholat juga merupakan ibadah yang mampu menjauhkan manusia dari perbuatan keji dan munkar Sebagaimana firmanya

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ  
وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿١٧﴾

Artinya

Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, yaitu Al Kitab (alqur'an), dan dirikanlah sholat Sesungguhnya sholat itu mencegah perbuatan keji dan munkar Dan sesungguhnya mengingat Allah (sholat) adalah lebih besar (keutamaannya dari ibadah-ibadah yang lain) Dan Allah Mengetahui apa yang kamu kerjakan 33

<sup>32</sup> Departemen Agama, Alqur'an Opcit, hlm 669

<sup>33</sup> Ibid, hlm 634



Beda antara orang yang mengerjakan tahajud dengan orang yang tidak mengerjakannya antara lain adalah sebagai berikut <sup>34</sup>

- 1 Menunjukkan keagairahan , tanpa adanya keagairahan, shalat tahajud tentu tidak akan dikerjakan, walau mungkin mengerjakannya sendiri kurang bergairah untuk dilakukannya. Setidak-tidaknya, jika dibandingkan dengan orang yang tidak mengerjakannya , orang yang bangun mengerjakan tahajud berarti bangkit dari tempat duduk dan atau pembaringan, melangkah untuk mengambil air wudhu, dan bersimpuh dihadapan Allah SWT
- 2 Mengatasi kemalasan , malas termasuk salah satu penyakit emosi. Diakui atau tidak, penyakit ini termasuk dalam daftar penyakit yang paling sering mendera manusia, mendera kita. Orang yang jarang mengerjakan tahajud, atau bahkan orang yang sama sekali tidak pernah mengerjakan tahajud, akan lebih baik berbaring beristirahat daripada bangkit untuk shalat. Betapapun Anda meneriaki putra-putri Anda untuk mengerjakan tahajud, misalnya, kemungkinan mereka akan tetap malas untuk bangun. Kalau bangun, bisa jadi merasa jengkel.
- 3 Kepemilikan keberanian, untuk berhasil mengerjakan dari sisi waktu, dibutuhkan keberanian untuk bangkit. Berani bangkit dari pembaringan, inilah kuncinya. Berani memaksa kemalasan dan mengenyahkannya.
- 4 Penguasaan waktu, orang yang mengerjakan tahajud sesungguhnya adalah orang yang mampu menguasai waktu, bukan dikuasai olehnya. Hal ini berbeda dengan orang yang tidak mengerjakannya.

---

<sup>34</sup> Muhammad Muhyidin, opcit, hlm 18-20

Bagi kebanyakan orang, waktu malam adalah waktu untuk beristirahat, dan waktu sepertiga malam yang terakhir adalah waktu untuk terbuai dalam mimpi. Udara sangat dingin dan menusuk tulang menarik selimut agar lebih rapat terasa sangat nikmat untuk dikerjakan, seiring kedua mata kian terpejam. Waktu mengendalikannya. Sedangkan orang yang bertahajud adalah orang yang mampu mengalahkan waktu, menguasainya dan mempergunakannya untuk ketercerahan dan kebahagiaan jiwa.

Dengan demikian karena shalat tahajud disamping mampu mempertebal Keyakinan, dan kepasrahan pada Allah SWT, dalam arti lain sebagai alat penyucian jiwa, sehingga mampu memberikan dorongan, dan dalam konteks lain mampu menyembuhkan berbagai penyakit (mewujudkan kesehatan jasmani). Shalat juga mampu mencegah stress, suatu kondisi kejiwaan yang labil, yang indikatornya adalah rasa cemas dan panic, kesulitan tidur, mimpi buruk, gangguan pencernaan, mual, penegangan otot, denyut jantung dengan kecepatan yang tidak wajar, melemahnya sistem kekebalan, perasaan bersalah, hilangnya percaya diri, bingung, ketidakmampuan menganalisa secara benar, daya ingat yang lemah, rasa putus asa, mudah tersinggung, dan lain-lain, adalah pertanda jauh dari agama sehingga tidak memiliki pegangan dalam tindakanya, fakta bahwa mereka yang tidak mengikuti nilai-nilai ajaran agama akan mudah terjangkit penyakit stress.

Alqur'an menjelaskan

وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى ﴿١٧٧﴾

Artinya Dan barang siapa berpaling dari peringatanKu, maka sesungguhnya baginya penghidupan yang sempit, dan kami menghimpunya pada hari kiamat dalam keadaan buta ( Thaha 124) <sup>35</sup>

Untuk menekan lajunya stress banyak penelitian ilmiah menyebutkan dapat dilakukan dengan meditasi. Sholat merupakan ibadah yang mengandung meditasi yaitu pemusatan pikiran dan hati pada satu titik, yaitu Allah SWT. Jika keadaan ini direalisasikan sedemikian rupa, maka ketenangan dan kedamaian akan menyelimuti jiwa. Itulah energi yang sebenarnya menjadi penawar dan kelelahan dan beban pikiran.

“ Upaya untuk mengatasi ini semua Prof DR. Sholeh menyatakan bahwa daya tahan tubuh (imology) dapat dilakukan melalui shalat tahajud yang dilakukan secara rutin dan penuh keikhlasan, ia menambahkan bahwa penelitian ini sudah dibuktikan kebenarannya dan mujarab sebagai obat penyembuh kegalauan jiwa ” <sup>36</sup>

Dengan berbagai penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa shalat tahajud memberikan peranan yang cukup signifikan dalam meningkatkan mental siswa.

