

**HIDUP SEHAT DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN AGAMA
ISLAM DI MASYARAKAT KELURAHAN KARANG ANYAR**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana (S.I)
Dalam Fakultas Tarbiyah**



OLEH:

**Miftahul Yanah
Nim: 14531010**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) CURUP
2018**

PENGAJUAN SKRIPSI

Hal: pengajuan Skripsi
Kepada
Yth. Bapak Rektor IAIN Curup
Di
Tempat

Assalammu'alaikum Wr. Wb

Setelah diadakan pemeriksaan dan perbaikan dari pembimbing terhadap skripsi yang diajukan oleh

Nama : Miftahul Yanah
NIM : 14531010
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Prodi : Pendidikan Agama Islam (PAI)
Judul : Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar

Sudah dapat diajukan dalam sidang munaqasah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Demikian permohonan ini kami ajukan. Atas kebijakannya saya ucapkan terima kasih.
Wassalammu'alaikum Wr. Wb

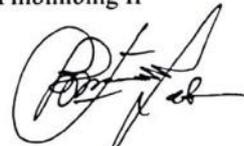
Curup, 09 November 2018

Pembimbing I



Dr. Kusen, S.Ag., M.Pd
NIP.19690620 199803 1 002

Pmbimbing II



Baryanto, S.Pd., MM., M.Pd
NIP.19690723 199903 1 004

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Miftahul Yanah
NIM : 14531010
Fakultas : Tarbiyah
Jurusan : Pendidikan Agama Islam
Judul : Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam
Di Kelurahan Karang Anyar)

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini sepanjang pengetahuan penulis belum pernah diajukan oleh orang lain atau diterbitkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar sarjana disuatu Perguruan Tinggi, kecuali secara tertulis diacu atau dirujuk dalam naskah dan disebutkan sebagai referensi.

Apabila kemudian hari terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, saya bersedia menerima hukuman atau sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, agar dapat di pergunakan sebagaimana mestinya.

Curup, 09 November 2018



Penulis,

Miftahul Yanah
NIM. 14531010



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN) CURUP**

Jln. Dr. AK Gani No. 01 Kotak Pos 108 Telp.(0732) 21010-21759 Fax 21010
Homepage: <http://www.iaincurup.ac.id> Email: admin@iaincurup.ac.id Kode Pos 39119

PENGESAHAN SKRIPSI MAHASISWA

Nomor: 0227/In. 34/I/PP.00.9/12/2018

Nama : Miftahul Yanah
NIM : 14531010
Jurusan : Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan
Prodi : Pendidikan Agama Islam
Judul : **Hidup Sehat dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam
di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar**

Telah dimunaqasyahkan dalam sidang terbuka Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup, pada :

Hari/ Tanggal : **Rabu, 28 November 2018**
Pukul : **09.30–11.00 WIB**
Tempat : **Gedung Munaqasyah Tarbiyah Ruang 5 IAIN Curup**

Dan telah diterima untuk melengkapi sebagian syarat-syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam bidang Tarbiyah dan Ilmu Keguruan



Dr. Rahmad Hidayat, M.Ag., M.Pd
NIP. 197112111 99903 1 004

TIM PENGUJI

Ketua

Dr. Kusen, S.Ag, M.Pd
NIP. 19690620 199803 1 002

Sekretaris

Baryanto, S. Pd., MM., M. Pd
NIP. 19690723 199903 1 004

Penguji I

Drs. H. Suprpto, M.Pd
NIP. 19551010 198003 1 020

Penguji II

Guntur Putrajaya, S. Sos. M. M
NIP. 19690413 199903 1 005

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang Maha Kuasa berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ini. Sholawat beserta salam tak lupa kita haturkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan sahabatnya, berkat beliau pada saat ini kita berada dalam zaman yang penuh dengan rahmat dan ilmu pengetahuan.

Adapun skripsi ini penulis susun dalam rangka untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan studi tingkat Sarjana (S1) dalam Fakultas Tarbiyah Jurusan Pendidikan Agama Islam pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tanpa adanya dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, maka tidaklah mungkin penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang memberikan sumbangsih dalam menyelesaikan skripsi ini terutama kepada :

1. Bapak Dr. Rahmad Hidayat, M. Ag., M. Pd selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup.
2. Bapak Hendra Harmi, M. Pd selaku Wakil Rektor I
3. Bapak Dr. H. Hameng Kubuwono, M. Pd selaku Wakil Rektor II
4. Bapak Dr. H. Lukman Asha, M. Pd. I selaku Wakil Rektor III
5. Bapak Drs. Beni Azwar, M. Pd. Kons selaku Dekan Fakultas Tarbiyah.

6. Bapak Dr. Idi Warsah, M. Pd. I selaku ketua Jurusan Pendidikan Agama Islam.
7. Bapak Dr. H Ifnaldi Nurmal M.Pd selaku penasihat akademik.
8. Bapak Dr. Kusen S.Ag M.Pd selaku pembimbing I, dan bapak Baryanto, S. Pd., MM., M. Pd selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan petunjuk dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh dosen dan karyawan IAIN Curup yang memberikan petunjuk dan bimbingan kepada penulis selama berkecimpung di bangku perkuliahan.
10. Almamater IAIN Curup yang saya banggakan.

