

## BAB II

### PEMBAHASAN

#### A. Landasan Teori

##### 1. Sekilas tentang Al-Qur'an

Al-Qur'an merupakan mukjizat rosul yang mulia. Pada masa Al-Qur'an di turunkan terdapat ajaran-ajaran serta kebenaran-kebenaran di dalamnya, yang sebelumnya tidak pernah ditemui di dunia.

##### a. Pengertian Al-Qur'an

Dalam penelitiannya, Muhammad Abdul Kharis mengatakan bahwa menurut pendapat Muhammad Khudhori Bik, makna Al-Qur'an ialah sesuatu paling agung yang diturunkan kepada Nabi Muhammad secara berangsur-angsur semenjak malam ke tujuh belas di bulan Ramadhan pada tahun ke empat puluh satu dari kelahiran beliau dan surah al alaq ayat 1-5 menjadi ayat yang pertama kali turun, yang menurunkan adalah malaikat jibril kemudian di wahyukan kepada Rosulullah ketika beliau sedang beribadah di gua Hira'. Al-Qur'an itu diturunkan sampai hijrah Nabi dan tahun keenam puluh tiga dari kelahiran beliau tepatnya pada hari kesembilan Dzulhijjah yaitu pada hari haji akbar tahun kesepuluh. Surah al maidah ayat tiga menjadi ayat terakhir Al-Qur'an yang turun. Sedangkan jarak antara awal hingga akhir turunnya ayat ialah dua tahun dua bulan dua puluh dua hari.<sup>1</sup>

Menurut seorang kritikus Islam kontemporer al jabiri, Al-Qur'an mengandung tiga sisi yaitu, sisi sejarah, spiritual serta sisi sosial. Tinjauan ini dilihat dari hubungan Al-Qur'an dengan risalah sebelumnya, dan posisinya Al-Qur'an sebagai pembenar risalah samawi terdahulu. Sedangkan sisi spiritual adalah tinjauan dari proses penyampaian wahyu itu sendiri yang melibatkan malaikat jibril yang juga melibatkan faktor psikologis Rosulullah SAW. Sementara itu, dari sisi sosial Al-Qur'an dikaitkan dengan realitas sosial dimana Al-Qur'an itu di turunkan. Di dalam Al-Qur'an sendiri banyak merespon beberapa problematika yang terjadi pada bangsa Arab, sehingga

---

<sup>1</sup> Abdul kharis, "*Puasa Dalail Al-Qur'an dalam Perspektif Hadist*". Skripsi UIN WALISONGO Semarang, 2017, Hal. 41

menjadi sebuah keniscayaan jika Al-Qur'an harus berupa Bahasa Arab.<sup>2</sup>

Beberapa pengertian yang dijelaskan sebelumnya, memperlihatkan bahwa Al-Qur'an ialah kitab suci Allah terakhir yang diturunkan kepada Nabi sekaligus Rosul terakhir yaitu Nabi Muhammad, sebagai penyempurna kitab-kitab sebelumnya serta sebagai penyempurna agama-agama lain sebelumnya dan setelah itu tidak ada kitab suci lagi yang diturunkan.

**b. Keutamaan membaca dan menghafal Al-Qur'an**

Umat Muslim berkewajiban untuk menaruh perhatian terhadap Al-Qur'an, baik dengan cara menghafalnya, membacanya ataupun memahami maknanya. Allah SWT telah menjanjikan bagi para penjaga Al-Qur'an yaitu diberikan pahala, dinaikkan derajatnya serta diberikan ketenangan dunia dan akhirat. Tiada bacaan seperti Al-Qur'an yang diatur tatacara membacanya, bahkan diatur irama dalam membacanya sampai kepada etika membacanya. Setiap amal ibadah memiliki keutamaan sendiri-sendiri. Begitupun juga dengan membaca Al-Qur'an. Sudah sangat jelas Allah memerintahkan untuk membaca Al-Qur'an, seperti dalam firman-Nya Q.S. Al-ankabut:45

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى عَنِ  
الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ

Artinya: “Bacalah kitab (Al-Qur'an) yang telah diwahyukan kepadamu (Muhammad) dan laksanakanlah sholat. Sesungguhnya sholat itu mencegah dari (perbuatan-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.”(Q.S. Al-ankabut:45)

Ayat tersebut secara tegas memerintahkan supaya selalu membaca Al-Qur'an. Karena dengan Al-Qur'an akan membuat hidup menjadi lebih terarah. Begitupun juga Al-Qur'an memiliki banyak manfaat untuk para pembacannya, sehingga dengan hal itu akan menjadikan motivasi umat Islam untuk selalu membaca dan menghafalnya. Dalam kitab

