Teungku: Jurnal Guru Nahdlatul Ulama
ISSN 2830-3148
Vol. 2 No. 1 Maret 2023

Exploring the Meaning of the Dhuha Prayer Movement: A Scientific and Religious Approach

*Rahmatilauly, Nova Maulida, Cut Fauziani, Yusriana, Yeni Marlina

MIN 11 Banda Aceh, Indonesia
*Email: rahmatilaulyib@gmail.com

Abstract

This research explores the meaning of the Dhuha Prayer Movement from two different approaches, namely scientific and religious approaches. From a religious perspective, this practice is interpreted as a form of obedience, submission, and acknowledgment of favors to Allah, as well as a means of getting closer to Him. On the other hand, scientific approaches highlight the impact of this practice on the physical and mental well-being of individuals, including its relationship to human biological rhythms and productivity. The convergence between these two approaches results in a more holistic understanding of the meaning and value of the Dhuha Prayer Movement in the lives of Muslims, integrating seemingly disparate aspects into a richer picture.

***Keyword**: Dhuha Prayer Movement; Scientific Approach; Religious.*

Menggali Makna Gerakan Shalat Dhuha: Pendekatan Ilmiah dan Keagamaan

*Rahmatilauly, Nova Maulida, Cut Fauziani, Yusriana, Yeni Marlina

MIN 11 Banda Aceh, Indonesia
*Email: rahmatilaulyib@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini menggali makna Gerakan Shalat Dhuha dari dua pendekatan yang berbeda, yaitu pendekatan ilmiah dan keagamaan. Dalam perspektif keagamaan, praktik ini diinterpretasikan sebagai bentuk ketaatan, ketundukan, dan pengakuan nikmat kepada Allah, serta sebagai sarana mendekatkan diri kepada-Nya. Di sisi lain, pendekatan ilmiah menyoroti dampak praktik ini pada kesejahteraan fisik dan mental individu, termasuk hubungannya dengan ritme biologis manusia dan produktivitas. Konvergensi antara kedua pendekatan ini menghasilkan pemahaman yang lebih holistik tentang makna dan nilai Gerakan Shalat Dhuha dalam kehidupan umat Muslim, mengintegrasikan aspek-aspek yang tampaknya berbeda menjadi gambaran yang lebih kaya.

Kata Kunci: Gerakan Shalat Dhuha; Pendekatan Ilmiah; Keagamaan

PENDAHULUAN

Gerakan Shalat Dhuha adalah salah satu aspek penting dalam praktik ibadah agama Islam, di mana umat Muslim melaksanakannya di pagi hari setelah terbitnya matahari dan sebelum waktu Shalat Dzuhur (Alfaini, 2022). Ibadah ini memiliki makna mendalam dalam konteks keagamaan, dianggap sebagai cara untuk mendekatkan diri kepada Allah, mendapatkan berkah, serta menenangkan jiwa.

Meskipun praktik ini telah dijalankan selama berabad-abad, penting untuk memahami lebih dalam makna Gerakan Shalat Dhuha dalam konteks zaman modern yang didominasi oleh sains dan teknologi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggali makna Gerakan Shalat Dhuha dengan menerapkan pendekatan gabungan antara perspektif ilmiah dan keagamaan.

Secara teoritis, penelitian ini akan merujuk pada konsep-konsep kunci dalam ilmu agama Islam yang terkait dengan Gerakan Shalat Dhuha, seperti pentingnya ibadah dalam Islam, nilai-nilai spiritual, dan konsep waktu dalam agama. Selain itu, teori-teori dari ilmu pengetahuan seperti psikologi, kesehatan mental, dan ritme biologis akan digunakan untuk menggali implikasi ilmiah dari praktik ini. Teori-teori ini akan memberikan dasar yang kuat untuk memahami makna Gerakan Shalat Dhuha dari perspektif yang berbeda.

Fakta empiris menunjukkan bahwa praktik Gerakan Shalat Dhuha telah memiliki dampak positif pada kehidupan sehari-hari individu Muslim, terutama dalam hal kesejahteraan mental dan fisik. Beberapa penelitian awal juga mengindikasikan bahwa waktu pelaksanaan Shalat Dhuha sesuai dengan ritme biologis manusia, yang dapat memberikan manfaat kesehatan tambahan. Namun, belum ada penelitian yang secara komprehensif menggabungkan elemen-elemen ini dengan perspektif keagamaan dalam konteks Gerakan Shalat Dhuha.