Atas segala bantuan yang diberikan dalam penulisan skripsi ini, semoga mendapatkan balasan yang sebaik-baiknya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Curup, 09 November 2018

Penulis

Miftahul Yanah
NIM. 14531010

MOTTO

“...KESUKSESAN TIDAK AKAN BERTAHAN
JIKA DICAPAI DENGAN JALAN PINTAS.”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

- 1. Bapak dan mamaku tercinta (Aidil Bakri dan Tri Murti) yang telah membesarkan ku hingga sekarang serta ucapan terima kasih yang tiada terhingga buat kalian atas do'a tulus yang tiada henti serta telah memberikan kesempatan untukku menuntut ilmu hingga jenjang ini. Juga Mamaku (Dr. Asril (Alm)) yang telah memberiku semangat sekolah dan selalu membantu kedua orang tuaku atas semua yang dicapai sampai saat ini.*
- 2. Saudaraku tercinta (Aak Pani, Ayok Apri, Ayok Leni, Adekku Media Tri Astuti, Adekku Shofia Az-Zahra) dan keluarga besar yang selalu memberikan dukungan baik moral maupun materil.*
- 3. Keponakanku tersayang (Yolan, Ani, Aldi, Aldo, Zahra, Risyia dan Misbah)*
- 4. Untuk teman terdekatku yang selalu memberi semangat selama ini Aryo Sajidianito*
- 5. Teman-teman (Zulfa Nadia, Lisa Ratna Sari, Rita Purnama Sari, selvia Novita, Juliana, Zelin Anggraini, Della Lidia)*
- 6. Teman-teman PAI VIII F dan kelompok KPM-PPL serta teman-teman seperjuangan angkatan 2014.*
- 7. Almamaterku IAIN Curup*

ABSTRAK

HIDUP SEHAT DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI MASYARAKAT KELURAHAN KARANG ANYAR

Oleh:

Miftahul Yanah

Skripsi ini membahas tentang Hidup Sehat dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam di Kelurahan Karang Anyar. Penelitian ini dilatar belakangi dengan keadaan hidup sehat dalam Islam dan hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar. Hidup sehat dalam Islam satu cara untuk mencapai kehidupan yang bahagia, berkah, bermanfaat, dan tentram sejahtera. Maka dari itu dalam menerapkan hidup sehat adalah suatu kebahagiaan yang mutlak bagi seluruh umat muslim. Dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar banyaknya masyarakat yang tidak menyadari apa yang mereka lakukan dalam kesehariannya seperti membuang sampah tidak pada tempatnya tetapi membuang sampah di siring-siring kecil yang terdapat disebelah dari rumah, juga tidak tersedianya tempat pembuangan sampah sehingga masyarakat Kelurahan Karang Anyar membuang sampah dengan cara membakar dan membuangnya ke siring-siring kecil, yang berakibat pada penyakit untuk mereka sendiri. Penulis mengetahui bagaimana hidup sehat dalam perspektif pendidikan agama Islam di Kelurahan Karang Anyar. Bagaimana penerapan hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar. Dan bagaimana faktor penghambat dan pendukung hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kualitatif, data yang dikumpulkan berupa wawancara, observasi, dokumentasi dan teknik analisis data berupa *Data Reduction* (Reduksi Data), dan *Data Display* (Data Penyajian).

Temuan peneliti dalam penelitian ini adalah Hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar dan Hidup sehat menurut Islam. Masyarakat kelurahan Karang Anyar sudah mengetahui hidup sehat yang seharusnya mereka lakukan dalam kesehariannya tetapi masyarakat ini tidak melakukannya dalam keseharian mereka yang mana mereka sudah mengetahui bahwa membuang sampah di siring-siring kecil akan mengakibatkan tersumbat dan menyebabkan penyakit diare, demam berdarah dan

gatakl-gatal, juga mereka mengetahui bahwa membakar sampah tidaklah baik untuk pernafasan, peneliti temui di sini pengetahuan yang masyarakat ini dapatkan tidaklah mereka terapkan untuk kesehariaqn mereka. Kendala masyarakat Kelurahan Karang Anyar ini hanya tidak adanya pembuangn sampah yang tersedia di Kelurahan tersebut. Kelurahan setempat juga sudah melakukan senam lansia untuk menjaga hidup yang sehat. Untuk kedepannya agar kelurahan atau pemerintah setempat menyediakan tempat pembuangan sampah yang mana sangat dibutuhkan masyarakat setempat.

Kata kunci: Hidup sehat dalam Pendidikan Agama Islam dan Hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGAJUAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PERYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian	6
C. Pertanyaan Penelitian	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
A. Landasan Teori	8
1. Pengertian Hidup sehat	8
2. Cara Hidup Sehat	11
3. Manfaat Hidup Sehat	14
B. Hidup sehat dalam Islam	14

1. Pentingnya Istirahat Bagi Tubuh.....	15
2. Pentingnya Istirahat bagi Tubuh	15
3. Pentingnya Gerak Badan (Shalat) Bagi Kesehatan	16
4. Kebersihan	17
5. Puasa	17
C. Masyarakat Memandang Hidup Sehat Dalam Islam	21
D. Penelitian Relevan	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	27
A. Jenis Penelitian	27
B. Objek Penelitian	27
C. Sumber Data	29
D. Teknik Pengumpulan Data	29
E. Teknik Analisis	31
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	33
A. Kondisi Masyarakat Karang Anyar	33
B. Temuan-temuan Penelitian	36
C. Analisis Data.....	58
D. Pembahasan Penelitian	63
BAB V PENUTUP	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran- saran	68
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Secara umum hidup sehat diartikan sebagai hidup yang terbebas dari segala masalah baik masalah rohani (mental) maupun jasmani (fisik). Gangguan rohani meliputi apa saja yang mengganggu kesehatan kondisi pikiran, hati dan jiwa. masalah jasmani bisa berupa penyakit-penyakit yang mengganggu berfungsinya anggota badan. Jadi pengertian hidup sehat itu sehat secara utuh tak terpisahkan antara Rohani dan jasmani.¹