---

<sup>2</sup> Ahmad Fawaid, “Kritik atas Kritik Epistimologi Tafsir M. Abied Al Jabiri “, *Jurnal Ulul Albab*, 2015, hal 169 diakses pada 24 Mei 2021

*Al Tibyan Fi Adabi Hamalati Al-Qur'an*, Imam Nawawi menyampaikan mengenai keutamaan menghafal Al-Qur'an itu ada dua, yaitu:<sup>3</sup>

- 1) Al-Qur'an akan menjadi pemberi syafa'at untuk orang yang membaca, memahami serta mengamalkannya nanti di hari kiamat. Dalam hadist disebutkan: Abu Umamah al Bahili berkata kepadaku, saya mendengar Rosulullah Saw bersabda: "Bacalah Al-Qur'an, maka sesungguhnya ia akan datang pada hari kiamat nanti sebagai pemberi syafa'at kepada pemiliknya (pembacanya).
- 2) Orang yang menghafalkan Al-Qur'an akan mendapatkan derajat yang tinggi disisi Allah SWT, akan mendapatkan pahala yang besar serta mendapat penghormatan diantara sesama manusia.

Al-Qur'an akan menjadi *Hujjah* atau pembela bagi pembacanya. Pembaca Al-Qur'an, khususnya para penghafal Al-Qur'an yang kualitas dan kuantitasnya lebih tinggi, akan bersama malaikat yang selalu melindunginya dan mengajaknya kepada kebaikan. Dengan demikian umat Islam berkeyakinan bahwa, Al-Qur'an adalah satu-satunya pedoman hidup bagi manusia.

## 2. Pembiasaan One Day One Juz

Secara etimologi, pembiasaan berasal dari kata biasa. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, biasa artinya lazim atau umum serta hal yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Sehingga pembiasaan dapat diartikan dengan proses membuat sesuatu menjadi terbiasa. Pembiasaan adalah sesuatu yang sengaja dilakukan secara berulang-ulang agar sesuatu tersebut dapat menjadi kebiasaan.

Setiap Muslim wajib untuk memiliki kemampuan dalam membaca Al-Qur'an serta menjadikan kegiatan membaca Al-Qur'an sebagai kebiasaan. Maka dari itu *One Day One Juz* merupakan suatu proses pembiasaan yang sangat baik dalam tilawah Al-Qur'an. Dengan memperbanyak membaca Al-Qur'an maka banyak pula keutamaan-keutamaan yang di dapat, seperti dalam HR. Tirmidzi sebagai berikut:

---

<sup>3</sup>Yusron masduki, "Impilikasi Psikologis Bagi Penghafal Al-Qur'an", *Jurnal Medina*, 2018. Hal 28 diakses pada 24 Mei 2021

مَنْ قَرَأَ حَرْفًا مِنْ كِتَابِ اللَّهِ فَلَهُ بِهِ حَسَنَةٌ وَالْحَسَنَةُ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا لَا  
أَقُولُ الْم حَرْفٌ وَلَكِنْ أَلِفٌ حَرْفٌ وَلَا مٌ حَرْفٌ وَمِيمٌ حَرْفٌ

Artinya: “Siapa yang membaca satu huruf dari Al-Qur’an maka baginya satu kebaikan dengan bacaan tersebut, satu kebaikan dilipatkan menjadi 10 kebaikan semisalnya dan aku tidak mengatakan “alif lam mim” satu huruf tetapi alif satu huruf lam satu huruf dan mim satu huruf.”(HR. Tirmidzi).

Membaca Al-Qur’an menggunakan program *One Day One Juz* akan terasa berat bagi seseorang yang tidak terbiasa melakukannya tetapi jika terdapat *himmah* atau semangat maka tidak akan terasa sulit dan berat, karena agama itu mudah dan tidak memberatkan umatnya.