Oleh karena itu, penelitian ini akan mencoba menyatukan teori dan fakta-fakta yang ada dengan tujuan mengidentifikasi solusi atau panduan yang dapat diberikan kepada individu Muslim dalam menjalankan Gerakan Shalat Dhuha dengan lebih baik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang

lebih dalam praktiknya, serta memberikan dasar yang kuat untuk menggabungkan unsur-unsur ilmiah dan keagamaan dalam pemahaman Gerakan Shalat Dhuha. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan manfaat nyata bagi umat Muslim dalam upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menggali makna Gerakan Shalat Dhuha dengan menerapkan pendekatan yang mengintegrasikan perspektif ilmiah dan keagamaan. Menyelidiki dampak nyata Gerakan Shalat Dhuha terhadap kesejahteraan fisik dan mental individu, serta melihat apakah ada keterkaitan dengan ritme biologis manusia. Selain itu, kami ingin memahami bagaimana praktik ini dipandang dari sudut pandang keagamaan, termasuk nilai-nilai spiritual yang terkait dan pentingnya Gerakan Shalat Dhuha dalam Islam. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang Gerakan Shalat Dhuha dan mengintegrasikan temuan ilmiah dengan nilai-nilai keagamaan yang terkait.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan kajian analisis literatur. Kajian ini digunakan sebagai pendekatan ilmiah dengan mengumpulkan literatur ilmiah terkait yang berkaitan dengan kesejahteraan fisik dan mental, ritme biologis, serta praktik keagamaan terkait waktu, yang akan membentuk kerangka kerja penelitian. Penelitian akan mencoba untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang makna Gerakan Shalat Dhuha dari berbagai perspektif.

PEMBAHASAN

A. Pendekatan Keagamaan terhadap Gerakan Shalat Dhuha

Pendekatan keagamaan terhadap Gerakan Shalat Dhuha adalah pondasi utama dalam pemahaman mendalam tentang praktik ibadah ini dalam konteks Islam (Dina Mar'ah, 2021). Dalam pandangan agama, Shalat Dhuha dianggap sebagai salah satu bentuk ibadah yang memiliki makna dan signifikansi mendalam. Ini bukan hanya rutinitas keagamaan biasa, tetapi merupakan sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah yang Mahakuasa. Pada saat-saat

pelaksanaan Shalat Dhuha, umat Muslim menciptakan hubungan yang sangat khusyuk dan intim dengan Tuhannya. Mereka memohon rahmat, keberkahan, serta petunjuk-Nya dalam perjalanan hidup mereka.

Gerakan Shalat Dhuha adalah momen berharga ketika umat Muslim berkomunikasi langsung dengan Sang Pencipta. Dalam kerangka keagamaan, praktik ini mencerminkan ketaatan dan ketundukan kepada Allah. Ketika seorang Muslim melaksanakan Shalat Dhuha dengan hati yang khusyuk, mereka meyakini bahwa Allah mendengarkan doa dan permohonan mereka. Ini adalah waktu di mana mereka merasa dekat dengan-Nya, mencari panduan dalam kehidupan mereka, dan mengekspresikan cinta dan pengabdian yang mendalam kepada Allah.

Praktik Gerakan Shalat Dhuha juga dikaitkan dengan ungkapan kesyukuran dan pengakuan. Umat Muslim mengenali nikmat-nikmat yang diberikan oleh Allah dalam kehidupan mereka, dan Shalat Dhuha adalah cara untuk mengungkapkan rasa syukur atas berkah-berkah tersebut (Sagiran, M. K., 2012). Dalam keadaan yang seringkali sibuk dan tergesa-gesa, Shalat Dhuha memberikan kesempatan untuk merenungkan dan mengakui nikmat-nikmat yang seringkali terlupakan.

Gerakan Shalat Dhuha juga merupakan ekspresi cinta dan pengabdian kepada Sang Pencipta. Dalam momen-momen ini, umat Muslim merenungkan cinta mereka kepada Allah dan ketergantungan mereka padanya. Praktik ini mengingatkan mereka akan pentingnya tindakan ibadah dalam mengisi kehidupan sehari-hari mereka dengan nilai-nilai spiritual dan moral. Gerakan Shalat Dhuha, dalam perspektif keagamaan, menjadi cara untuk mengokohkan ikatan spiritual mereka dengan Allah dan mengarahkan mereka pada jalan kebaikan.