---

<sup>35</sup> Departemen Agama, Alqur'an, OpCit, hlm 491

<sup>36</sup> Abdul Halm Roji dan Harun Al Rosyid, Shalat Menjawab Tantangan zaman, Bina Cinta Alam, Kediri, 2009, hlm 81

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Populasi dan sample

Syaefudin Azwar mendefinisikan populasi sebagai sekelompok subyek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian <sup>1</sup> Sedang menurut Prof DR Sugiyono mendefinisikan populasi dengan wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek / subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya <sup>2</sup>

Adapun subyek penelitian adalah seluruh siswa MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko Kabupaten Tuban yang berjumlah 112 siswa Karena termasuk jumlah yang besar , maka penelitian ini memerlukan sample

Untuk sekedar ancer-ancer maka apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua Penelitianya disebut dengan penelitian populasi, selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10-15 % atau 20-25% <sup>3</sup>

Dalam rangka efektifitas dan efesiensi dalam penelitian ini penulis mengambil 20 % dari total jumlah populasi yaitu dari total populasi 112 siswa sejumlah 25 siswa

#### B. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data digunakan untuk memperoleh data yang diperlukan, baik yang berhubungan dengan study literatur maupun yang dihasilkan dari data empiris

---

<sup>1</sup> Syaefuddin Azwar , *Metodologi Penelitian*, Pustaka Pelajar, Jakarta , 2001, hlm 77

<sup>2</sup> DR Sugiyono, *Metode penelitian Kuantitatif Kualitatif dan & D*, Alfabeta, Bandung, 2008, hlm 80

<sup>3</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, Anji Offset, Yogyakarta , hlm 10

Dalam study literatur penulis menelaah buku-buku, karya tulis, karya ilmiah maupun dokumen-dokumen yang berkaitan dengan tema penelitian untuk selanjutnya dijadikan sebagai acuan dan alat utama bagi praktik penelitian lapangan

Adapun untuk data empirik penulis menggunakan beberapa teknik, yaitu

### 1. Observasi

Suharsimi Arikunto menyebut observasi adalah suatu proses yang kompleks yang tersusun dari pelbagai proses biologis dan psikologis, yaitu yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan <sup>4</sup>

Metode ini digunakan secara langsung untuk mengetahui pelaksanaan shalat tahajud siswa MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko Kabupaten Tuban

### 2. Interview

Interview atau wawancara adalah metode yang dilakukan melalui dialog secara langsung antara pewawancara ( interviewer ) dengan terwawancara ( interview ) untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan <sup>5</sup>

Metode interview ini digunakan untuk menggali data terkait shalat tahajud siswa MA Salafiyah Prambontergayang Kecamatan Soko kabupaten Tuban

---

<sup>4</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta, Jakarta, 2006, hlm 146

<sup>5</sup> Ibid, hlm 145

### 3. Dokumentasi

Irawan sarlito menyatakan metode dokumentasi adalah salah satu metode yang digunakan untuk mencari data-data autentik yang bersifat dokumentasi, baik data itu merupakan catatan harian, memori atau catatan penting lainnya <sup>6</sup>

Adapun yang dimaksud dokumen disini adalah data/dokumen tertulis Metode ini digunakan untuk mengumpulkan data-data yang berkaitan dengan kajian tentang peranan shalat tahajjud dalam meningkatkan mental siswa di MA Salafiyah Prambontergayang Kecamatan Soko kabupaten Tuban, yang berasal dari dokumen-dokumen sekolah tempat anak-anak menempuh jenjang pendidikan, baik yang berupa raport, catatan kegiatan ibadah, maupun dokumen yang lain, serta persiapan mengajar guru

### 4. Angket atau kuesioner

Metode Angket atau kuesioner adalah sejumlah pertanyaan secara tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam kaitannya dengan laporan tentang shalat tahajjud atau hal-hal yang diketahuinya yang sekiranya berkaitan dengan obyek yang diteliti <sup>7</sup>

Dari angket penelitian ini kiranya peneliti akan mendapatkan data-data tentang aktivitas membaca buku agama di MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

---

<sup>6</sup> Irawan sarlito ( 2000 ), *Metode Penelitian Sosial*, PT Remaja Rosda Karya, Bandung, hlm 71-73

<sup>7</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta, Jakarta 2006 , hlm 139

## C. Jenis dan Sumber Data

### 1. Jenis Data

Data yang diperlukan digolongkan dalam dua macam, yaitu data kuantitatif dan kualitatif

Data kuantitatif yang diperlukan meliputi

- a Jumlah siswa MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban
- b Data Guru MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

Adapun data kualitatif adalah

- a Kegiatan shalat tahajud siswa MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban
- b Keadaan Mental siswa MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

### 2. Sumber Data

Untuk mendapatkan data-data tersebut diatas diperlukan sumber data yang terbagi dalam dua sumber data yaitu sumber data primer dan sekunder Sumber data primer adalah sumber data yang asli dari tangan pertama, sedangkan sumber data sekunder yaitu sumber data yang berasal dari pihak kedua.