Menurut Ani Nur Aeni untuk membiasakan program *One Day One Juz* ini terdapat beberapa langkah awal supaya tidak terasa berat dalam melakukannya, adalah sebagai berikut:<sup>4</sup>

- a. Mempunyai niat yang kuat untuk melaksanakan program *One Day One Juz* serta ikhlas dalam melakukannya.
- b. Mengalokasikan waktu khusus untuk membaca Al-Qur’an, misalnya di lakukan setelah sholat fardhu maupun sholat sunnah.
- c. Membagi bacaan Al-Qur’an satu juz menjadi beberapa kali bacaan. Misalnya membaginya menjadi tiga kali atau lima kali bacaan, sehingga tidak terlalu berat untuk melakukan program *One Day One Juz*, karena tidak dibaca satu dalam satu kali dudukan.
- d. Memilih mushaf Al-Qur’an yang menarik secara visual supaya menumbuhkan motivasi dan menghilangkan kejenuhan ketika membaca Al-Qur’an, terutama yang mushaf yang ada tanda khusus pada setiap awal juznya.
- e. Membawa Al-Qur’an kecil misalnya *tafsir bayan* kemanapun kita pergi, sehingga memungkinkan kita untuk selalu membacanya dan dimanapun tempatnya.
- f. Menandai akhir bacaan setelah selesai tilawah untuk menghindari lupa.

Dengan enam langkah awal tersebut maka akan mempermudah bagi para pemula program *One Day One Juz*

---

<sup>4</sup> Ani Nur Aeni, “Menjadi Guru SD yang Memiliki Kompetensi Religius Melalui Program *One Day One Juz*”, *ejournal.upi.edu*, 2015, hal 219

untuk dapat melaksanakan program ini. Jika satu kali program ini berhasil maka akan menjadi suatu kebiasaan. Kemudian kebiasaan tersebut lambat laun akan membentuk pribadi yang Al-Qur'ani bagi para pembacanya. Program *One Day One Juz* ini juga sangat cocok untuk para penghafal Al-Qur'an, khususnya untuk penghafal Al-Qur'an yang sudah mendapatkan beberapa juz yang di hafal sebagai metode *muroja'ah*. Dengan mengulang-ngulang hafalannya sehari satu juz maka sangat kecil kemungkinan untuk mengalami kelupaan dalam ayat Al-Qur'an yang sudah pernah di hafalkan.

Seperti yang dikatakan Bimo Walgito dalam bukunya *Pengantar Psikologi Umum* bahwa, terdapat metode untuk menangkap suatu pembelajaran, yaitu dengan menimbulkan kembali dan mengingat kembali. Ingatan mempunyai fungsi yaitu *remembering* yang merupakan kemampuan untuk menimbulkan kembali hal-hal yang disimpan dalam ingatan.<sup>5</sup> Dengan pembiasaan *One Day One Juz*, seorang penghafal Al-Qur'an secara otomatis menimbulkan kembali ingatan dalam artian mengingat hafalan Al-Qur'annya dengan cara mengulang-ngulan membaca Al-Qur'an dalam pembiasaan *One Day One Juz*.

### 3. Puasa

Secara etimologis, puasa berasal dari Bahasa Arab yaitu *shaum* yang berarti menahan atau menjaga. Sedangkan secara istilah syariat, puasa ialah menahan diri dari segala sesuatu yang membatalkan puasa, seperti makan, minum serta nafsu mulai dari terbit fajar sampai matahari terbenam. Puasa adalah suatu amalan yang mengandung banyak manfaat untuk siapapun yang menjalankannya yaitu menahan kesenangan dan hawa nafsu semata-mata hanya mengharap ridho Allah.<sup>6</sup>

Secara istilah, terdapat beberapa pakar yang menjelaskan mengenai puasa. Salah satunya adalah T.M. Hasbi Ash Shiddieqy mengatakan bahwa puasa ialah menahan nafsu dari godaan syahwat dan mencipatakan kesucian batin yang akan membawa ketenangan jiwa. Bahkan para kalangan sufi mengatakan, selain

---

<sup>5</sup> Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, Andi Offset: Yogyakarta, 2004. Hal. 152

<sup>6</sup>Husnul Hidayati, “*Riyadah Puasa Sebagai Model Pendidikan Pengendalian Diri untuk Pemenuhan Kebutuhan Fisiologis*”, Millah: *Jurnal Studi Agama*, Vol. 20, No. 1 2020, hal. 115 Diakses pada 07 April 2021