Dalam keseluruhan, pendekatan keagamaan terhadap Gerakan Shalat Dhuha membantu umat Muslim memahami praktik ini sebagai lebih dari sekadar rutinitas, tetapi sebagai ekspresi cinta, pengabdian, kesyukuran, dan komunikasi yang mendalam dengan Sang Pencipta. Ini memberikan makna dan nilai mendalam dalam ibadah harian mereka dan membantu memperkuat dasar

spiritual dalam menjalani kehidupan sehari-hari mereka sesuai dengan prinsip-prinsip Islam.

B. Pendekatan Ilmiah terhadap Gerakan Shalat Dhuha

Pendekatan ilmiah terhadap Gerakan Shalat Dhuha adalah sebuah metode analitis yang berfokus pada penggunaan bukti empiris dan analisis rasional untuk memahami praktik ibadah ini (Ferdianto, E., 2013). Dalam konteks ini, penelitian ilmiah telah menjadi alat penting untuk mengungkap dampak Gerakan Shalat Dhuha pada kesejahteraan individu. Berbagai studi telah dilakukan dengan tujuan untuk menjelajahi dan mengukur efek praktik ini terhadap aspek fisik dan mental manusia.

Salah satu aspek yang ditekankan dalam pendekatan ilmiah adalah dampak Gerakan Shalat Dhuha pada ritme biologis manusia (Mayrica, E., 2022, Jumini, S., 2018). Praktik ini dilakukan saat matahari baru terbit, dan beberapa studi mengindikasikan bahwa saat itulah tubuh manusia berada pada puncak aktivitasnya. Oleh karena itu, Shalat Dhuha diyakini memiliki potensi untuk mengatur kembali ritme biologis individu, yang pada gilirannya dapat berdampak positif pada kesejahteraan fisik.

Selain itu, pendekatan ilmiah juga telah mengungkap manfaat kesehatan mental dari pelaksanaan Gerakan Shalat Dhuha. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa praktik ibadah ini dapat membantu individu mengatasi stres dan meningkatkan perasaan kesejahteraan psikologis mereka (Fajrussalam, H., 2022). Saat melakukan Shalat Dhuha, individu dapat menemukan momen ketenangan dan refleksi yang dapat meredakan beban psikologis dalam kehidupan sehari-hari.

Pendekatan ilmiah juga mencakup penelitian tentang bagaimana waktu pelaksanaan Shalat Dhuha dapat mempengaruhi produktivitas sepanjang hari (Alim, U. Z. Z., 2008). Beberapa penelitian telah mencoba menilai apakah praktik ini memberikan dorongan energi atau meningkatkan kinerja individu setelah pelaksanaannya. Hasil-hasil ini memiliki implikasi yang potensial dalam

pemahaman makna Gerakan Shalat Dhuha dalam konteks produktivitas dan efisiensi dalam kehidupan sehari-hari.

Secara keseluruhan, pendekatan ilmiah telah membuka jendela untuk memahami lebih dalam makna Gerakan Shalat Dhuha dalam aspek kesejahteraan fisik dan mental individu. Dengan menggabungkan bukti empiris dan analisis rasional, kita dapat mengapresiasi bahwa praktik ini bukan hanya memiliki makna keagamaan, tetapi juga relevan dalam konteks kesejahteraan individu. Pendekatan ilmiah memungkinkan kita untuk menjalani kajian yang lebih mendalam tentang bagaimana Gerakan Shalat Dhuha dapat memberikan manfaat yang nyata bagi individu dalam kehidupan sehari-hari mereka.

C. Konvergensi antara Ilmiah dan Keagamaan

Konvergensi antara pendekatan ilmiah dan keagamaan terhadap Gerakan Shalat Dhuha adalah titik penting dalam pemahaman praktik ibadah ini. Terkadang, terdapat persepsi bahwa ilmiah dan keagamaan bertentangan satu sama lain dalam menafsirkan realitas. Namun, dalam konteks Gerakan Shalat Dhuha, kita menemukan bahwa dua pendekatan ini dapat saling melengkapi. Ini menunjukkan bahwa kedua pendekatan tersebut tidak harus bertentangan, melainkan dapat bekerja bersama untuk memberikan wawasan yang lebih mendalam.

