

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Allah SWT telah mensyari'atkan shalat sunnah untuk meningkatkan amal manusia dan menutupi segala kekurangan dan kelalaian yang ada, sebagaimana diperintahkan dalam kitab-Nya yang agung : “Dan dirikanlah shalat itu pada kedua tepi siang (pagi dan petang) dan pada sebagian permulaan malam. Sesungguhnya perbuatan-perbuatan baik itu menghapuskan (dosa) perbuatan-perbuatan yang buruk. Itulah peringatan bagi orang-orang yang ingat.” (QS. Hud:114). Amalan ini merupakan ibadah yang paling proporsional bagi anatomi tubuh manusia. Gerakan-gerakannya sudah sangat melekat dengan gerakan khas tubuh seorang muslim. Sudut pandang ilmiah menjadikan shalat sebagai gudang obat bagi berbagai jenis penyakit.

Ali Saboe (2012) dalam (Hamdi, 2015) menjelaskan bahwa bila ditinjau dari segi kesehatan, setiap gerakan, sikap dan perubahan gerak tubuh seseorang pada saat melaksanakan shalat, merupakan suatu rangkaian dari butir-butir ritmis yang mengandung nilai kesehatan tiada terhingga. Hal senada juga disampaikan oleh Vanshreber (2012) bahwa gerakan shalat merupakan suatu cara untuk memperoleh kesehatan dalam arti yang seluas-luasnya dan dapat dibuktikan secara ilmiah. Shalat sunnah sering dilalaikan apabila telah melaksanakan shalat fardhu, namun jika kembali membuka hadist yang ada, shalat sunnah dapat menyempurnakan kelalaian dari shalat fardhu “Sesungguhnya amalan seorang hamba yang pertama kali akan dihisab pada hari kiamat adalah shalatnya.

”Rasulullah SAW bersabda lagi, “Allah SWT berfirman kepada para malaikat-Nya, sedangkan ia lebih mengetahui, ‘Lihatlah shalat hamba-ku, sudahkah ia melaksanakannya dengan sempurna ataukah terdapat kekurangan?’ Bila ibadahnya telah sempurna maka ditulis untuknya pahala yang sempurna pula. Namun bila ada sedikit kekurangan, maka Allah berfirman, ‘Lihatlah apakah hambaku memiliki shalat sunnah? ‘Bila ia memiliki shalat sunnah, maka Allah berfirman, ‘Sempurnakanlah untuk hamba-Ku dari kekurangannya itu dengan shalat sunnahnya. ‘Demikianlah semua ibadah akan menjalani proses yang serupa.” (HR. Abu Dawud). Ibnu Mas’ud ra berkata: ”Apabila engkau telah selesai melaksanakan shalat-shalat wajib maka laksanakanlah shalat malam.” (Tafsir Ibnu Katsir (VIII/433).

Shalat tahajud merupakan amalan yang dikerjakan pada malam hari, ketika seluruh alam telah hening, malam telah melabuhkan tirainya, maka terjadi kedekatan dalam menyampaikan harapan, keluhan dan ampunan. Dalam keheningan, dapat menciptakan kekhusyukan, meningkatkan spiritual serta memperkuat ketahanan tubuh. Ketahanan tubuh ini karena ketenangan hidup yang diperoleh menyebabkan terjadinya keseimbangan tubuh dan orang yang shalat tahajud tubuhnya akan seimbang, karena sel di dalam tubuh menjadi protektif akibat ketenangan hidup (Tabroni, 2009). Penelitian yang pernah dilakukan oleh Moh. Sholeh membuktikan secara psikoneuroimunologi bahwa shalat tahajud yang dilakukan secara rutin, tepat, ikhlas serta khusyuk dapat meningkatkan ketahanan tubuh. Sistem ketahanan tubuh dipengaruhi oleh stressor, stressor yang berat mengaktifkan HPA axis dan sympatho system (SAM), memberikan efek

perubahan metabolisme dan sistem ketahanan tubuh terhadap penyakit. Respon stres berdampak secara psikologis menyebabkan distress emosional dan perubahan perilaku. Gangguan tersebut dapat dialami dalam waktu pendek maupun panjang. Gangguan waktu pendek ditandai dengan peningkatan hormon katekolamin, sedangkan dalam waktu panjang ditandai dengan peningkatan sekresi kortisol (hormon stres) (Thornton dan Anderson, 2006).