Adapun yang dalam penelitian ini yang menjadi sumber data primer adalah siswa yang berjumlah 25 siswa Sedangkan data sekunder diperoleh dari guru, wali murid dan masyarakat sekitar serta data yang bersifat dokumen

#### 4. Teknik Analisa Data

Teknik analisa data adalah proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan. Atau bisa juga di definisikan sebagai upaya mencari dan menata data secara sistematis.<sup>8</sup>

Dalam penelitian ini penulis menggunakan dua teknik yaitu

- a. Teknik analisa kualitatif dengan menggunakan pola berfikir induktif yaitu berangkat dari fakta-fakta atau peristiwa-peristiwa yang bersifat empiris kemudian temuan tersebut dipelajari dan dianalisis sehingga bisa dibuat suatu kesimpulan dan generalisasi yang bersifat umum
- b. Teknik analisa kuantitatif atau metode analisis Statistik dimana salah satu fungsi pokok statistik adalah untuk menyederhanakan data yang amat besar jumlahnya menjadi informasi yang lebih sederhana dan lebih mudah untuk difahami.<sup>9</sup>

Adapun prosedur penelitian tersebut adalah

##### a. Analisis pendahuluan

Analisis ini digunakan untuk mengolah data hasil angket kemudian dimasukkan ke dalam distribusi frekuensi pada setiap variable, setelah diberi bobot nilai pada setiap alternative jawaban dari responden yaitu dengan mengubah data kualitatif menjadi kuantitatif dengan menggunakan kriteria sebagai berikut

##### 1) Penskoran

Pada penskoran ini, langkah yang ditempuh adalah memasukkan data-data angket yang telah , dijumlahkan masing-masing jawaban yang telah diberikan responden dalam angket penelitian yang terdiri atas 10 item soal dengan alternative jawaban dan bobot nilai sebagai berikut

---

<sup>8</sup> Ibid, hal 32

<sup>9</sup> Ibid, hal 33



- a) Untuk alternatif jawaban a dengan skor 4
  - b) Untuk alternatif jawaban b dengan skor 3
  - c) Untuk alternatif jawaban c dengan skor 2
  - d) Untuk alternatif jawaban d dengan skor 1
- 2) Menentukan kualifikasi dan interval nilai

Menentukan kualifikasi dan unterval nilai dengan rumus  $R = H -$

$$L = 1$$

Keterangan R = jarak pengukuran range

H = Nilai tertinggi

L = Nilai terendah

1 = Bilangan konstan

Jumlah interval

Adapun untuk menginterpretasikan nilai data yang telah diperoleh adalah sebagai berikut

Interval (i)	Interpretasi
Antara 81 sampai dengan 100	Baik sekali
Antara 61 sampai dengan 80	Baik
Antara 41 sampai dengan 60	Cukup
Antara 21 sampai dengan 40	Kurang

- 3) Menentukan table frekuensi dan mencari nilai rata – rata ( mean ) dari variabel (x) dan variabel (y)

$$\text{Untuk variabel (x) } Mx = \frac{\sum x}{N}$$

$$\text{Untuk variabel (y) } My = \frac{\sum y}{N}$$

#### b Analisis uji hipotesis

Analisis uji hipotesis ini digunakan untuk mengolah data yang telah terkumpul dari hasil penelitian yang bersifat kuantitatif, maka pada tahapan ini penulis menempuh langkah dengan menggunakan formula korelasi product moment angka kasar dengan rumus sebagai berikut

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left\{ \frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}}{N} \right\} \left\{ \frac{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N}}{N} \right\}}} \quad 10$$

Keterangan

$r_{xy}$  = Koefesien korelasi antara x dan y

$xy$  = Product dari x kali y

$N$  = Jumlah subyek yang diteliti

---

<sup>10</sup> Ibid, hal 33

## **BAB IV**

### **LAPORAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Gambaran Umum**

Gambaran umum ini menjelaskan mengenai gambaran madrasah secara umum yang tergambar pada dokumentasi madrasah sebagai factor pendukung dalam pembelajaran

Adapun data yang dimaksud dalam penelitian ini adalah

#### **1. Sejarah Berdirinya MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban**

MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban berdiri pada tahun 1991, yang dipelopori oleh tokoh dan ulama se kecamatan Soko kabupaten Tuban Berdirinya MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban merupakan wujud dari keinginan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan Negara khususnya di desa Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

Lain dari itu dengan keberadaan MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban, maka perlu wadah tindak lanjut, karenanya disepakati berdirinya MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

Apun tokoh-tokoh yang mendirikan MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban adalah KH Darrussalam, KH Marwi, KH Muslih, KH Asyari

Saat ini MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban dipimpin oleh seorang kepala Madrasah yang bernama Azwar Aziz

Demikian kronologi singkat sejarah perkembangan MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

## **2. Visi dan Misi MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban**

Adapun visi dan misi MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban adalah sebagai berikut

### **a Visi Pendidikan Nasional**

Terwujudnya system pendidikan sebagai peran social yang kuat dan berwibawa untuk memperdayakan semua warga Negara Indonesia yang berkualitas sehingga mampu dan proaktif menjawab tantangan zaman yang selalu berubah

