

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Tentang Pembiasaan

1. Pengertian Pembiasaan

Menurut pendapat Helmawati pembiasaan adalah kegiatan yang dilaksanakan berkali-kali sehingga menjadi hafal, paham, atau terbiasa.¹³ Sedangkan menurut pendapat A. Mustika Abidin, metode pembiasaan adalah suatu proses kegiatan yang diadakan secara terus menerus dengan tujuan supaya individu menjadi terbiasa baik berupa sikap, perbuatan, maupun berpikir sesuai dengan yang ditetapkan.¹⁴

Bedasarkan pendapat di atas penulis menyimpulkan bahwa pembiasaan yaitu kegiatan baik yang diadakan secara terus menerus supaya menjadi paham dan terbiasa. Dalam konteks pendidikan pembiasaan dilakukan untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan baik supaya anak didik selalu melakukan kebiasaan tersebut dimana saja dan kapan saja.

2. Tujuan Pembiasaan

Menurut pendapat Cindy Anggraeni dan kawan-kawan metode pembiasaan ialah proses membentuk kebiasaan-kebiasaan yang baru atau perbaikan terhadap kebiasaan-kebiasaan yang sudah ada atau sudah lama terjadi.¹⁵

¹³ Helmawati, Pendidikan Karakter Sehari-Hari, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya), 2017, 28.

¹⁴ A. Mustika Abidin, "Penerapan Pendidikan Karakter Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Melalui Metode Pembiasaan", *Didaktika Jurnal Kependidikan*, Vol.12, No.2, 2018.

¹⁵ Cindy Anggraeni, Elan, Sima Mulyadi, "Metode Pembiasaan Untuk Menanamkan Karakter Disiplin dan Tanggung Jawab DI RA Daarul Fallah Tasikmalaya", *Jurnal PAUD Agapedia*, Vol.5, No.1.2021.

Jadi tujuan dari metode pembiasaan ialah untuk membangun kebiasaan-kebiasaan baru yang bersifat baik dan memperbaiki kebiasaan-kebiasaan yang sudah ada sebelumnya dengan tujuan bisa menjadikan anak didik lebih baik dan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Dengan metode pembiasaan peserta didik diharapkan dapat memiliki kebiasaan-kebiasaan baik yang telah diterapkan oleh pendidik.

3. Pelaksanaan Pembiasaan

Menurut pendapat E. Mulyasa metode pembiasaan dapat dilangsungkan melalui dua cara, yaitu dengan terprogram dalam pembelajaran maupun secara tidak terprogram dalam kegiatan sehari-hari.

- a. Kegiatan pembiasaan yang sudah terprogram pada kegiatan pembelajaran dilaksanakan dengan sebuah rencana khusus dalam waktu yang sudah ditentukan dengan tujuan untuk mengembangkan pribadi anak didik baik secara individu, kelompok, atau klasikal.
- b. Kegiatan pembiasaan yang tidak terprogram bisa dilakukan meliputi:
 - Rutin, merupakan pembiasaan yang sudah terjadwal sebelumnya misalnya sholat berjamaah, upacara bendera dan lain sebagainya.
 - Spontan, merupakan kegiatan yang tidak ada dalam jadwal, misalnya mengucapkan salam, membuang sampah pada tempatnya dan lain sebagainya.
 - Keteladanan, pembiasaan yang berbentuk perilaku sehari-hari misalnya berpakaian dengan rapi. datang tepat waktu dan lain sebagainya.¹⁶

¹⁶E. Mulyasa, *Manajemen Pendidikan Karakter*, (Jakarta: Bumi Akasara),2011, 167-169.

4. Kelebihan dan Kekurangan Pembiasaan

Suatu metode tentu mempunyai kekurangan dan kelebihan. Seperti metode pembiasaan tentu mempunyai kekurangan serta kelebihan. Adapun kelebihan penggunaan metode pembiasaan menurut pendapat Agung Nurul Hidayat dan Nur Agya Oktaviani adalah sebagai berikut:

- a. Pendidik bisa menghemat tenaga serta waktu
- b. Penggunaan pembiasaan menyangkut aspek lahiriyah dan batiniyah
- c. Dalam sejarah, pembiasaan dikatakan menjadi metode dengan tingkat keberhasilan yang tinggi dalam membentuk karakter anak didik.