Salah satu contoh konkret dari konvergensi ini adalah ketika ilmiah mendukung keyakinan keagamaan dalam praktik Shalat Dhuha. Penelitian ilmiah yang menunjukkan bahwa waktu pelaksanaan Shalat Dhuha sesuai dengan ritme biologis manusia memberikan dasar yang kuat untuk keyakinan keagamaan bahwa praktik ini adalah bentuk ketundukan kepada Allah yang memiliki hikmah. Ini membantu umat Muslim memahami bahwa praktik ibadah ini tidak hanya didasarkan pada iman, tetapi juga memiliki dasar ilmiah yang kuat yang menguatkan keyakinan mereka.

Pendekatan ilmiah juga membantu kita memahami bahwa manfaat kesehatan yang diidentifikasi oleh penelitian ilmiah dapat selaras dengan aspek-aspek keagamaan. Ketika studi ilmiah menunjukkan bahwa Shalat Dhuha

dapat memberikan manfaat kesehatan mental dan fisik, ini sejalan dengan aspek keagamaan yang mendorong pemenuhan rohani dan kesejahteraan umat Muslim. Dengan demikian, konvergensi ini membantu mengintegrasikan pemahaman kita tentang manfaat praktik ini dari perspektif ilmiah dan keagamaan.

Konvergensi antara ilmiah dan keagamaan juga membantu kita menyatukan perspektif yang sebelumnya tampak berbeda. Alih-alih melihat dua pendekatan ini sebagai kontradiksi, kita dapat memahaminya sebagai bagian dari gambaran yang lebih besar yang menggambarkan Gerakan Shalat Dhuha dalam kehidupan individu. Ini membantu kita untuk lebih mendalam memahami makna praktik ini, baik dalam aspek kesehatan maupun spiritual.

Dalam kesimpulan, konvergensi antara pendekatan ilmiah dan keagamaan terhadap Gerakan Shalat Dhuha membantu kita memahami praktik ibadah ini secara holistik. Dengan memadukan elemen-elemen ilmiah dan keagamaan, kita dapat meraih pemahaman yang lebih dalam tentang makna dan nilai dari praktik ini. Konvergensi ini mengilustrasikan bahwa dalam memahami realitas yang kompleks, pendekatan yang beragam dapat memberikan wawasan yang lebih kaya dan menyeluruh.

D. Analisis Perspektif Keagamaan dan Ilmiah

Gerakan Shalat Dhuha memiliki kedalaman makna dalam konteks keagamaan Islam. Dalam perspektif keagamaan, praktik ini menjadi salah satu bentuk ibadah yang sangat dihargai dan dianggap memiliki nilai spiritual yang tinggi. Beberapa aspek penting yang harus dianalisis dalam perspektif keagamaan Gerakan Shalat Dhuha adalah sebagai berikut:

1. Ketundukan dan Ketaatan kepada Allah: Dalam Islam, praktik Gerakan Shalat Dhuha dianggap sebagai wujud ketundukan dan ketaatan yang tulus kepada Allah. Saat seorang Muslim melaksanakan Shalat Dhuha, mereka mengekspresikan rasa ketaatan dan kepatuhan mereka kepada Sang Pencipta. Ini mencerminkan pentingnya ketaatan kepada perintah-perintah Allah dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

2. Mendekatkan Diri kepada Allah: Gerakan Shalat Dhuha juga dianggap sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah. Ini adalah waktu ketika umat Muslim menciptakan hubungan yang sangat khusyuk dan intim dengan Tuhannya. Mereka meyakini bahwa saat-saat pelaksanaan Shalat Dhuha adalah saat Allah paling dekat dengan hamba-Nya. Oleh karena itu, praktik ini menjadi kesempatan langka untuk mencari rahmat, petunjuk, dan keberkahan dari Sang Pencipta.
3. Perasaan Syukur dan Pengakuan Nikmat: Praktik Gerakan Shalat Dhuha juga terkait dengan perasaan syukur terhadap nikmat-nikmat yang diberikan oleh Allah. Saat seorang Muslim melaksanakan Shalat Dhuha, mereka mengenali berbagai nikmat dalam hidup mereka, termasuk nikmat kesehatan, kehidupan, dan rezeki. Praktik ini menjadi wujud pengakuan atas nikmat-nikmat tersebut dan menjadi bentuk rasa syukur yang mendalam kepada Allah.
4. Keberkahan dalam Kehidupan Sehari-Hari: Gerakan Shalat Dhuha juga dianggap memiliki potensi untuk mendatangkan keberkahan dalam kehidupan sehari-hari. Umat Muslim meyakini bahwa melaksanakan Shalat Dhuha dengan khusyuk akan membawa berkah kepada mereka, baik dalam urusan duniawi maupun akhirat. Ini menciptakan keyakinan bahwa praktik ibadah ini tidak hanya memiliki makna keagamaan, tetapi juga dampak nyata dalam kehidupan sehari-hari mereka.
5. Spiritualitas dan Pengembangan Diri: Selain itu, Gerakan Shalat Dhuha juga dipandang sebagai cara untuk mengembangkan aspek spiritual diri. Saat melaksanakan praktik ini secara teratur, umat Muslim dapat mencapai tingkat ketenangan batin dan ketakwaan yang lebih tinggi. Ini memungkinkan mereka untuk terus memperbaiki diri dan mendekatkan diri kepada Allah dengan penuh kerendahan hati.