### **b Visi MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban**

Memberikan layanan Pendidikan yang berkualitas seiring perkembangan zaman, tanpa kehilangan jati diri sebagai lembaga pendidikan dengan Motto pendidikan " Cerdas, trampil, cakap dan berahlaq mulia

### **c Misi MA Salafiyah Pambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban**

- a Memperdayakan Madrasah sebagai pusat pembudayaan nilai, sikap dan kemampuan
- b Meningkatkan peran guru dalam membimbing siswa untuk mandiri, demokratis dan bertanggungjawab
- c Mengembangkan madrasah menuju Madrasah Standart nasional

### 3. Letak MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten

Tuban berbatasan dengan

Sebelah utara Desa Klumpit

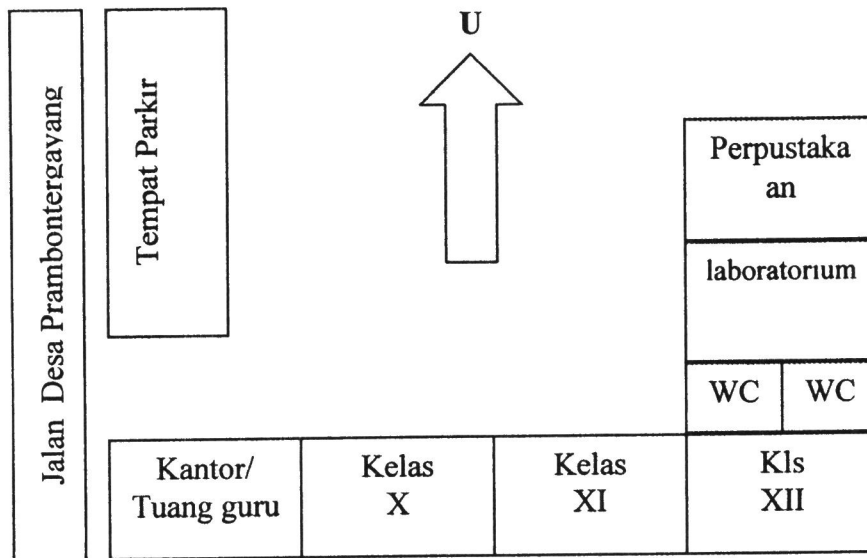
Sebelah Barat Desa Iati

Sebelah Timur Desa Mentoro

Sebelah selatan Desa Mentoro

#### Denah Lokasi

MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban



**4. Sarana Prasarana MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban**

**TABEL I**  
**TENTANG FASILITAS FISIK MI AL ROSYID KENDAL**  
**DANDER BOJONEGORO**

No	Jenis bangunan	Jumlah	Luas ( m2 )	Ket
1	Ruang kelas	3	105	
2	Ruang Perpustakaan	1	35	
3	Ruang Kepala	1	28	
4	Sekolah/Guru	-	-	
5	Ruang Laborat Bahasa	-	-	
6	Kamar Mandi/WC Murid	2	12	
7	Kamar Mandi/WC Guru	-	-	
8	Ruang Komputer	1	35	
9	Kantin Sekolah	-	-	
10	Taman Sekolah	1	16	
11	Aula	-	-	
12	Masjid/Musholla	1	421	

*Keterangan Dokumentasi MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010*

**TABEL II**  
**DATA BUKU YANG DIMILIKI MA SALAFIYAH**  
**PRAMBONTERGAYANG SOKO - TUBAN**  
**TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

No	Jenis	Kelas	Pemanfaatan
1	Referensi Guru	X-XII	Cukup
2	Paket Siswa	X-XII	Cukup
3	Bacaan Umum	-	Kurang

*Sumber data Dokumentasi MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010*

**TABEL III**  
**DATA PRABOTAN YANG DIMILIKI MA SALAFIYAH**  
**PRAMBONTERGAYANG SOKO - TUBAN**  
**TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

No	Jenis Barang	Jumlah	Kondisi			Ket
			Baik	Rsk ringan	Rsk berat	
1	Kursi siswa	120	70	50	-	-
2	Meja siswa	70	50	21	-	-
3	Meja Kep Madrasah	1	1	-	-	-
4	Kursi Kep Madrasah	1	1	-	-	-
5	Meja Guru	7	7	-	-	-
6	Kursi Guru	10	7	-	-	-
7	Kursi Tamu	1	1	-	-	-
8	Kit IPA	1	1	-	-	-
9	Almari kantor	3	6	-	-	-
10	Almari Perpustakaan	6	3	-	-	-
11	Bangku UKS	2	2	-	-	-
12	Komputer	3	3	-	-	-

*Sumber data Dokumentasi MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010*

**TABEL IV**  
**DATA INFRASTRUKTUR YANG DIMILIKI MA SALAFIYAH**  
**PRAMBONTERGAYANG SOKO - TUBAN**  
**TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

No	Jenis Barang	Jumlah	Kondisi			Ket
			Baik	Rsk ringan	Rsk berat	
1	Pagar depan	1	1	-	-	-
2	Pagar samping	1	1	-	-	-
3	Pagar belakang	1	1	-	-	-
4	Tiang bendera	1	1	-	-	-