Adapun yang menjadi kekurangan dari penggunaan metode pembiasaan adalah sebagai berikut:

- a. Jika kebiasaan buruk sudah tertancap, maka akan sulit untuk di hilangkan
- b. Membutuhkan pengawasan agar tidak terjadi penyimpangan terhadap kebiasaan yang ditanamkan
- c. Memerlukan stimulus atau rangsangan supaya kebiasaan dapat dilakukan oleh peserta didik dengan istiqomah atau rutin.¹⁷

¹⁷ Agung Nurul Hidayat, Nur Agya Oktaviani, "Penerapan Metode Pembiasaan Terhadap Pembentukan Karakter Pada Anak Usia Dini", *Jurnal Pendidikan Mutiara*, Vol.7, No.2,2023.

B. Kajian Tentang Sholat Dhuha

1. Pengertian Sholat Dhuha

Menurut Tim Qudsi yang dimaksud dengan shalat dhuha ialah shalat sunnah yang dilakukan ketika matahari setinggi tombak atau sekitar pukul tujuh pagi sampai dengan pukul sebelas siang.¹⁸

Menurut kandiri dan mahmudi shalat dhuha merupakan sholat sunnah yang di lakukan pada pada pagi hari ketika matahari sedang naik, kurang lebih tujuh hasta atau pukul tujuh sampai dengan kurang lebih pukul sebelas siang.¹⁹

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa shalat dhuha ialah sholat sunnah yang dilakukan pada pagi hari atau sekitar pukul tujuh sampai menjelang waktu dhuhur atau sekitar jam sebelas siang.

2. Cara Mengerjakan Sholat Dhuha

Apabila sudah memasuki waktu dhuha, maka mengambil wudhu terlebih dahulu. Adapun cara melaksanakan sholat dhuha dilakukan dengan dua rakaat dengan ditutup dengan salam, atau boleh dengan dengan empat rakaat dengan satu kali salam.

a. Rakaat pertama

a) Niat dalam hati dengan berkata, "Saya niat shalat dhuha dua / empat rakaat karena Allah"

b) Takbir

c) Membacama doa iftitah

¹⁸ Tim Qudsi, *Buku Lengkap Shalat Wajib Dan Sunnah*, (Yogyakarta: Qudsi Media), 2016, 58.

¹⁹ Kandiri, Mahmudi, "Penerapan Sholat Dhuha Dalam Peningkatan Moral Siswa Di Sekolah", *Edupeia: Jurnal Studi Pendidikan dan Pedagogi Islam*, Vol.3, No.1,2018.

- d) Membaca Ta'awwudz
- e) Membaca Surat Al-Fatihah
- f) Membaca salah satu surat yang terdapat dalam al-quran. Tetapi lebih diutamakan membaca surat Asy-Syams
- g) Takbir dan rukuk
- h) Iktidal dan bacaanya
- i) Sujud dan bacaanya
- j) Duduk diantara dua sujud dan bacaanya
- k) Sujud dan bacaanya
- l) Bangun ke rakaat kedua dengan takbir

b. Rakaat ke dua

- a) Membaca Surat Al-Fatihah
- b) Membaca salah satu surah yang ada di al-quran. Lebih utama membaca surat Adh-Dhuha
- c) Takbir dan rukuk'
- d) Iktidal dan bacaannya
- e) Sujud dan bacaanya
- f) Duduk diantara dua sujud dan bacaanya
- g) Sujud dan bacaanya
- h) Duduk tahiyat akhir dan bacaannya
- i) Mengucapkan Salam

Setelah selesai dalam melakukan shalat dhuha kemudian membaca doa sholat dhuha sebagai berikut.