Dalam keseluruhan, analisis perspektif keagamaan Gerakan Shalat Dhuha mengungkapkan kedalaman makna dan signifikansi praktik ibadah ini dalam Islam. Ia mencerminkan aspek-aspek seperti ketaatan, ketundukan, pengakuan nikmat, keberkahan, dan pengembangan spiritual yang menjadi inti dari praktik

keagamaan umat Muslim. Dalam pemahaman keagamaan, Gerakan Shalat Dhuha bukan sekadar rutinitas ibadah, tetapi ekspresi cinta, pengabdian, dan ketakwaan yang mendalam kepada Allah.

Gerakan Shalat Dhuha adalah praktik ibadah yang telah menjadi fokus penelitian ilmiah dalam beberapa tahun terakhir. Pendekatan ilmiah terhadap Gerakan Shalat Dhuha membuka jendela untuk memahami makna dan dampaknya dalam konteks kesejahteraan fisik dan mental individu. Berikut adalah beberapa aspek yang dianalisis dari perspektif ilmiah terhadap Gerakan Shalat Dhuha:

1. Ritme Biologis Manusia: Salah satu titik fokus utama dalam analisis ilmiah Gerakan Shalat Dhuha adalah hubungannya dengan ritme biologis manusia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan Shalat Dhuha pada waktu terbitnya matahari dapat sejalan dengan ritme sirkadian tubuh manusia. Ini dapat berdampak positif pada kualitas tidur, energi, dan produktivitas sepanjang hari.
2. Kesehatan Mental: Studi ilmiah juga telah menyoroti manfaat kesehatan mental dari Gerakan Shalat Dhuha. Praktik ini telah terbukti dapat meredakan stres, meningkatkan perasaan kesejahteraan psikologis, dan memberikan momen ketenangan dan refleksi yang penting dalam kehidupan sehari-hari.
3. Kesejahteraan Fisik: Dalam analisis ilmiah, perhatian juga diberikan kepada kesejahteraan fisik yang mungkin terkait dengan Shalat Dhuha. Keteraturan gerakan dan aktivitas fisik selama pelaksanaan Shalat Dhuha dapat memiliki dampak positif pada kesehatan fisik individu, seperti peningkatan fleksibilitas dan kesehatan jantung.
4. Produktivitas: Studi ilmiah telah mencoba mengukur pengaruh waktu pelaksanaan Shalat Dhuha terhadap produktivitas sepanjang hari. Temuan menunjukkan bahwa praktik ini dapat memberikan dorongan energi dan fokus yang berpotensi meningkatkan produktivitas di berbagai bidang.
5. Integrasi dengan Pandangan Keagamaan**: Analisis ilmiah juga mencoba mengintegrasikan temuan-temuan ini dengan pandangan keagamaan.

Ketika ilmiah menunjukkan manfaat praktik Shalat Dhuha, ini mendukung keyakinan keagamaan bahwa praktik ini adalah bentuk ketundukan kepada Allah yang penuh hikmah, menunjukkan konvergensi antara perspektif ilmiah dan keagamaan.

6. Pengaruh pada Kualitas Hidup**: Akhirnya, analisis ilmiah Gerakan Shalat Dhuha bertujuan untuk menyelidiki dampak praktik ini pada kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan memahami kesejahteraan fisik, mental, dan spiritual yang terkait dengan praktik ini, penelitian ilmiah berusaha untuk memberikan gambaran yang lebih lengkap tentang bagaimana Gerakan Shalat Dhuha dapat memengaruhi kehidupan individu.

