# BAB I. PENDAHULUAN

## 1.1.Latar Belakang Masalah

Shalat adalah tiang agama, maka dari itu Shalat merupakan amal ibadah yang memiliki peran sangat vital dalam pengabdian seorang hamba terhadap tuhan-Nya. Shalat merupakan amalan pertama yang akan dipertanggung jawabkan pertama kali di akhirat. Shalat *fardhu* adalah Shalat wajib yang dikerjakan 5 waktu setiap hari . Adapun Shalat yang disyariatkan oleh Allah SWT dan Rasul-Nya sebagai ibadah pelengkap dan penghias amalan adalah Shalat *sunnah*.

Shalat *sunnah* atau dapat disebut juga Shalat nawafil adalah Shalat yang dianjurkan untuk dikerjakan, tapi hukumnya tidak wajib seperti Shalat *fardhu*. Shalat *sunnah* bila tidak dikerjakan tidak akan mendapatkan dosa, namun jika dikerjakan akan mendapatkan pahala. Shalat *sunnah* yang diajarkan oleh Rasulullah SAW sangat lah beragam. Secara garis besar dibedakan menjadi dua macam. Yaitu Shalat *sunnah* yang mengiringi Shalat wajib dan Shalat yang tidak mengiringi Shalat wajib. Dari beragam nya Shalat *sunnah*, ada satu Shalat *sunnah* yang sangat dianjurkan untuk dikerjakan oleh seluruh umat muslim, yaitu Shalat *tahajud*.

Shalat *tahajud* merupakan Shalat *sunnah* yang memiliki derajat tinggi, karena seorang hamba harus bangun dan meninggalkan kenikmatan tidurnya untuk mengambil wudhu dan beribadah kepada Allah SWT. “ Shalat *tahajud* merupakan menifestasi takwa dan cinta seorang hamba kepada Allah SWT “(El-Hamdi, 2013, 54). Berdasarkan fenomena di lapangan, sangat di sayangkan di zaman modern ini banyak sekali masyarakat muslim melewatkan Shalat *tahajud* dengan alasan lelah karena bekerja, mengerjakan tugas, malas, dan lain lain. Selain itu , kebiasaan tidur larut malam juga menjadi salah satu faktor ditinggalkan nya Shalat *tahajud*. Dan lebih memilih untuk tidur setelah Shalat subuh atau mengganti waktu tidur nya di siang hari dengan durasi lama yang akan menyebabkan produktivitas semakin menurun dan membuat konsentrasi pada siang hari menjadi tidak maksimal. Kondisi tersebut akan berimbas pada meningkat nya tingkat stress. Semakin tinggi tingkat stress akan berpengaruh buruk pada tingkat kesehatan.

Padahal disisi lain, Shalat *tahajud* memiliki manfaat yang sangat baik bagi jasmani maupun rohani.

"Bangunlah untuk Shalat di malam hari kecuali sedikit daripadanya. Yaitu seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit atau lebih dari seperdua itu. Dan bacalah Alquran dengan perlahan-lahan." (Al-Muzammil [73]: 2-4) .

Salah satu manfaat dari Shalat *tahajud* adalah mengobati penyakit jiwa, yaitu rasa malas yang mampu menurunkan tingkat ke produktifitas dalam bekerja ataupun belajar. Maka dari itu, permasalahan ini sangatlah penting untuk diangkat agar membuat masyarakat muslim menyadari bahwa Shalat *tahajud* adalah obat dari gangguan jasmani dan rohani.

### 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dijabarkan, masalah yang teridentifikasi diantaranya:.

- Banyak nya faktor yang membuat Shalat *tahajud* dilewatkan
- Sebagian masyarakat belum banyak mengetahui mengenai manfaat Shalat *tahajud* bagi kesehatan.

### 1.3. Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah yang didapat, fokus dari masalah yang akan diangakat yaitu :

- Bagaimana cara meningkatkan kesadaran masyarakat muslim agar menganggap bahwa Shalat *tahajud* itu merupakan sebuah kebutuhan untuk kesehatan jasmani dan rohani nya ?

### 1.4. Batasan Masalah

Masalah akan dibatasi pada remaja muslim di Kota Bandung, dengan rentang usia 17- 21 tahun dengan kesibukan yang padat dan memiliki pola tidur yang buruk.

## 1.5. Tujuan dan Manfaat Perancangan

Berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai antara lain.

- Meningkatkan kesadaran masyarakat muslim akan penting nya Shalat *tahajud*
- Menginformasikan manfaat dari Shalat *tahajud* bagi kesehatan jasmani dan rohani.