اللَّهُمَّ إِنَّ الصُّحَى ضُحَاكَ وَالْبَهَاءَ بَهْوُوكَ وَالْجَمَالَ جَمَالَكَ وَالْفُؤَّةَ فُؤُوكَ وَالْعِصْمَةَ عِصْمَتِكَ,
 اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ رِزْقِي فِي السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ، وَإِنْ كَانَ فِي الْأَرْضِ فَأَخْرِجْهُ، وَإِنْ كَانَ عُسْرًا فَيَسِّرْهُ
 ، وَإِنْ كَانَ حَرَامًا فَطَهِّرْهُ، وَإِنْ كَانَ بَعِيدًا فَقَرِّبْهُ بِحَقِّ ضُحَاكَ وَبَهَاءِكَ وَفُؤُوكَ، وَعِصْمَتِكَ آتِينِي
 مَا أَنْتَبْتَ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ، وَصَلَّى اللَّهُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَسَلَّمَ، وَالْحَمْدُ لِلَّهِ
 رَبِّ الْعَالَمِينَ.²⁰

3. Manfaat Sholat Dhuha

Menurut Faqih Purnomosaidi dan kawan kawan manfaat dari melaksanakan sholat dhuha adalah sebagai berikut:

- a. Meningkatkan spirit atau semangat dalam bekerja atau berusaha
- b. Melapangkan rezeki
- c. Mendapatka inspirasi
- d. Meningkatkan intuisi atau tenaga batin
- e. Mendapatkan ekonomi pemberdayaan hidup.²¹

4. Keutamaan Sholat Dhuha

Adapun keutamaan dari melaksanakan sholat dhuha adalah sebagai berikut:

- a. Sebagai sarana untuk selalu mengingat serta meminta ampun kepada Allah
- b. Sebagai sarana dalam mencari ketenangan serta ketentraman hati
- c. Sebagai sarana memohon supaya diberikan kelancaran dalam rezeki

²⁰ Mahmudin, *Sholat Sunat Pilihan (Untuk Berbagai Keperluan)*, (Yogyakarta:MedPress Digital), 2012, 59 - 61.

²¹ Faqih Purnomosaidi, Widiyono, Anniez Rahmawati Musslifah, *Buku Referensi Kesejahteraan Psikolgi Dengan Sholat Dhuha*, (Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera), 2022, 26.

- d. Sebagai sarana membentuk sikap, budi , serta moral yang baik.²²

C. Kajian Tentang Akhlakul Karimah

1. Pengertian Akhlakul Karimah

Secara bahasa, kata akhlak adalah bentuk jamak dari kata *khuluq* atau *khilq* yang memiliki arti perangai, kelakuan atau watak dasar, kebiasaan, peradaban yang baik serta agama.²³

Sedangkan menurut pandangan ulama yang terdapat dalam buku Asmail Azmy HB, sebagai berikut:

- a. Menurut pendapat dari Ibn Maskawaih akhlak ialah sifat yang tertanam dalam di dalam jiwa yang mendorong untuk melakukan perbuatan tanpa memerlukan pemikiran dan pertimbangan.
- b. Menurut pendapat dari Imam al-Ghazali akhlak ialah sifat yang tertanam dalam jiwa yang menimbulkan berbagai perbuatan secara gampang dan mudah, tanpa memerlukan pemikiran dan pertimbangan.
- c. Menurut pendapat dari Abd al Hamid mengatakan bahwa akhlak ialah sifat-sifat manusia yang terdidik.²⁴

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa akhlak merupakan sifat yang terdapat pada diri manusia yang menjadi penyebab untuk melaksanakan perbuatan secara spontan atau tanpa berpikir terlebih dahulu.

²² Kandiri, Mahmudi, "Penerapan Sholat Dhuha Dalam Peningkatan Moral Siswa Di Sekolah", *Edupedia: Jurnal Studi Pendidikan dan Pedagogi Islam*, Vol.3, No.1,2018.

²³ Ainul Yaqin, *Pendidikan Akhlak- Moral Berbasis Teori Kognitif*, (Depok: PT RajaGrafindo Persada), 2020, 21

²⁴ Asmail Azmy HB, *Akhlak Tasawuf –Sebuah Pengantar*,(Yogyakarta,K-Media), 2021, 2-3.