Dalam UU No. 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan, yakni keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial yang memungkinkan secara sosial, budaya, dan ekonomis.²

Pendidikan memandang hidup sehat adalah masalah tingkah laku manusia, termasuk sikap dan kebiasaan sehari-hari yang bersifat menyeluruh. Berdasarkan hal itu, sehat atau hidup sehat dapat dilihat dari berbagai segi kehidupan meliputi proses dan tujuannya. Kedua hal ini berlangsung secara individual, dalam arti setiap orang memiliki kebutuhannya sendiri, meskipun pada saat kesehatannya terganggu, ia akan melihat kembali pada perilakunya sehari-hari terutama pada berbagai faktor

¹ <https://Rachmasophia.Wordpress.Com/2013/11/28/Pengertian-Hidup-Sehat/>. Diakses Tanggal 03 November 2018 Pukul 21:14 WIB

² Takdir Ilahi Muhammad, *Revolusi Hidup Sehat Ala Rasulullah*, Yogyakarta; Katahati, 2015, h. 29

yang mempengaruhinya. Misalnya kebiasaan makan dan minum, istirahat, membuang sampah sembarangan, bekerja, bergaul dan sebagainya.³

Dalam Islam, agar seseorang meraih hidup sehat, maka sepanjang hidupnya selalu diatur dan diberikan bimbingan, mulai dari ketika bangun tidur, bekerja, istirahat, makan dan minum, merawat kebersihannya, hingga tidur kembali. Ketika bangun tidur misalnya, umat Islam tidak boleh terlambat. Di waktu pagi, umat Islam harus bangun dari tidur tepat waktu, dan segera mengambil air wudhu, kemudian datang ke masjid memenuhi panggilan adzan untuk shalat bersama-sama para tetangga yang berdekatan dengan tempat ibadah itu.

Pendidikan Islam memandang hidup sehat adalah salah satu cara untuk mencapai kehidupan yang bahagia, berkah, bermanfaat, dan tentram sejahtera. Maka dari itu dalam menerapkan hidup sehat adalah suatu kebahagiaan yang mutlak bagi seluruh umat muslim.⁴

Hidup sehat adalah bagian dari perintah Allah kepada hamba-hamba-Nya. Sebagai perintah Allah, hamba-hamba-Nya di beri kesempatan untuk memelihara tubuhnya dengan penuh kesungguhan dan totalitas. Jika kita merawat tubuh kita dengan penuh kesungguhan, maka Allah akan memberikan kemudahan dan kelancaran dalam setiap aktivitas yang berkaitan dengan upaya mendekatkan diri kepada pencipta. Maka, kita yang selalu taat menjalankan perintah agama, akan

³ <https://Duniapengetahuan2627.Blogspot.Com/2013/02/Konsep-Hidup-Sehat.Html>. Di Akses Tanggal 24 Juni 2018 Pukul : 09.12 WIB

⁴ [Http://Www.Kompasiana.Com/Rezariskiatul/Pola](http://Www.Kompasiana.Com/Rezariskiatul/Pola) Hidup Sehat-Dalam-Islam. Diakses 26 Juni 2018, Jam: 12:12 WIB

senantiasa memperoleh petunjuk untuk mencapai zona sehat yang tidak mudah diperoleh, kecuali orang-orang yang benar-benar dan sungguh-sungguh menjalankan perintah-Nya.⁵

Seseorang dikatakan sehat bisa ditinjau dari segi fisik maupun psikis. Sehat dari segi fisik dapat dilihat dari bentuk tubuhnya yang segar bugar dan mampu melakukan berbagai aktifitas. Sedangkan, seseorang dikatakan sehat secara psikis dapat diketahui bagaimana jiwa orang tersebut berfikir dengan baik dan bertindak secara realistis.

Dalam menjaga kondisi agar tetap sehat baik secara fisik maupun psikologis, tidak perlu mengeluarkan banyak biaya dengan ongkos yang mahal. Kesehatan tubuh agar tetap terlihat sehat dan bugar salah satunya bisa dilakukan dengan cara menjaga pola hidup yang bisa dilakukan dengan menjaga kesehatan tubuh, pola makan atau minum serta menjaga lingkungan dimana seseorang itu tinggal. Dalam hal ini kesehatan menjadi sangat penting sebagai salah satu faktor penentu kehidupan. Pentingnya menjaga kesehatan perlu diterapkan sejak dini, agar tercipta hidup sehat yang membawa dampak pada hidup dan lingkungan.⁶

Ajaran Islam sangat mengutamakan penjagaan sumber-sumber air dan lingkungan sekitar, baik kebersihan rumah, halaman, jalan-jalan dan lain

⁵ Ilahi Muhammad Takdir, *Revolusi Hidup Sehat...*, h.149

⁶ Jurnal Pendidikan Karakter, Tahun Ii, Nomor 2 Juni 2012. Diakses Pada Tanggal 20 September 2018 Pukul 14:15 WIB

sebagainya. Islam telah melarang keras pengotoran sumber-sumber air (bak, kolam air, sungai, dan sumur). Baik dengan membuang kotoran atau sampah di dalamnya.⁷