makna syariah, puasa juga mempunyai makna rohani yaitu membersihkan semua panca indra serta pemikiran-pemikiran dari hal-hal yang di haramkan.<sup>7</sup> Selain itu, Abdur Rahman Shad juga mengatakan bahwa terdapat dua aspek dalam diri manusia dari pelaksanaan puasa, yaitu aspek fisik dan psikologis. Pada aspek fisik seorang Muslim yang berpuasa dengan menahan diri dari makan dan minum. Sedangkan aspek psikologis, seorang Muslim yang berpuasa dengan menahan diri dari sifat-sifat yang tercela seperti dusta, takabur dan lain sebagainya.<sup>8</sup> Makna puasa secara haqiqi sebenarnya bukan hanya sekedar menahan makan, minum serta syahwat. Tetapi, sebenarnya puasa juga menahan diri dari segala ucapan dan perilaku yang bertentangan dengan iman, seperti dalam hadist yang diriwayatkan oleh Ibn Khuzaimah, Ibn Hibban dan Al Hakim dari Abu Huraira, Rosulullah bersabda yang artinya: *“Bukanlah puasa itu (hanya) dari makan dan minum, tetapi (juga) puasa dari perkataan kotor dan caci maki”*.<sup>9</sup>

Dari penjelasan di atas, bisa disimpulkan bahwa puasa ialah suatu amalan ibadah sebagai kehadiran penghambaan seorang Muslim dengan menahan diri dari segala hal yang dapat membatalkan serta dari hal-hal yang dapat mengurangi kualitas puasa itu sendiri dengan ketentuan serta syarat yang telah ditetapkan dari mulai terbit fajar sampai terbenamnya matahari dengan niat semata-mata hanya untuk mengharap ridho Allah SWT.

Selain puasa wajib di bulan Ramadhan, syariat islam juga menganjurkan untuk puasa sunnah. Kalangan pesantren memiliki satu tradisi tirakat atau *Riyadah* puasa sebagai metode untuk melatih pengendalian nafsu. Didalam pesantren juga mengenal banyak jenis tirakat puasa dan setiap tirakatpuasa memiliki tata cara dan pelaksanaannya tersendiri.<sup>10</sup> Seperti yang terdapat pada beberapa Pesantren salah satunya di daerah Kudus yang memang masyhur dengan tirakat puasanya. Banyak sekali amalan-amalan

---

<sup>7</sup>M. Shabir U, “Nilai-nilai Pendidikan dalam Ibadah Puasa”, *Jurnal Lentera Pendidikan*, Vol. 14, No. 2, 2011, hal. 140 diakses pada 08 April 2021

<sup>8</sup>Akmilatul Haq Al Maulida, “Resepsi Puasa Dalail Al-Qur’an Dalam Pendidikan Akhlak”, *Skripsi IAIN Salatiga*, 2020, hal. 28

<sup>9</sup>Mustakim, “Hikmah Puasa Dalam Pembentukan Insan Kamil”, *Skripsi IAIN Sunan Ampel*.1998. Hal. 13, diakses pada 09 April 2021

<sup>10</sup>Husnul Hidayati, “Riyadah Puasa Sebagai Model Pendidikan Pengendalian Diri Untuk Pemenuhan Kebutuhan Fisiologis”, *Millah: Jurnal Studi Agama*, Vol. 20, No. 1, 2020, hal. 116.

puasa sunnah yang dilakukan para santri, salah satunya adalah puasa Dalail khoiroh, puasa Dalail Al-Qur'an, puasa daud, puasa *nyireh* serta masih banyak lagi amalan puasa sunnah dibawah bimbingan seorang *Mujiz*. *Mujiz* adalah seorang guru atau Mursyid yang memang sudah berhak untuk memberikan ijazah suatu amalan *Riyadah* kepada seseorang. Sebelum melakukan amalan *Riyadah* tersebut para santri diharuskan untuk sowan terlebih dahulu kepada kyai yang menjadi *Mujiz*.<sup>11</sup>

a. Manfaat Puasa

Puasa merupakan salah satu bentuk ibadah sebagai bukti penghambaan umat Muslim. Secara hakiki, tujuan puasa tidak lain hanyalah semata-mata untuk mengharap ridho Allah dan taqwa sebagai jalan untuk menuju ridho-Nya dengan melaksanakan apa yang diperintahkan serta menjauhi apapun yang dilarang-Nya. Beberapa manfaat tersebut adalah sebagai berikut:

1. Membentuk pribadi yang taqwa

Puasa ialah salah satu ibadah dalam membentuk ketaqwaan dalam diri seseorang dan memang tujuan utama puasa pada hakikatnya adalah ketaqwaan. Sebagaimana firman Allah mengenai manfaat disyariatkannya puasa dalam surat Al Baqoroh ayat 183:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertaqwa”