5	Lapangan upacara	1	1	-	-	-
6	Lap olah raga	1	1	-	-	-

*Sumber data Dokumentasi MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010*

## 5. Keadaan Guru dan Karyawan

**TABEL V**  
**KFADAAN GURU DAN KARYAWAN MA SALAFIYAH**  
**PRAMBONTERGAYANG SOKO - TUBAN**

No	Nama	Status	Tugas
1	Azwar Aziz	GTT	Kepala Madrasah
2	M Yazid Mar'1,S Ag	PNS	Guru Fiqih,IPA,IPS,B Inggris
3	Parjono,A Ma	GTT	Guru B Indonesia,IPA
4	Muchlisin,A Ma	GTT	Guru PKn, Aqidah,B Jawa
5	Asmu'in,S H1	GTT	Guru B Arab,B Inggris, Nahwu
6	Muhari,a Ma	GTT	Guru Kelas I
7	Masruroh	GTT	Guru Alqur'an Hadits
8	Isti Faizah,S Pd	GTT	Guru Matematika
9	Nurhamidah,A Ma	GTT	Guru IPA,Pengembangan diri

*Keterangan Dokumentasi MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010*

## 6 Keadaan Siswa

Jumlah siswa MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010 sejumlah 141, selengkapnya dalam table berikut

**TABEL VI**  
**KFADAAN SISWA MA SALAFIYAH**  
**PRAMBONTERGAYANG SOKO - TUBAN**  
**TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

No	Kelas	L	P	Jumlah
1	VII	20	23	43
2	VIII	15	17	37



3	IX	16	16	32
Jumlah		51	66	112

*Keterangan Dokumentasi MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010*

## B . Penyajian Data

### 1. Penyajian Data tentang Kegiatan tahajjud siswa

Penyajian data merupakan hal yang juga penting dalam setiap penelitian Sebagai hasil penelitian dn sekaligus sebagai langkah-langkah persiapan dalam analisa data

Penyajian data ini dimaksudkan untuk menjelaskan mengenai Kegiatan shalat tahajjud siswa MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban, selengkapnya dalam tabelberikut

**TABEL VII**

**AKTIVITAS SHALAT TAHAJJUUD SISWA MA SALAFIYAH  
PRAMBONTERGAYANG SOKO - TUBAN  
SEMESTER II TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

No	Kelas	Rata-rata Siswa bertahajjud dalam semester		
		X	XI	XII
1	- 10 kali	14	2	2
2	11-30 kali	5	5	4
3	31-60 kali	6	7	3
4	61 – 90 kali	4	6	8
5	91 – 100 kali	12	18	9
6	Lebih dari 100 kali	13	9	7

*Keterangan Dokumentasi MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010*

## 2. Penyajian data tentang Mental siswa Siswa

**TABEL VIII**  
**HASIL BELAJAR SISWA MA SALAFIYAH**  
**PRAMBONTERGAYANG SOKO - TUBAN**  
**TAHUN PELAJARAN 2009/2010**

No	Keterangan	Mental siswa		
		X	XI	XII
1	Kurang	4	2	2
2	Cukup Baik	15	13	14
3	Baik	6	7	13
3	Sangat baik	8	15	3

*Keterangan Dokumentasi MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban tahun pelajaran 2009/2010*

Dari data dokumentasi diketahui bahwa mental anak cukup baik

## 3. Data hasil angket tentang Kegiatan shalat tahajjud siswa

Dari data dokumentasi tentang Kegiatan shalat tahajjud terhadap 55 siswa melakukan kegiatan shalat tahajjud

Dari hasil angket yang disebarkan kepada 25 siswa mengenai kegiatan shalat tahajjud, dari 10 item soal dengan alternative pilihan yaitu alternative a=4, b=3, c=2, dan d=1 hasilnya adalah sebagaimana pada table berikut

**TABEL IX**  
**DATA HASIL ANGKET TENTANG KEGIATAN**  
**TAHAJUD SISWA (X)**

NO	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X
1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	32

4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
5	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	29
6	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	32
7	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	33
8	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
9	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	29
10	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	32
11	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
12	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	33
13	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	32
14	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
15	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
16	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
17	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	32
18	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	32
19	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
20	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
21	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
23	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
23	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	33
24	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
25	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	29
Jumlah											768

Adapun cara mengukur hasil data , melihat interpretasi sebagai

berikut

- Antara 1,00 s/d 9,99 adalah kurang baik
- Antara 10,00 s/d 19,99 adalah cukup baik
- Antara 20,00 s/d 29,99 adalah baik
- Antara 30,00 s/d 39,99 adalah sangat baik



21	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
22	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	33
23	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	33
24	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
25	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	30
JUMLAH											77

### C. Analisa Data

#### 1. Analisa data tentang Aktivitas Shalat Tahajjud

Dari data dokumentasi mengenai kegiatan tahajud siswa adalah 75 % siswa melakukan shalat tahajud

Sedangkan data hasil angket untuk dapat menjawab rumusan masalah bagian pertama, yaitu tentang aktivitas shalat tahajud adalah dengan mencari rata-rata dari variabel x setelah itu dapat melihat dari interpretasi hasil rata-rata

Dari data angket variabel x di atas, maka rata-rata ( mean ) dari variabel x adalah sebagai berikut

$$M_x = \frac{\sum}{N} = \frac{768}{25} = 30,72$$

Hasil rata-rata dari variabel X = 30,72 Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas shalat tahajud termasuk baik, karena hasil rata-rata ( mean ) berada antara 20,00 s/d 29,99

#### 2. Analisa data tentang Mental siswa

Dari data dokumentasi mengenai mental siswa pada semester I tahun pelajaran 2009/ 2010, dapat dikatakan bahwa mental siswa adalah baik Hal ini dibuktikan dengan hasil rata-rata pelaksanaan shalat tahajud oleh siswa.