Dari meneliti awal yang saya dapat sementara ini Kelurahan Karang Anyar merupakan salah satu Kelurahan yang bisa di katakan Desa tua yang terdapat tanah Pat Patulai atau Kota Curup (Ibu Kota Rejang Lebong). Tak hanya itu Kelurahan ini juga menjadi Kelurahan panutan bagi Desa dan Kelurahan yang lainya terutama Desa tetangga seperti desa Kesambe Lama, Kepala Siring, Tasik Malaya, Dan Desa Dusun Curup. Karena Desa Karang Anyar mempunyai beberapa visi dan misi salah satunya adalah menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat.⁸

Kebijakan yang dilakulakan untuk penurunan angka sakit dan kematian dari berbagai sebab dan penyakit, kebijakan peningkatan status gizi masyarakat Kelurahan Karang Anyar yang berkaitan dengan peningkatan status sosial ekonomi masyarakat, kebijakan peningkatan upaya kesehatan lingkungan terutama penyediaan sanitasi dasar yang dikembangkan dan dimanfaatkan oleh masyarakat ini untuk meningkatkan mutu lingkungan hidup, Kebijakan dalam mengatasi masalah kesehatan masyarakat Karang Anyar melalui upaya peningkatan pencegahan, penyembuhan penyakit dan pemulihan kesehatan terutama untuk ibu dan anak, dan kebijakan peningkatan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat. Hidup sehat yang sangat bagus adalah menjaga pola makan dan menjaga lingkungan dengan baik.

⁷ Susanto Rezi Kemas, *Kuliah Agama Islam Di Perguruan Tinggi*, Curup, 2019, h.128

⁸ Profil Kelurahan Karang Anyar, Pada Tanggal 12 Februari 2018, Pukul 09:10 WIB

Dari hasil observasi di masyarakat Kelurahan Karang Anyar bahwa masih adanya masyarakat satu atau dua kali membuang sampah diselokan. Akibat kurangnya pengetahuan tentang hidup sehat masyarakat membuang sampah tidak pada tempatnya, seperti membuang sampah di sungai ataupun membakarnya, dan juga masyarakat membuang hajat nya di sungai tersebut padahal sungai tersebut adalah tempat mereka beraktifitas sehari-hari seperti mandi, mencuci pakaian, bahkan mencuci piring bekas mereka makan dengan air sungai tersebut.

Masyarakat Kelurahan Karang Anyar tidak menyadari bahwa apa yang telah mereka lakukan dalam masyarakatnya adalah tidak baik seperti membuang sampah tidak tempatnya dan sampah dibuang di siring yang terdapat di dekat rumah mereka sendiri, dampak dari pembuangan sampah di siring tersebut mengakibatkan air tersumbat dan terjangkau penyakit seperti, demam berdarah, diare dan lainnya. Dan juga sampah dari masyarakat yang menumpuk dibakar mereka tidak mengetahui dari dampak mmereka membakar sampah tersebut, karena asap dari sampah yang mereka lakukan dapat mengakibatkan penyakit sesak nafas.

Walaupun sudah disiapkan tempat pembuangan sampah. Akan tetapi, tidak dimanfaatkan dengan sebaik mungkin sehingga mereka melakukan pembuangan sampah di kali. Karena mereka tidak memiliki jamban, kondisi ini mengakibatkan mereka sering melakukan kebiasaan membuang hajat di kali.⁹ Gambaran seperti ini

⁹ Yuniar, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Pada Tanggal 15 Februari 2018, Pukul 15:55 WIB

menyebutkan betapa kurangnya pengetahuan masyarakat tentang hakikat hidup sehat.

Jadi peneliti mencoba untuk meneliti mengenai Hidup sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam di Kelurahan Karang Anyar.

B. Fokus Penelitian

Untuk menghindari mispersepsi mengenai permasalahan yang akan diangkat dalam penelitian, maka perlu adanya fokus permasalahan. Permasalahan dalam penelitian ini adalah dibatasi hanya pada hidup sehat dalam perspektif pendidikan Islam di masyarakat Kelurahan Karang Anyar.

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dan fokus masalah di atas maka rumusan masalah yang akan dikaji melalui penelitian ini adalah:

1. Bagaimana konsep hidup sehat dalam perspektif pendidikan Islam?
2. Bagaimana gambaran hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar?
3. Bagaimana faktor penghambat dan pendukung hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang ada maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui konsep hidup sehat dalam perspektif pendidikan Islam
2. Untuk mengetahui Gambaran hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar

3. Untuk mengetahui faktor penghambat dan pendukung hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

- a. Berguna sebagai usaha untuk mendalami, memahami, mengembangkan tentang Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar
- b. Menambah pengetahuan Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar

2. Bagi Lembaga

- a. Dapat bermanfaat sebagai pedoman dalam mencari informasi-informasi tentang Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar.
- b. Hasil penelitian ini bisa menjadi inventarisasi terkait Hidup Sehat. Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar.