Menurut Nashihin dan Ahmad Afan Zaini akhlakul karimah adalah semua budi pekerti baik yang muncul pada diri peserta didik tanpa adanya pemikiran serta pertimbangan kemudian sifat tersebut menjadi budi pekerti dan menjadikan naiknya harkat dan martabat peserta didik.²⁵

Menurut Rufiqutis Tasdidi dan Jumari akhlakul karimah adalah budi pekerti, tingkah laku, atau perbuatan baik dan perlu untuk ditiru serta diajarkan kepada peserta didik.²⁶

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa akhlakul karimah merupakan perbuatan atau budi pekerti baik yang terdapat dalam diri anak didik dan harus ditanamkan pada anak didik supaya meningkatkan harkat dan martabatnya.

Akhlakul karimah diharapkan tertanam dalam diri para peserta didik sampai akhir hayatnya. Oleh karena itu perlu ditumbuhkan sejak dini supaya menjadi sesuatu yang melekat pada peserta didik. Pendidik dan orang tua mempunyai peran untuk menanamkan akhlakul karimah pada diri anak didik.

2. Dasar Pembentukan Akhlakul Karimah

Dalam al-quran dan hadis banyak disebutkan bahwa setiap muslim harus berbuat kebaikan atau dengan kata lain mempunyai akhlakul karimah. Salah satu ayat al-quran yang membahas tentang akhlak terdapat dalam surat al ahzab ayat 21 sebagai berikut:

²⁵ Nashihin dan Ahmad Afan Zaini, "Strategi Pembinaan Akhlakul Karimah Di Sekolah", *Jurnal Ummul Qura: Jurnal Institut Pesantren Sunan Drajat (INSUD) Lamongan*, Vol. 18, No. 1, 2023.

²⁶ Rufiqutis Tasdidi, Jumari, "Pembinaan Akhlakul Karimah Melalui Bimbingan Dan Konseling DI SMK PGRI 1 Jombang", *El-Islam*, Vol.04, No. 02, 2022.

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ
الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا

Artinya : Sungguh telah ada pada (diri) Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang yang mengharap rahmat Allah dan kedatangan hari kiamat dan yang banyak mengingat Allah.²⁷

Dari ayat diatas dapat disimpulkan bahwa memiliki akhlakul karimah sebagai seorang muslim adalah sebagai perintah, sebagaimana akhlak mulia yang dimiliki oleh nabi Muhammad SAW.

3. Ruang Lingkup Akhlakul Karimah

Menurut Quraish Shihab yang dikutip oleh Firdaus, ruang lingkup akhlak adalah sebagai berikut:

a. Akhlak Kepada Allah

Akhlak kepada Allah yang paling utama yaitu mengakui bahwa tidak ada tuhan selain Allah. Adapun akhlak yang dimiliki yaitu sebagai berikut:

1. Bersyukur Kepada Allah

Sebagai seorang hamba manusia diperintahkan untuk selalu memuji serta bersyukur kepada Allah. Orang yang selalu bersyukur atas nikmat Allah akan mendapatkan tambahan nikmat dari Allah sedangkan yang mengingkari nikmat maka akan mendapatkan siksa.

²⁷ QS. Al Ahzab (33):21.

2. Meyakini Kesempurnaan Allah

Meyakini bahwa kesempurnaan hanyalah milik Allah.

Manusia sebagai hamba masih banyak kekurangan.

3. Taat Kepada Perintah Allah

Sebagai seorang hamba manusia harus taat kepada perintah Allah SWT.

b. Akhlak Terhadap Sesama Manusia

Akhlak terhadap sesama manusia sangatlah banyak diantaranya adalah tidak membunuh, tidak menyakiti baik tubuh maupun menyakiti hati. Senantiasa berhati-hati apabila berinteraksi dengan orang lain supaya tidak membuat sakit hati dan marah..

c. Akhlak Terhadap Lingkungan

Manusia sebagai pemimpin di bumi maka perlu memelihara segala sesuatu yang terdapat di bumi baik benda hidup maupun benda mati.²⁸

4. Metode Pembentukan Akhlakul Karimah

Akhlakul karimah perlu dibentuk kepada anak. Untuk membentuk akhlakul karimah pada anak maka perlu metode. Adapun metode yang dapat digunakan untuk membentuk akhlak pada anak adalah sebagai berikut:

a. Metode Ta'lim / Ta'lim

Metode ini merupakan metode yang dilakukan dengan memberikan pengetahuan mengenai apa yang baik dan apa