Puasa menjadikan seseorang terbiasa untuk selalu takut kepada Allah dan merasa diawasi dalam setiap melakukan segala hal, sehingga dengan sendirinya membentuk pribadi yang taqwa untuk selalu melaksanakan apa yang di perintahkan Allah serta menjauhi larangan-Nya. Dari situ terlihat bahwa puasa adalah sarana untuk menjadi seseorang yang bertaqwa, karena dalam menjalankan ibadah puasa seseorang diharuskan untuk bisa mengontrol dirinya, mengendalikan hawa nafsu serta harus mempunyai

---

<sup>11</sup> Responden 1, ketua pondok darul falah tiga putri, *wawancara pribadi*, 07 April 2021

keteguhan jiwa untuk meninggalkan apa yang di senangnya.<sup>12</sup>

## 2. Melatih kesabaran

Sabar artinya menahan diri dari segala hal yang tidak disenangi dengan hanya mengharap ridha Allah. Sabar yang paling baik ialah sabar dalam hal-hal yang berkaitan denganketaatan kepada Allah, sabar dalam meninggalkan segala maksiat serta sabar dalam menerima takdir-Nya. Tetapi sabar yang paling utama adalah sabar dalam menjalankan perintah-Nya dan sabar dalam menjauhi larangan-Nya. Puasa adalah salah satu wadah untuk latihan bersabar dalam taat kepada Allah, sabar dalam menjauhi larangan-Nya serta sabar dalam menahan nafsu berupa rasa lapar, haus serta kelemahan raga.<sup>13</sup>

## 3. Melatih kedisiplinan

Puasa dapat menjadikan orang yang melakukannya memiliki tingkat kedisiplinan yang tinggi. Hal ini dapat dilihat dalam hadist sebagai berikut:

إِذَا رَأَيْتُمَا هِلَالَ الْقِسْمِ مَوَاوِئًا إِذَا رَأَيْتُمُوهُمَا فَطُرُوا فَإِنَّ نِعْمَتَنَا عَلَيْكُمْ مَقْصُومَةٌ  
أَثَلَاثِينَ يَوْمًا

Artinya: “Berpuasalah kalian dengan melihatnya (hilal) dan berbukalah dengan melihatnya pula. Apabila kalian terhalang oleh awan maka sempurnakanlah jumlah bilangan hari bulan sya’ban menjadi tiga puluh.”

Dalam kandungan hadist tersebut menunjukkan bahwa awal masuk puasa dan waktu untuk berbuka itu sudah ditentukan dan memiliki waktu sendiri-sendiri. Hal ini mengisyaratkan bahwa puasa melatih umatnya untuk belajar bersikap disiplin. Selain disiplin dalam waktu pelaksanaannya, seseorang juga dilatih untuk disiplin

<sup>12</sup>Mat Syaifi”*Nilai-nilai Pendidikan Islam dalam Ibadah Puasa Ramadhan*” *Jurnal Tarbawi*, Vol. 07, No. 02. 2019.hal. 16.diakses pada 24 April 2021

<sup>13</sup> Bakti Andrian”*Nilai-nilai Pendidikan Islam dalam Pengamalan Puasa Ramadhan Menurut Tafsir al; Misbah*” *Skripsi UIN Raden Intan Lampung*, 2018. Hal. 62.diakses pada 24 April 2021

dalam menjaga apa-apa yang tidak diperbolehkan saat menjalankan ibadah puasa.<sup>14</sup>

#### 4. Tirakat

Tirakat dalam bahasa Arab adalah *ṭariqah*. Kata tersebut mengalami perubahan bentuk kata karena perubahan bunyi vokal, kemudian berubah ucap menjadi tirakat. *Ṭariqah* dalam pengertian kamus bahasa Arab *Al Munjid fi Al Lughah wa Al A'lam* diartikan sebagai jalan, cara, atau keadaan. Menurut Imam al Ghazali dalam kitab *ihya ulumuddin* juz 1 menyatakan bahwa tirakat yaitu menyucikan jiwa. Karena ilmu adalah ibadah hati, atau sholatnya hati. Suatu sholat tidak sah apabila anggota badan najis, begitu pula mencari ilmu tidak akan sukses jika hati ada najis.<sup>15</sup> Dikalangan pondok pesantren tirakat atau *Ṭariqah* juga disebut sebagai *Riyadah* yang artinya latihan. Maksud dari latihan ialah latihan rohani untuk membersihkan jiwa dengan memerangi keinginan-keinginan jasad atau badan. Pembersihan jiwa dari segala sesuatu selain Allah, berdzikir, beramal sholeh serta berakhlak mulia adalah jalan dalam melakukan proses. Mengurangi makan juga termasuk dalam pekerjaan *Riyadah* seperti halnya puasa. *Riyadah* erat kaitannya dengan *mujahaddah*. *Mujahaddah* menurut bahasa artinya bersungguh-sungguh agar samapi kepada tujuan. Sedangkan menurut istilah *mujahaddah* adalah suatu upaya yang sungguh-sungguh dalam memerangi hawa nafsu supaya jiwa menjadi suci bersih, sehingga ia berhak memperoleh berbagai pengetahuan yang hakiki tentang Allah dan kebesarannya.<sup>16</sup>