3. Bagi Masyarakat Umum

- a. Agar dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya Hidup Sehat.
- b. Dapat dijadikan pegangan atau acuan serta tolak ukur bagi kita semua bahwa Hidup Sehat itu sangatlah Indah

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Hidup Sehat

1. Pengertian Hidup Sehat

Secara umum hidup sehat diartikan sebagai hidup yang terbebas dari segala masalah baik masalah rohani (mental) maupun jasmani (fisik). Gangguan rohani meliputi apa saja yang mengganggu kesehatan kondisi pikiran, hati dan jiwa. masalah jasmani bisa berupa penyakit-penyakit yang mengganggu berfungsinya anggota badan. Jadi pengertian hidup sehat itu sehat secara utuh tak terpisahkan antara Rohani dan jasmani.¹⁰ Dalam UU No. 23 Tahun 1992 tentang Kesehatan, yakni keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial yang memungkinkan secara sosial, budaya, dan ekonomis.¹¹

Pendidikan memandang hidup sehat adalah masalah tingkah laku manusia, termasuk sikap dan kebiasaan sehari-hari yang bersifat menyeluruh. Berdasarkan hal itu, sehat atau hidup sehat dapat dilihat dari berbagai segi kehidupan meliputi proses dan tujuannya. Kedua hal ini berlangsung secara individual, dalam arti setiap orang memiliki kebutuhannya sendiri, meskipun pada saat kesehatannya terganggu, ia akan melihat kembali pada perilakunya

¹⁰ <https://Rachmasophia.Wordpress.Com/2013/11/28/Pengertian-Hidup-Sehat/>. Diakses Tanggal 03 November 2018 Pukul 21:14.

¹¹ Takdir Ilahi Muhammad, *Revolusi Hidup Sehat Ala Rasulullah*, Yogyakarta; Katahati, 2015, h. 29

sehari-hari terutama pada berbagai faktor yang mempengaruhinya. Misalnya kebiasaan makan dan minum, istirahat, membuang sampah sembarangan, bekerja, bergaul dan sebagainya.¹²

Dalam Islam, agar seseorang meraih hidup sehat, maka sepanjang hidupnya selalu diatur dan diberikan bimbingan, mulai dari ketika bangun tidur, bekerja, istirahat, makan dan minum, merawat kebersihannya, hingga tidur kembali. Ketika bangun tidur misalnya, umat Islam tidak boleh terlambat. Di waktu pagi, umat Islam harus bangun dari tidur tepat waktu, dan segera mengambil air wudlu, kemudian datang ke masjid memenuhi panggilan adzan untuk shalat bersama-sama para tetangga yang berdekatan dengan tempat ibadah itu.

Pendidikan Islam memandang hidup sehat adalah salah satu cara untuk mencapai kehidupan yang bahagia, berkah, bermanfaat, dan tentram sejahtera. Maka dari itu dalam menerapkan hidup sehat adalah suatu kebahagiaan yang mutlak bagi seluruh umat muslim.¹³

Hidup sehat adalah bagian dari perintah Allah kepada hamba-hamba-Nya. Sebagai perintah Allah, hamba-hamba-Nya di beri kesempatan untuk memelihara tubuhnya dengan penuh kesungguhan dan totalitas. Jika kita merawat tubuh kita dengan penuh kesungguhan, maka Allah akan memberikan kemudahan dan

¹² <https://Duniapengetahuan2627.Blogspot.Com/2013/02/Konsep-Hidup-Sehat.Html>. Di Akses Tanggal 24 Juni 2018 Pukul : 09.12 WIB

¹³ <http://Www.Kompasiana.Com/Rezariskiatul/Pola> Hidup Sehat-Dalam-Islam. Diakses 26 Juni 2018, Jam: 12:12 WIB

kelancaran dalam setiap aktivitas yang berkaitan dengan upaya mendekatkan diri kepada pencipta. Maka, kita yang selalu taat menjalankan perintah agama, akan senantiasa memperoleh petunjuk untuk mencapai zona sehat yang tidak mudah diperoleh, kecuali orang-orang yang benar-benar dan sungguh-sungguh menjalankan perintah-Nya.¹⁴

Adapun kesehatan adalah dasar untuk meraih kesejahteraan hidup di dunia ini karena betapa pun banyak nikmat yang dimiliki, menjadi tidak bermakna bila seseorang jatuh sakit. Rasulullah mengatakan, “orang yang memasuki pagi hari dengan kesehatan yang baik, aman di tempat kediamannya dan memiliki makanan hariannya maka seolah-olah seluruh kehidupan dunia ini telah dianugerahkan kepadanya, “ [HR At-Turmudzi].¹⁵ Rasulullah SAW bukan hanya teladan dalam aspek ibadah spiritual. Beliau pun sebagai seorang Nabi, menjalankan pola hidup sehat agar tetap produktif beribadah dan berjuang untuk Islam.

Ajaran Islam sangat mengutamakan penjagaan sumber-sumber air dan lingkungan sekitar, baik kebersihan rumah, halaman, jalan-jalan dan lain sebagainya. Islam telah melarang keras pengotoran sumber-sumber air (bak, kolam air, sungai, dan sumur).¹⁶

¹⁴ Takdir Ilahi Muhammad, *Revolusi Hidup Sehat ...*, h.149

¹⁵ Juli Soemiratslamet, *Kesehatan Lingkungan*, (Yogyakarta Gadjah Mada Universitas Press, 2000), h. 4.