²⁸ Firdaus, "Membentuk Pribadi Berakhlakul Karimah Secara Psikologi", *Al-Dzikra*, Vol. 11, No.1, 2017.

yang tercela. Metode ini mempunyai beberapa komponen yaitu peserta didik, pendidik, bahan ajar, metode dan evaluasi, serta proses pemberlajaran.

b. Metode Pembiasaan

Metode pembiasaan merupakan kelanjutan dari metode ta'lim. Metode ini adalah dengan cara mempraktekkan pengetahuan yang didapatkan oleh peserta didik melalui ta'lim atau pembelajaran. Dengan adanya pembiasaan maka akan tertanam kebiasaan – kebiasaan baik pada diri peserta didik.

c. Metode Latihan

Metode ini hampir mirip seperti dengan metode pembiasaan tetapi terdapat unsur paksaan dari dalam diri seseorang ketika pelaksanaanya.

d. Metode Mujahadah

Metode ini adalah tumbuh pada diri seseorang untuk melaksanakan perbuatan baik serta dalam menjalankan itu mendapat dorongan dari perjuangan batinnya.²⁹

5. Akhlakul Karimah Dalam Konteks Pendidikan

Dalam pendidikan, akhlak menjadi salah satu pembelajaran. Akhlak menjadi bagian dalam mata pelajaran pendidikan agama islam ketika diajarkan di sekolah serta menjadi mata pelajaran akhidah akhlak ketika diajarkan di madrasah.

²⁹ Haidar Putra Daulay, Nurussakinah Daulay, *Pembentukan Akhlak Mulia Tinjauan Pendidikan Agama Islam dan Psikologi Positif*, (Medan: Perdana Publishing), 2022, 151-153.

Akhlak dalam pendidikan diartikan sebagai aspek sikap hidup atau kepribadian hidup manusia, yang mengatur hubungan antara manusia dengan Allah, hubungan manusia dengan manusia lainnya.³⁰

Dalam pendidikan Akhlakul karimah menjadi sesuatu yang penting untuk ditanamkan pada diri anak didik. Tidak hanya menjadi teori dalam pembelajaran tetapi juga harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari peserta didik.

6. Faktor Yang Mempengaruhi Pembentuk Akhlakul Karimah

a. Adat Kebiasaan

Adat istiadat merupakan perilaku yang hadir dari tatanan sosial, hidup dalam masyarakat akan mempengaruhi perilaku seseorang. Dari adat maka akan menjadi kebiasaan.

b. Bakat atau naluri

Perilaku manusia pada dasarnya dipengaruhi oleh kehendak atau dorongan dari dalam dirinya yang disebut dengan bakat atau naluri atau fitrah.

c. Pendidikan

Pendidikan memiliki pengaruh yang besar terhadap akhlak manusia. Pendidikan merubah akhlak yang tidak baik pada manusia menjadi akhlak yang baik dan sesuai dengan tuntunan ajaran agama.

³⁰ Ainul Yaqin, *Pendidikan Akhlak-Moral Berbasis Teori Kognitif*, (Depok:Rajawali Pers), 2020, 36-37.

d. Lingkungan

Lingkungan merupakan lingkup dimana seseorang berada dan bertempat tinggal. Lingkungan dibagi menjadi dua, yang pertama lingkungan secara geografis serta lingkungan secara sosial.

Lingkungan sosial sangat mempengaruhi sikap seseorang. Manusia harus pintar dalam bergaul karena dalam pergaulan tersebut akan mempengaruhi pemikiran dan akhlaknya.

e. Media Sosial

Di era sekarang, perkembangan teknologi informasi yang sangat cepat dapat mempengaruhi akhlaknya. Media sosial di ibaratkan dengan dua mata pisau yang dapat berguna tetapi juga berbahaya jika dalam penggunaanya tidak tepat.

Media sosial dapat memberikan tutunan yang baik dan juga buruk. Jika seseorang terpengaruh pada hal yang baik maka akhlaknya akan menjadi baik, tetapi jika terpengaruh oleh hal yang buruk maka akhlaknya juga akan menjadi buruk.³¹

³¹ Arief Wibowo, "Berbagai Hal Yang Mempengaruhi Pembentukan Akhlak". *Suhuf*, Vol.28, No.1, 2016.