Dengan demikian penulis dapat menyimpulkan bahwa tirakat adalah ajang pelatihan hawa nafsu seseorang dengan meninggalkan kenikmatan-kenikmatan dunia seperti nikmat kenyang, nikmat tidur dan nikmat kesenangan duniawi. Apabila seseorang dapat melatih hawa nafsunya, maka ia akan semakin mudah untuk *istiqomah, qonaah, syukur, zuhud dan wira'i*. sifat-sifat inilah yang diharapkan tertanam pada seseorang setelah

---

<sup>14</sup>Bakti Andrian”Nilai-nilai Pendidikan Islam dalam Pengamalan Puasa Ramadhan Menurut Tafsir al; Misbah” Skripsi UIN Raden Intan Lampung, 2018. Hal. 63.diakses pada 24 April 2021

<sup>15</sup>UMI Sa’adatul Maulidiyah, “Tirakat Lahiriyah dan Bathiniyah Para Penghafal Al-Qur’an Pondok Pesantren Edi Mancoro Gedangan Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang “, Skripsi IAIN Salatiga. 2020.hal . 15-16

<sup>16</sup>Wawan Kurniawan”Implementasi Riyadah Zikir untuk Menumbuhkan Kemampuan Berpikir Tingkat Tinggi” STEI AL-amar Subang. Hal. 4. Diakses pada 28 Juni 2021

melakukan tirakat. Sehingga puncak dari tirakat ini adalah sepenuhnya melakukan sesuatu hanya untuk menggapai ridho Allah Swt semata.

### 5. Dalail Al-Qur'an

Dalam pengertian istilah, Dalail Al-Qur'an adalah sebagai salah satu wujud tirakat atau *Riyadah* untuk melatih diri supaya selalu istiqomah dan dapat menyucikan jiwa dari sifat-sifat yang tidak baik. Perlu diketahui sebelumnya bahwa Dalail Al-Qur'an ataupun Dalail koirot pada mulanya adalah berupa wirid, tidak berupa puasa. *Muallif* Dalail koirot adalah Syekh Sulaiman al Jazuli, beliau hanya Menyusun sholawat sebagai wirid tanpa disertai dengan puasa. Demikian juga dengan Dalail Al-Qur'an yang sesungguhnya hanya suatu wirid berupa pembacaan Al-Qur'an. Agar menjadi lebih khusyu' ketika melaksanakan wirid tersebut, maka para *salaf as shalih* menggabungkan wirid-wirid itu dengan puasa.<sup>17</sup>

Puasa Dalail Al-Qur'an masuk dalam jenis puasa *dahr*. Puasa *dahr* ialah puasa yang dilakukan setiap hari secara terus-menerus terkecuali hari-hari yang tidak diperbolehkannya puasa. Mayoritas para ulama berpendapat bahwa hukum puasa *dahr* adalah makruh, salah satunya yaitu menurut Imam Bughowi. Dikatakan makruh jika dalam pengamalan puasa itu berturut-turut termasuk hari raya dan hari tidak diperbolehkannya puasa serta diawatirkan terdapat mudharat tertentu atau melalaikan kewajiban karenanya. Meskipun demikian ada salah satu ulama yang memperbolehkan puasa *dahr* asalkan tidak memasukkan hari di haramkannya puasa untuk tetap berpuasa serta tidak berkemungkinan untuk membawa akibat-akibat tertentu bahkan puasa tersebut justru disunnahkan. Adapun ulama asyafi'iyah yang membolehkan puasa *dahr* ini adalah Imam Ghazali dengan dasar hadist dibawah ini:

من صام الدهر ضيقته عليه جهنمه كذا، وعقد تسعين

Artinya: “Barangsiapa yang berpuasa selama satu tahun penuh, sempit baginya neraka jahanam (artinya dia tidak memasukinya atau tidak ada tempat baginya dalam neraka jahanam)”<sup>18</sup>

<sup>17</sup>Akmitatul Haq Al Maulida, “*Resepsi Puasa Dalail Al-Qur'an Dalam Pendidikan Akhlak*”, Skripsi IAIN Salatiga, 2020, hal. 37