¹⁶ Susanto Rezi Kemas, *Kuliah Agama Islam Di Perguruan Tinggi*, Curup, 2019, h.128

2. Cara hidup sehat

a. Udara bersih, paru-paru pun sehat

Untuk terhindar dari gangguan pernapasan, hiruplah udara yang bersih dan sehat. Bersihkan rumah dan ruangan kerja secara teratur, termasuk perabot, kipas angin dan AC.¹⁷

b. Banyak minum air putih

Air putih adalah yang terbaik dari minuman apapun. Biasakanlah minum air putih 8-10 gelas per hari. Kebiasaan ini akan membantu menjaga kelancaran fungsi ginjal dan saluran kemih. Upayakan untuk minum air hangat di malam hari dan air sejuk (bukan air es) di siang hari. Tambahkan juga sedikit perasan jeruk lemon atau jeruk nipis. Selain baik untuk menyegarkan diri, minuman ini sekaligus membantu mengeluarkan toksin dari dalam tubuh.¹⁸

c. Konsumsi menu bergizi dan seimbang

Pilihlah menu dengan gizi yang cukup, seimbang, dan bervariasi. Perbanyak konsumsi sayuran hijau dan buah yang mengandung banyak serat dan zat gizi yang diperlukan tubuh serat. Sebisa mungkin hindari junk food dan makanan olahan, serta kurangi konsumsi garam dan gula.¹⁹

¹⁷ Notoatmodjo Soekidjo, *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*, Jakarta; PT RINEKA CIPTA, 2007, h.105

¹⁸ Ibid, h.105

¹⁹ www.Sandiegohills.Co.Id. Diakses Pada Tanggal 05 November 2018, Pukul 22:45 WIB

d. Seimbangkan antara kerja, olahraga dan istirahat

Biasakan istirahat teratur 7-8 jam pada malam hari, dan jangan sering begadang atau tidur terlalu malam. Cobalah menggunakan waktu senggang untuk berolahraga ringan. Dengan berolahraga 2 - 3 kali per minggu, selama 30 - 45 menit, cukup membuat tubuh bugar dan stamina prima

e. Menciptakan lingkungan hidup sehat

Kebersihan juga identik dengan upaya melakukan restorasi terhadap lingkungan yang kotor, baik pakaian, badan, atau tubuh yang lainnya. Dan banayak sekali anjuran Rasulullah mengenai pentingnya menjaga kebersihan yang terdapat dalam anggota tubuh maupun lingkungan sekitar.²⁰

Menciptakan lingkungan hidup sehat ini dapat dikatakan bagaimana seseorang megelola lingkungannya sehingga tidak mengganggu kesehatannya. Misalnya bagaimana mengelola pembuangan tinja atau hajat, air manum, tempat pembuangan sampah, pembuangan limbah, dan sebagainya.²¹

Merawat dan menjaga lingkungan sekitar rumah sangatlah penting. Salah satu manfaat lingkungan hidup sehat adalah meningkatkan kualitas kesehatan tubuh sendiri. Tertarik untuk

²⁰ Takdir Ilahi Muhammad, *Revolusi Hidup Sehat ...*, h. 294

²¹ Notoatmodjo Soekidjo, *Promosi Kesehatan Dan ...*, h.137

menciptakan lingkungan yang sehat berikut ini adalah tips dan cara menciptakan kebersihan lingkungan.²²

- 1) Lingkungan hidup sehat adalah lingkungan yang selalu bersih, karena itu Anda harus rutin menjaga kebersihan rumah. Membuang sampah dapur, menyapu dan mengepel lantai rumah secara rutin akan meminimalisir jumlah kuman merugikan yang bisa merusak kesehatan.
- 2) Tak hanya di dalam rumah, lingkungan sekitar rumah pun harus mendapat perhatian. Bersihkan halaman atau taman rumah Anda dari kotoran atau sisa-sisa daun. Lakukan kerja bakti minimal seminggu sekali untuk membersihkan lingkungan rumah, seperti menyapu halaman, membersihkan dan melancarkan aliran got di dekat rumah.
- 3) Lingkungan hidup sehat identik dengan penghijauan di sekitar rumah. Beri tanaman yang cukup di halaman rumah Anda.
- 4) Atur rumah agar memiliki sirkulasi udara dan pencahayaan yang baik. Udara yang baik dan pasokan cahaya matahari yang cukup di dalam rumah, akan sangat mempengaruhi kesehatan Anda.²³
- 5) Lingkungan hidup sehat juga tergantung pada air bersih di sekitar rumah Anda. Pastikan bahwa rumah Anda mendapat fasilitas air

²² www.Sandiegohills.Co.Id. Diakses Pada Tanggal 05 November 2018, Pukul 22:45 WIB

²³ Ihktiar Muhammad, *Pengantar Kesehatan Lingkungan*, Jakarta: CV. Social Politic Genius (Sign), 2017, h.26

pam atau air bersih. Anda juga bisa membuat sumur pribadi di rumah Anda sebagai cadangan air bersih.

- 6) Pastikan di depan rumah tersedia tempat sampah untuk menampung sampah yang ada di dalam rumah. Gunakan plastik untuk membungkus sampah agar sampah tidak kocar-kacir dan mengotori area depan rumah.
- 7) Untuk sampah daun, sebaiknya jangan dibakar seperti yang biasa dilakukan kebanyakan orang. Galilah lubang di tanah halaman, lalu pendam sampah daun-daun tersebut. Selain bisa membersihkan, tanah di halaman Anda akan semakin subur dan bermanfaat bagi tanaman-tanaman yang ada.²⁴

3. Manfaat Hidup Sehat

Berikut ini merupakan beberapa manfaat yang dapat diperoleh seseorang yang telah melakukan dan menerapkan pola hidup sehat, yakni:

1. Dapat tidur dengan nyenyak
2. Dapat bekerja lebih maksimal serta meningkatkan kinerja
3. Dapat belajar dengan baik
4. Berfikir positif dan sehat
5. Merasa damai, nyaman dan tentram
6. Memiliki penampilan yang sehat

²⁴ www.Sandiegohills.Co.Id. Diakses Pada Tanggal 05 November 2018), Pukul 22:45 WIB

7. Mendapatkan kehidupan dan interaksi dengan baik
8. Lebih percaya diri
9. Terhindar dari penyakit²⁵

B. Hidup Sehat Menurut Islam

Nabi Muhammad Saw. memberikan contoh pada kita yang sangat baik dalam menjalankan hidup sehat. Beliau selama hidupnya hampir tidak pernah sakit. Tidak seperti manusia sekarang ini yang, mereka lebih banyak menggunakan waktunya untuk menonton televisi dan mengkonsumsi makanan yang kurang baik untuk kesehatan, dan dikemudian hari banyak minum obat-obatan yang sebenarnya kurang baik bagi kesehatan dan malah bisa merusak organ tubuh dan menjadikan sistem kekebalan tubuh menjadi menurun. Saat inilah orang merasa bahwa nikmat dan karunia Allah tentang hidup sehat begitu berarti.²⁶

Pola hidup juga memberikan pengaruh dalam hidup sehat yang mana hidup seseorang perlu dijadwalkan atau diatur sedemikian rupa, dimana saat tubuh perlu istirahat saat kecapekan, dimana sistem tubuh selain bekerja, tubuh juga memerlukan untuk beristirahat.

Diantara hidup sehat yang yang dianjurkan dan menjadi kebiasaan Rasulullah sebagai berikut:

1. Pentingnya istirahat bagi tubuh

Dalam Al-Qur`an surat An-Naba' ayat 9, Allah berfirman bahwa:

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا

²⁵ www.Sandiegohills.Co.Id. Diakses Pada Tanggal 05 November 2018), Pukul 22:45 WIB

²⁶ Ade Hashman, *Rahasia Kesehatan Rosulullah*, Jakarta: Noura book, 2012, h.xv

Artinya: dan Kami jadikan tidurmu untuk istirahat,

Perintah istirahat yang cukup untuk menjaga kesehatan tetap terjaga salah satunya dapat dilakukan dengan berhenti mengisi lambung selama empat jam sebelum tidur. Jika seseorang tidur dalam keadaan perut terisi makanan, otomatis saluran nafas akan menyempit (bahkan tidak menghentikan nafas). Jika hal ini terjadi terjadi dalam jangka panjang maka akan berakibat pada jantung yang dinamakan hipoksia atau kekurangan oksigen, dan lama kelamaan jika hal ini tetap sering dilakukan maka akan mengakibatkan stroke.²⁷

Tips sehat menganjurkan tidak tidur setelah subuh dan setelah ashar, tetapi tidur sianglah sejenak saja. Rasulullah menganjurkan agar memulai dan mengakhiri tidur dengan berdo'a yakni membaca Al-fatihah, Al-Ikhlash, An-Naas, Al-Falaq dan terakhir surat Al-Baqarah, sebelum tertidur.²⁸

2. Pentingnya gerak badan (shalat) bagi kesehatan

Kesehatan tidak mungkin diperoleh, kecuali jika kita senantiasa bergerak. Diantara ciri mutlak hidup biologis adalah bergerak. Tidak satu komponen pun dalam tubuh kita yang tidak bergerak. Benda padat seperti tulang pun, ketika diam mengalami dinamisasi internal proses bongkar pasang elemen-elemen selulernya. Ada pergerakan cairan dalam sirkulasi darah, getah bening, transportasi cairan ekstra dan internal, serta ada juga gerak dalam wujud

²⁷ Ibid, h.208

²⁸ Ibid, h.208

kontraksi otot, peristaltic, usus, gerak metabolic kimiawi dan gerak quantum elektrik.

Shalat (juga ibadah haji) merupakan ibadah pokok yang merangkaikan aspek gerak fisik sehingga layak kita kaji secara serius untuk mengetahui seberapa jauh pengaruh-pengaruh tersebut dalam kesehatan hidup kita. Dalam hal ini gerak tubuh sangat mempengaruhi kesehatan dalam tubuh manusia khususnya bagi tulang dan persendian.

Proses gerakan shalat, jika dilakukan secara baik dan benar, sesuai cara dan tatacara yang dicontohkan nabi, mestinya meninggalkan atsar (jejak) terhadap diri dan kehidupan kita. Sebagaimana juga dampak fisiologis dari olahraga-olahraga. Prof. dr. Mohammad Sholeh, misalnya menemukan atsar tersebut dalam tinjauan biokimiawi yakni pada level kortisol hariannya yang lebih rendah pada orang yang rutin bertahajjut dengan ikhlas.²⁹

3. Kebersihan

Kebersihan jasmani (badan) dan tempat ibadah merupakan syarat mutlak pertama sekali bagi seorang muslim jika ia hendak melakukan ibadah shalat menghadap allah swt.

4. Puasa

Adapun beberapa manfaat puasa bagi kesehatan antara lain: Puasa mempengaruhi kemampuan konsentrasi berpikir di otak; karena darah tidak

²⁹ Ibid, h.151

terkonsentrasi disaluran pencernaan, sehingga otak cukup mendapat sediaan maksimal ketika ia bekerja sehingga kegiatan berpikirnya menjadi optimal

Puasa juga mengistirahatkan ginjal. Ketiadaan intake cairan selama 10-12 jam dapat menyebabkan dehidrasi ringan yang masih mungkin ditoleransi oleh tubuh karena tubuh memiliki mekanisme konservasi air dalam batas yang ditoleransi.