Stres merupakan suatu keadaan internal yang disebabkan oleh kebutuhan psikologis tubuh, karena keadaan lingkungan yang berbahaya, memberikan tantangan, serta menimbulkan kecemasan (Nursalam, 2007). Orang yang mengalami stres, terjadi peningkatan sekresi kortisol berlebihan yang akan mempermudah virus masuk ke dalam tubuh. Salah satu aktivitas yang dapat menurunkan hormon kortisol yaitu dengan bangun melaksanakan shalat tahajud dengan menghidupkan hati agar terhindar dari penyakit emosional maupun penyakit spiritual. ketika kondisi tubuh baik karena aktivitas shalat tahajud maka akan menurunkan hormon kortisol (Muhyidin, 2014). Hormon kortisol yang mengalami penurunan akan mengoptimalkan fungsi sistem imun dengan mempengaruhi distribusi sel darah putih (Antoni, 2003).

Shalat tahajud dilaksanakan secara rutin dapat mempengaruhi hasil pemeriksaan sel darah putih atau dengan kata lain dapat meningkatkan perubahan respons ketahanan tubuh imunologik (Moh Sholeh, 2012).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Hubungan shalat tahajud dengan perubahan hasil hitung jenis dan jumlah leukosit?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.2 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan shalat tahajud dengan perubahan hasil hitung jenis dan jumlah leukosit

2.3.2 Tujuan Khusus

1. Menghitung jenis dan jumlah leukosit berdasarkan rutinitas shalat tahajud
2. Menghitung jenis dan jumlah leukosit berdasarkan lama dan waktu shalat
3. Menganalisa hubungan shalat tahajud dengan perubahan hitung jenis dan jumlah leukosit

1.4 Manfaat Penelitian

- 1.4.1. Institusi sebagai sumbangan ilmiah dan bahan referensi untuk mahasiswa, terutama dalam bidang ilmu agama maupun di bidang kesehatan.
- 1.4.2. Bagi Peneliti untuk menambah pengetahuan dan wawasan dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang diterima selama proses pembelajaran.
- 1.4.3. Bagi teknis LAB, hasil penelitian yang diperoleh nantinya diharapkan dapat merupakan salah satu sumber informasi bagi peneliti selanjutnya untuk menambah wawasan yang lebih luas.
- 1.4.4. Bagi masyarakat, memperkuat iman bahwasanya shalat tahajud tidak hanya dapat memberikan manfaat secara amaliah tetapi memberikan

dampak yang baik bagi kesehatan secara lahiriah maupun ruhaniah, sehingga lebih banyak yang melaksanakan shalat tahajud.

1.5 Originalitas Penelitian

Tabel 1. Originalitas Penelitian

Nama	Judul	Hasil
Dr. Moh Sholeh 2009 Universitas Airlangga	Pengaruh Shalat Tahajud Terhadap Peningkatan Respons Ketahanan Tubuh Imunologik	Penelitian ini membuktikan bahwa penurunan kortisol diikuti dengan peningkatan limfosit, eosinofil, neutrofil, monosit dan IgA. Dengan demikian, status kortisol pada penelitian ini bertindak sebagai stimulator dan mobilisator energi dan reaksi adaptasi sistem tubuh atau mediator dalam upaya menjaga homeostasis tubuh.
Maryam 2016 Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Makassar	Study hitung jenis leukosit santri yang melaksanakan shalat tahajud secara rutin	Hasil hitung jenis leukosit dengan hasil persentase yang normal yaitu basofil sebanyak 100%, eosinofil 55%, neutrofil batang 70%, limfosit 60% dan monosit 70% menandakan bahwa pengamal shalat tahajud memiliki sistem ketahanan tubuh yang baik.

Penelitian sebelumnya relevan dengan penelitian yang akan dilakukan mengenai pengaruh ibadah shalat tahajud terhadap kesehatan. Sebelumnya penulis telah melakukan penelitian mengenai gambaran hasil hitung jenis leukosit santri yang melaksanakan shalat tahajud secara rutin pada pondok pesantren. Setelah melaksanakan shalat tahajud menunjukkan hasil persentase jumlah normal sel basofil sebanyak 100%, eosinofil 55%, neutrofil batang 70%, limfosit 60% dan monosit 70%. Maka dari itu, penulis kembali ingin melanjutkan penelitian mengenai hitung jenis dan jumlah leukosit terhadap para pengamal shalat tahajud.

Sedangkan penelitian yang akan dilakukan dengan melihat pengaruh shalat tahajud terhadap hasil hitung jenis dan jumlah leukosit.