Untuk dapat menjawab rumusan masalah bagian II, yaitu tentang peranan shalat tahajud adalah dengan mencari rata-rata dari variabel y setelah itu dapat melihat dari interpretasi hasil rata-rata

Dari data angket variabel y di atas, maka rata-rata ( mean ) dari variabel y adalah sebagai berikut

$$My = \frac{\sum y}{N} = \frac{777}{25} = 31,08$$

Hasil rata-rata dari variabel Y = 31,08 Hal ini menunjukkan prestasi belajar siswa termasuk baik, karena hasil rata-rata ( mean ) berada antara 20,00 s/d 29,99

**c. Analisa data tentang kegiatan shalat tahajud dengan peningkatan Mental siswa**

Dalam upaya menguji peran shalat tahajud dalam meningkatkan mental siswa adalah dapat dilihat dari tabulasi hasil angket berikut ini

**TABEL XI**  
**TABULASI SKOR ANGKET VARIABEL X DAN VARIABEL Y**

N0	Aktivitas Shalat Tahajud x	Mental siswa y	Aktivitas Shalat Tahajud X <sup>2</sup>	Mental siswa Y <sup>2</sup>	xy
1	30	30	900	900	900
2	30	30	900	900	900
3	32	33	1024	1089	1056
4	30	30	900	900	900
5	29	29	841	841	841
6	32	30	1024	900	960

7	33	33	1089	1089	1089
8	30	33	900	1089	990
9	29	30	841	900	870
10	32	30	1024	900	960
11	30	33	900	1089	990
12	33	33	1089	1089	1089
13	32	32	1024	1024	1024
14	30	29	900	841	900
15	30	30	900	900	900
16	30	30	900	900	900
17	32	33	1089	1089	1056
18	32	33	1024	1089	1056
19	30	30	900	900	900
20	30	30	900	900	900
21	30	30	900	900	900
22	30	33	900	1089	990
23	33	33	1089	1089	1089
24	30	30	900	900	900
25	29	30	900	900	870
Jml	768	777	24576	24207	23780

**Keterangan**

N 25

X 768

Y 777

X<sup>2</sup> 24576

Y<sup>2</sup> 24207

XY 23780

Dari hasil angket, langkah berikutnya adalah mencari pengaruh antara shalat tahajud dengan peningkatan mental siswa di MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban, dengan menggunakan rumus korelasi product moment, yaitu sebagai berikut

$$\begin{aligned}
 r_{xy} &= \frac{\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{N} \\
 &= \frac{23780 - (768)(777)}{25} \\
 &= \frac{23780 - 23562}{\sqrt{\left\{ \frac{\sum x^2 - (\sum x)^2}{N} \right\} \left\{ \frac{\sum y^2 - (\sum y)^2}{N} \right\}}} \\
 &= \frac{218}{\sqrt{(1034)(58)}} \\
 &= \frac{218}{\sqrt{59972}} \\
 &= \frac{218}{244} \\
 &= 0,893
 \end{aligned}$$

Dari perhitungan korelasi product moment di atas, ternyata hasil  $r = 0,893$  Sedangkan taraf signifikan menurut ketentuan tabel statistik korelasi product moment dengan respondent 25 yaitu  $1\% = 0,505$  dan taraf signifikansi  $5\% = 0,396$  ( Prof DR Sugiyono )



Untuk mengetahui seberapa besar peran shalat tahajud dalam meningkatkan mental siswa dapat dilihat dari interpretasi angka indeks korelasi product moment yang telah dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto

Adapun interpretasi tersebut sebagai berikut

Angka indeks korelasi " r " product moment	Interpretasi
Antara 0,800 s/d 1,00	Tinggi
Antara 0,600 s/d 0,800	Cukup
Antara 0,400 s/d 0,600	Agak rendah
Antara 0,200 s/d 0,400	Rendah
Angka 0,000 s/d 0,200	Sangat rendah ( tak berkorelasi )

Dengan demikian dapat diketahui  $r_{hitung} = 0,893$  berada antara Antara Antara 0,800 s/d 1,00 yang berarti dikategorikan tinggi Hal ini mengandung pengertian bahwa antara variabel x dan variabel y terdapat korelasi yang kuat, jadi dapat dikatakan bahwa shalat tahajud berperan dalam meningkatkan mental siswa MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut

- 1 Bahwa Shalat tahajud adalah shalat sunah malam yang diperintahkan untuk dilaksanakan ketika seorang bangun dari tidurnya di tengah malam Tahajud sendiri artinya bangun dari tidur, dan bahwa data angket variabel x di atas, maka rata-rata ( mean ) dari variabel  $X = 30,72$  Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas membaca buku agama termasuk baik, karena hasil rata-rata (mean) berada antara 20,00 s/d 29,99
- 2 Mental adalah adalah jembatan diatas nama pikiran kita berjalan menuju tindakan, karenanya jembatan itu akan runtuh jika ia dilalui oleh benak yang sarat pikiran yang melebihi kemampuan jiwa mewadainya, dan jika yang sebaiknya terjadi, hisup seseorang akan kehilangan efesiensi dan efektivitas Mental disebut juga sebagai suatu keadaan kejiwaan seseorang yang dipengaruhi oleh belajar dan keyakinan Adapun berdasarkan hasil angket mental siswa adalah variabel  $Y = 31,08$  Hal ini menunjukkan prestasi belajar siswa termasuk baik, karena hasil rata-rata ( mean ) berada antara 20,00 s/d 29,99
- 3 Bahwa sholat tahajud memberikan peran dalam meningkatkan mental siswa juga baik , hal ini dibuktikan dari perhitungan korelasi product moment di atas, ternyata hasil  $r = 0,893$  Sedangkan taraf signifikan menurut ketentuan tabel statitik korelasi product moment dengan respondent 25 yaitu  $1 \% = 0,505$  dan taraf signifikansi  $5 \% = 0,396$  Dengan demikian dapat terlihat bawasanya

terdapat pengaruh yang kuat antara variabel X dan variabel Y , dan dapat dikatakan bahwa shalat tahajud memberikan peranan bagi peningkatan mental siswa di MA Salafiyah Prambontergayang kecamatan Soko kabupaten Tuban

#### **B. Saran - saran**

- 1 Aktivitas shalat tahajud hendaknya menjadi prilaku dan kebiasaan bagi setiap siswa Madrasah Aliyah
- 2 Meningkatkan mental anak didik merupakan tanggung jawab bersama antara orang tua, sekolah dan masyarakat

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*, Rineka Cipta, Jakarta, 2006
- Azwar, Saifudin, *Metodologi Penelitian*, Pustaka Peljar, Yogyakarta, 2001
- Al hamid, Zeid Husein, *Ikhtisar Ihya' Ulumuddin Al Ghozali*, Pustaka Amanu, Jakarta 2007
- Bahreisyi, Salim, *Tarjamah Riaddhus Shalih*, PT Al Ma'atuf, Bandung, 1987
- Bigham, W Van D, *Aptitude and aptitude testing*, Harper, New York, 1937
- Departemen Agama RI, *Al Qur'an dan terjemahnya*, CV Toha Putra, Semarang, 1989
- Departemen Agama, *Fiqh*, Dirjen Pembinaan Kelembagaan Agama Islam dan Universitas Terbuka, Jakarta, 2001
- Fatihuddin, *Terjemah Shahih Muslim Juz II p 459*, PT Terbit terang, Surabaya, 2007
- Hadji, Sutrisno, *Metodologi Research I*, Andi Offset, Yogyakarta, 2001
- Halim Roji, Abdul, dan Harun Al Rosyid, *Shalat Menjawab Tantangan zaman*, Bina Cinta Alam, Kediri, 2009
- Kanwil Departemen Agama Propinsi JATIM, *Pedoman dan Implementasi Pengembangan KTSP*, Kasu Mapenda Kanwil Depag Jatim, Surabaya, 2007
- Muhaimin, MA, *Paradigma pendidikan Islam*, PT Remaja Rosda Karya, Bandung, 2007
- Muhyidin, Muhammad, *Bertahajudlah Niscaya Engkau Menjadi Mulia*, Diva Pers, Yogyakarta, 2008
- Arifin, M Ed, Prof DR, *Ilmu Pendidikan Islam*, Bumi Aksara, Jakarta, 1998
- Michael, W B, *Encyclopedia of Educational Research*, McMillan, New York, 1960
- Purwodarminto, WJS, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Balai Pustaka, Jakarta, 1987
- Prasetya, Drs, *Filsafat Pendidikan*, PT Pustaka Setiya Bandung, 1997
- Rosyid, Sulaiman, *Fiqh Islam*, At Thahiriyah, Jakarta, 1976
- Sugiyono, Prof DR, *Metode Penelitian Kuantitatif - Kualitatif dan R & D*, Alfabeta, Bandung, 2008

Sarlito, Irawan , *Metode Penelitian Sosial*, PT Remaja Rosda Karya, Bandung, 2000

Syabiq , Sayyid, *Fiqih Sunnah 2* , PT Alma'arif, Bandung, 1989

Syukur, Amin , *Dzikir Menyembuhkan Kankerku*, Hikmah Populer, Jakarta

Yulis , Rama, DR, *Ilmu Pendidikan Islam*, Bumi Aksara , Jakarta, 1994

## DAFTAR NAMA RESPONDEN

Judul Penelitian

PERANAN SHOLAT TAHAJJUD DALAM MEINGKATKAN MENTAL SISWA DI MA SALAFIYAH PRAMBONTERGAYAG SOKO - TUBAN

NO	NAMA	KELAS
1	Fitri Reina Imam Khusna	X
2	Fatma Nabila	X
3	Ilfa Mahbubatin Rohmah	X
4	Lailatul Badi'ah	X
5	Nurul Asiyah	X
6	Yuyun Rahmawati	X
7	Ella Nur Ain	X
8	Kholifatul Ummah	X
9	Ine Febriani	X
10	Deva Saputra	X
11	Luki Fahrudin	X
12	Fahrudin	XI
13	Rizki Fajar Nur Ain	XI
14	Susanto	XI
15	Niam Kholasi	XI
16	Siti Linawati	XI
17	St Nur fadhilah	XI
18	M Abdul Qudus	XI
19	A Ali Khumaidi	XII
20	Dwi mahiroh An Nuur	XII
21	Fatiya Rosida	XII
22	Izza Lu'luul Jannah	XII
23	Isma faiqotul Himmah	XII
24	M Lutfi Kurniawan	XII
25	Nurul Ita Ismawati	XII