<sup>18</sup>Kitab *Nail al- Authaar* IV/225, HR. Imam Baehaqi dan Ahmad dalam *Fiqh al Islam wa Adillatuhu* III/22

## 6. *Living Qur'an*

*Living Al-Qur'an* ialah perpaduan dari dua kata yang berbeda yaitu, *Living* dan *Al-Qur'an* yang mana *Living* berarti hidup sedangkan *Al-Qur'an* merupakan kitab suci umat Muslim. Sedangkan secara terminologi *Living Al-Qur'an* bisa diartikan sebagai Al-Qur'an yang hidup dalam kelompok orang Muslim tertentu. *Living Al-Qur'an* pada dasarnya berawal dari fenomena *Al-Qur'an in Everyday Life*, yaitu makna dan fungsi Al-Qur'an yang dipahami dan dialami oleh kelompok masyarakat Muslim. Dalam hal ini, pemfungsian Al-Qur'an berdasarkan dari anggapan kelompok umat Muslim akan adanya *fadhilah* dan keberkahan tersendiri dari ayat-ayat Al-Qur'an, tidak tergantung pada pemahaman pesan tekstualnya.

Heddy Shri Ahimsa Putra adalah seorang antropolog yang sudah berhasil menghasilkan sebuah karya penelitian yang mengkaji tentang *Living Al-Qur'an* yang berjudul "Menafsir Al-Qur'an yang Hidup, Memaknai Al-Qur'anisasi Kehidupan". Melalui pendekatan sosial budaya, dalam karyanya ia menyatakan bahwa fenomena yang muncul dari berbagai pemaknaan masyarakat terhadap Al-Qur'an.<sup>19</sup> Beliau menjelaskan bahwa pemaknaan *Living Al-Qur'an* dibagi menjadi tiga kategori. *Pertama*, *Living Al-Qur'an* merupakan sosok sejati Rosulullah. Hal ini berdasarkan pernyataan dari Siti Aisyah pada saat ditanyai mengenai akhlak Nabi Muhammad SAW, maka Sayyidatina Aisyah menjawab bahwa akhlak Nabi Muhammad ialah Al-Qur'an. Jadi Rosulullah diartikan sebagai Al-Qur'an yang hidup. *Kedua*, makna *Living Al-Qur'an* yang dimana terdapat suatu masyarakat yang kesehariannya selalu mengacu pada Al-Qur'an sebagai pedoman hidup. Mereka menjalankan apa saja yang diperintahkan dan menjauhi hal-hal yang di larang Al-Qur'an, sehingga mereka bagaikan Al-Qur'an yang hidup. *Ketiga*, *Living Al-Qur'an* juga dapat diartikan tidak hanya sebuah kitab, melainkan sebuah kitab yang benar-benar hidup dan merupakan perwujudan dari kehidupan sehari-hari yang terasa nyata dan bervariasi sesuai dengan bidang kehidupannya, sehingga Al-Qur'an betul-betul layak dijadikan pedoman hidup.

---

<sup>19</sup>Ahmad Atabik, "The Living Al-Qur'an: Potret Budaya Tahfidz Al-Qur'an di Nusantara", *Jurnal Penelitian*, Vol. 8, No. 1, 2014, hal. 166 Diakses pada 07 April 2021

## B. Penelitian terdahulu

Penelitian tentang *Living Al-Qur'an* tentunya merupakan sesuatu yang menarik bagi para ahli yang berkonsentrasi pada Al-Qur'an. Hal ini disebabkan Al-Qur'an memiliki posisi yang begitu penting dalam proses jalannya suatu rangkaian ibadah yang sering pula dikaitkan dengan aspek sosial budaya dalam kelompok masyarakat tertentu. Demikian juga, Al-Qur'an juga diyakini memiliki pengaruh yang sangat luar biasa terhadap pelaku ibadah itu sendiri. Dalam skripsi milik Akmilatul Haq Maulida yang berjudul *Resepsi Puasa Dalail Al-Qur'an dalam Pendidikan Akhlak* disebutkan bahwa Muhammad Yusuf menyatakan, untuk situasi ini *Living Al-Qur'an* bisa disebut sebagai reaksi sosial terhadap Al-Qur'an, baik itu di lihat dari segi ilmu maupun di lihat dari nilai sakralnya.<sup>20</sup> Dengan adanya penelitian terdahulu akan dijadikan sebagai pembandingan terhadap penelitian yang terkini, baik mengenai kelebihan ataupun kekurangan yang ada sebelumnya. Selain itu, hasil dari penelitian sebelumnya juga memiliki manfaat yang besar guna memperoleh informasi mengenai teori-teori yang berkaitan dengan judul yang akan di teliti.