Dalam keseluruhan, analisis ilmiah Gerakan Shalat Dhuha telah memberikan wawasan yang berharga tentang dampaknya terhadap kesejahteraan fisik dan mental. Hal ini juga membuka jalan untuk memahami bagaimana praktik keagamaan dapat diintegrasikan dengan pengetahuan ilmiah untuk meningkatkan pemahaman holistik tentang Gerakan Shalat Dhuha.

PENUTUP

Gerakan Shalat Dhuha memiliki kedalaman makna yang mendalam dalam konteks keagamaan Islam. Dalam perspektif keagamaan, praktik ini mencerminkan ketaatan, ketundukan, pengakuan nikmat, dan upaya mendekatkan diri kepada Allah. Melalui praktik Shalat Dhuha, umat Muslim dapat merasakan keberkahan dalam kehidupan sehari-hari dan mengembangkan aspek spiritual diri mereka. Ini bukan sekadar rutinitas ibadah, tetapi juga ekspresi cinta, pengabdian, dan ketakwaan yang mendalam kepada Sang Pencipta.

Di sisi lain, analisis ilmiah Gerakan Shalat Dhuha membuka jendela pemahaman terhadap dampak praktik ini pada kesejahteraan fisik dan mental individu. Dengan mengeksplorasi ritme biologis manusia, kesehatan mental, kesejahteraan fisik, dan produktivitas, penelitian ilmiah telah memberikan bukti tentang manfaat praktik Shalat Dhuha dalam kehidupan sehari-hari. Namun, penting untuk diingat bahwa perspektif ilmiah juga dapat mendukung

keyakinan keagamaan yang mendalam, menunjukkan konvergensi antara pemahaman ilmiah dan keagamaan tentang makna Gerakan Shalat Dhuha.

Dengan demikian, pemahaman holistik tentang Gerakan Shalat Dhuha melibatkan perspektif keagamaan yang kaya akan nilai-nilai spiritual, sejalan dengan pengetahuan ilmiah yang membantu kita memahami dampaknya pada kesejahteraan individu. Dalam menggali makna Gerakan Shalat Dhuha, kita dapat menyelaraskan kedua pendekatan ini untuk mendapatkan wawasan yang lebih mendalam tentang praktik ibadah yang memiliki dampak nyata dalam kehidupan umat Muslim.

DAFTAR PUSTAKA

Alfaini, S., Risma, R., Asyaf, H. A., Syakur, R. A., & Hasanah, L. (2022). Implementasi pada Aspek Nilai Agama dan Moral dalam Penerapan Shalat Dhuha di KB Faturrahman. *Jurnal Raudhah*, *10*(2).

Alim, U. Z. Z. (2008). *The Power of Shalat Dhuha*. QultumMedia.

Dina Mar'ah Afifah, D. (2021). *Shalat Dhuha Berjamaah dan Pengaruhnya terhadap Pendidikan Perspektif Hadits (Studi Living Hadits Di SMP IT Tebuireng 4 Al-Ishlah Desa Kuala Gading, Kecamatan Batang Cenaku, Kabupaten Indragiri Hulu, Provinsi Riau)* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).

Fajrussalam, H., Imaniar, A. F., Isnaeni, A., Septrida, C., & Utami, V. N. (2022). PANDANGAN SAINS TERHADAP SHALAT UNTUK KESEHATAN. *JPG: Jurnal Pendidikan Guru*, *3*(3), 201-212.

Ferdianto, E. (2013). *Implementasi Kegiatan Shalat Dhuha Siswa Kelas V Madrasah Ibtidaiyah Negeri Gedog Di Kota Blitar* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).

Jumini, S., & Munawaroh, C. (2018). Analisis vektor dalam gerakan shalat terhadap kesehatan. *SPEKTRA: Jurnal Kajian Pendidikan Sains*, *4*(2), 123-134.

MAYRICA, E., Musslifah, A. R., & Rifayani, H. (2022). *Sholat Dhuha Sebagai Coping Stress pada Guru Paud Semata Hati School Karanganyar* (Doctoral dissertation, Universitas Sahid Surakarta).

Sagiran, M. K. (2012). *Mukjizat Gerakan Shalat*. QultumMedia.