## ANGKET

### INSTRUMEN PENGGALIAN DATA

Judul PERANAN SHOLAT TAHAJJUD DALAM MEINGKATKAN MENTAL SISWA DI MA SALAFIYAH PRAMBONTERGAYAG SOKO - TUBAN

#### PETUNJUK PENGISIAN :

- 1 Bacalah dengan cermat semua pertanyaan dan alternative jawaban yang telah disediakan
- 2 Pilihlah salah satu jawaban yang dianggap paling benar dengan cara memberikan silang pada jawaban yang telah tersedia.
- 3 Usahakan jangan sampai ada nomor yang tidak terisi

*Di isi siswa*

#### Masalah : Pelaksanaan Shalat Tahajjud ( X )

- 1 Apakah Anak-anak senantiasa melaksanakan shalat tahajjud di rumah  
a ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak
- 2 Apakah Sekolah pernah mengadakan kegiatan shalat tahajjud pada acara-acara tertentu  
a ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak
- 3 Apakah sekolah memberikan catatan laporan pelaksanaan shalat tahajjud  
a ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak
- 4 Apakah sekolah selalu melakukan observasi tentang pelaksanaan shalat tahajjud siswa  
a. ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak
- 5 Apakah sekolah senantiasa melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan shalat tahajjud siswa  
a ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak
- 6 Apakah sekolah senantiasa melaukan analisis hasil pelaksanaan shalat tahajjud siswa  
a ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak
- 7 Apakah sekolah pernah memberikan reward terhadap siswa yang giat melaksanakan shalat tahajjud  
a ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak

- 8 Apakah sekolah pernah memberikan peringatan terhadap anak yang tidak pernah melaksanakan shalat tahajjud  
 a ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak
- 9 Memberikan pujian ketika anak-anak yang melaksanakan shalat tahajjud  
 a ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak
- 10 Melakukan kerjasama dengan wali murid dalam kaitanya dengan pelaksanaan shalat tahajjud  
 a. ya, selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak

**Masalah : Mental siswa ( Y )**

- 1 Apakah anak – anak selalu mengucapkan salam bila bertemu Bpk/Ibu guru  
 a ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak pernah
- 2 Apakah anak – anak selalu bertutur kata yang baik  
 a. ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak pernah
- 3 Apakah anak – anak selalu belajar dengan senang hati  
 a ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak pernah
- 4 Apakah anak – anak selalu mengikuti bergaul baik dengan temanya  
 a ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak ada
- 5 Apakah anak – anak mengikuti sholat dhuhur berjamaah  
 a ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak baik
- 6 Apakah anak – anak senantiasa sopan dalam bertingkah laku di sekolah  
 a ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak baik
- 7 Apakah anak – anak selalu berpakaian rapi di sekolah  
 a ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak baik
- 8 Apakah anak –anak selalu mengikuti tata tertib di sekolah  
 a. ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak baik
- 9 Selalu tepat waktu dalam menjalankan ibadah  
 a ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak baik
- 10 Selalu membuang sampah pada tempatnya  
 a ya,selalu      b kadang - kadang      c ragu – ragu      d tidak baik





**YAYASAN PENDIDIKAN MA'ARIF NU  
MADRASAH ALIYAH SALAFIYAH PRAMBONTERGAYANG  
KECAMATAN SOKO KABUPATEN TUBAN**

*Alamat Desa Prambontergayang Kabupaten Tuban*

---

Nomor 13/A/16 11/I/2010  
Lamp -  
Hal **Pemberian Ijin penelitian**

Kepada  
Yth Sdr Siti Maisyaroh  
Di -  
Tempat

Assakamu'alaikum Wr Wb

Puja dan puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT semoga kita senantiasa mendapatkan limpahan rahmat, taufiq dan HidayahNya

Menindaklanjuti Surat Saudara ,

Nama Siti Maisyaroh  
NIM 2008 5501 02250  
PT STAI Sunan Giri Bojonegoro

Tentang ijin penelitian sebagai pemenuhan salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Islam Stara Satu (S-1) pada Sekolah Tinggi Ilmu Agama Islam (STAI) Sunan Giri Bojonegoro

Maka setelah melakukan pertimbangan dan demi peningkatan Madrasah yang kami pimpin, kami memberikan ijin sebagaimana dimaksud

Demikian Atas kerjasamanya disampaikan banyak terimakasih

Wassalaamu'alaikum Wr Wb

**Kepala Madrasah**

**AZWAR AZIZ, S.PdI**