Berkaitan dengan judul yang peneliti tentukan, telah banyak penelitian tentang *Living Al-Qur'an* yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya, sebagai berikut:

1. Akmilatul Haq al Maulida IAIN Salatiga(2020) penelitian ini membahas tentang wirid Al-Qur'an yang di amalkan setiap hari selama satu tahun berturut-turut dan disertai dengan puasa di Pondok Pesantren Bustanu Usyaqil Al-Qur'an Gading Duren, Tengeran Semarang yaitu dinamakan puasa Dalail Al-Qur'an. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kualitatif deskriptif, dikarenakan masalah yang diangkat merupakan masalah yang bersifat memaparkan sebuah realitas dalam masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menjawab apa makna kandungan dari puasa Dalail Al-Qur'an dan bagaimana resepsi puasa Dalail Al-Qur'an dalam pendidikan akhlak. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) makna yang terdapat dalam puasa Dalail Al-Qur'an hakikatnya adalah mendidik pribadi secara jasmani dan rohani untuk menjadi pribadi muhsin, dengan menjalani puasa dan pembacaan Al-Qur'an secara istiqomah sebagai bentuk perjalanan spiritual agar selalu dekat dengan yang Maha Kuasa. 2) resepsi puasa Dalail Al-Qur'an

---

<sup>20</sup>Akmilatul Haq Al Maulida, "Resepsi Puasa Dalail Al-Qur'an Dalam Pendidikan Akhlak", Skripsi IAIN Salatiga, 2020, hal. 8

terhadap pendidikan akhlak terbagi dalam beberapa hal, diantaranya: Menguatkan jiwa, mendidik kemauan, menyehatkan badan, mengenal nilai kenikmatan, dan menumbuhkan rasa empati dan simpati.

2. Eka Muawali Hidayah IAIN Purwakata(2019) penelitian ini mengkaji tentang penguatan kecerdasan spiritual melalui tadarus Al-Qur'an, dengan membaca Al-Qur'an satu hari satu juz secara istiqomah dalam komunitas ODOJ Purbalingga. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan adanya komunitas ODOJ ini dapat melatih untuk menjaga Al-Qur'an dan dapat memberikan dampak positif dalam penguatan kecerdasan spiritual para remaja.
3. Anis Fitriyah, Lathifatun Na'mah dan Jumainah STAIN Kudus(2016) penelitian ini mengkaji tentang *Mystical Experince* Dalail Al-Qur'an sebagai penanggulangan degradasi moral santri. Penelitian ini membahas tentang puasa Dalail Al-Qur'an yang diyakini mengandung banyak manfaat dan bisa membawa para pengamalnya mendapatkan *mystical experience*, yang mana pengaplikasiannya dapat mempengaruhi kecerdasan intelektual, emosional dan spiritual pengamalnya.
4. Rotikah Hidayatur STAIN Ponorogo(2016) penelitian ini mengkaji tentang bagaimana meningkatkan kecerdasan spiritual melalui metode tilawah *One Day One Juz* di sebuah komunitas ODOJ di Ponorogo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan hasil dari penelitian ini, metode tilawah *One Day One Juz* diketahui sangat memberikan peran yang positif bagi para anggotanya. Selain dapat membiasakan seseorang untuk membaca Al-Qur'an tetapi juga sebagai perantara untuk meningkatkan kecerdasan spiritual bagi para anggota ODOJ itu sendiri.

Dari beberapa penelitian yang sudah ada sebelumnya, terdapat perbedaan dengan penelitian ini yaitu, penelitian ini lebih fokus pada pembiasaan *One Day One Juz* dalam tirakat puasa Dalail Al-Qur'an sebagai upaya dalam peningkatan kualitas hafalan Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darul Falah Tiga Kauman Jekulo Kudus.

### C. Kerangka Berfikir

Amalan *One Day One Juz* dalam tirakat puasa Dalail Al-Qur'an dijadikan sebagai wirid bagi para santri penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Darul Falah Jekulo Kudus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana perspektif para santri

mengenai *One Day One Juz* dalam tirakat puasa Dalail Al-Qur'an sebagai upaya dalam peningkatan kualitas hafalan Al-Qur'an mereka.

**Gambar 2.1**

**Kerangka Berfikir**