Puasa juga sebagai pengikisan lemak dalam tubuh. Puasa memberikan kesempatan beristirahat sistem saluran cerna. Lambung, saluran cerna usus dan liver sebagai pabrik utama dari proses metabolisme juga akan berkurang bebannya hingga secara tidak langsung organ-organ lain juga semakin berkurang bebannya.

Cara hidup sehat menurut islam adalah cara hidup sehat yang sesuai dengan apa yang di contohkan oleh Nabi dan Rasulullah, yang sesuai dengan apa yang di ajarkan di dalam Al-Qur'an. Cara hdiup sehat menurut islam tenntunya tidak hanya memperhatikan kesehatan fisik kita saja, kesehatan psikis juga sangat penting untuk diperhatikan.

1. Menjaga kesehatan Fisik

Menjaga kesehatan fisik dalam islam adalah dengan cara melakukan suatu pekerjaan atau gerak tubuh yang bermanfaat untuk diri kita sendiri dan untuk orang lain. Cara hidup sehat menurut islam yang pertama ini bisa dilakukan dengan cara:

- a. Melaksanakan sholat adalah cara terbaik dan termudah untuk menjaga kesehatan fisik kita, karena dengan melaksanakan sholat otot-otot dalam

tubuh kita akan tergerak dan peredaran darah dalam tubuh kita pun akan lancar ketika peredaran darah kita lancar maka organ-organ yang ada di dalam tubuh kita pun akan bekerja dengan baik dan fisik kita pun akan sehat tanpa merasakan pegal-pegal, sakit pinggang, dan apapun itu. Dengan melaksanakan sholat juga ada satu poin yang sangat penting.

Didalam shalat memiliki mukjizat tersendiri untuk fungsi kesehatan tubuh setiap manusia ada beberapa contoh gerakan shalat yang sangat berpengaruh dalam gerakan shalat. Pertama gerakan menunduk untuk sujud ketika rukuk', otot-otot belakang kaki akan mengencang dengan sempurna, dan darah memenuhi seluruh pembuluh darah didalamnya. Tetapi, setelah ia bangun dan bergerak untuk sujud, otot-otot kaki mengenyut. Otot-otot ini memompa darah dengan kuat jantung, dibantu oleh gerakan menunduk untuk sujud. Gerakan ini berfungsi melancarkan sirkulasi darah di pembuluh otot yang terdapat di kaki sehingga terhindar dari pembekakan pembuluh darah dibetis maupun katup pembuluh darah dibetis.³⁰

b. Melakukan olahraga rutin

Sebenarnya melakukan kegiatan olahraga rutin dengan cara hidup sehat menurut islam sangatlah gampang. Caranya yaitu dengan bangun 1/3 malam lalu melaksanakan sholat sunnah tahajud, sholat hajat dan sholat wittir, sambil menunggu adzan subuh dengan mengisi waktu dengan membaca al-qur'an, atau berdzikir atau tidur sebentar. Setelah adzan subuh terdengar

³⁰Mustofa Bisri, Menjadi Sehat Dengan Shalat, Jogjakarta; OPTIMUS, 2007, H. 118-119

langsung melaksanakan sholat subuh dan sholat sunah rawatib setelah selesai lanjut dengan membersihkan rumah, menyapu dan mengepel rumah.

c. Menjaga Pola Makan

Menjaga pola makan dengan cara hidup sehat menurut islam adalah dengan cara memakan-makanan yang bergizi dan sehat, juga halal. Berdasarkan cara hidup sehat menurut islam menjaga pola makan adalah hal yang cukup penting karena jika kita memakan-makanan sembarangan dan memakan-makanan tidak tepat waktu maka tubuh kita pun akan rentan terkena penyakit. Contohnya jika kita telat makan lalu kita makan dengan sebanyak-banyaknya karena perut kita lapar biasanya perut kita bukan malah enak tapi akan terasa perih atau kenya. Dan ingat bahwa sesungguhnya Allah tidak menyukai makhluknya yang berlebihan. Makanlah makanan yang halal, sebab islam mengharamkan sesuatu untuk di makan karena sesuatu itu membahayakan untuk tubuh kita misalnya daging babi, karena di dalam daging babi terdapat suatu virus yang akan membuat kita sakit. Maka dari itu makanlah makanan yang halal-halal saja dan jangan berlebihan.

Dalam menjaga pola makan Rasulullah yakni bahwa sehat tidaknya sangat tergantung pada pola hidup dalam keseharian. Karena itulah, Allah telah menegaskan kepada umat manusia bahwa Rasulullah adalah teladan terbaik dalam menjaga pola makan agar tidak berlebih-lebihan dan teratur

dalam kesehariannya.³¹ Masalah pola makan janganlah sampai diabaikan apalagi dilupakan begitu saja. Terlalu besar risiko untuk ditanggung jika masalah makanan dan minuman tidak diperhatikan dan menjadi prioritas bagi pemeliharaan gaya hidup secara sehat.

2. Menjaga kesehatan psikis

Menjaga kesehatan psikis dengan cara hidup sehat menurut islam merupakan hal yang sangat penting. Karena banyak kejadian orang yang sakit di sebabkan oleh cara berpikir yang salah sehingga mereka mengalami penyakit yang sangat populer di muka bumi ini yaitu sakit hati, setelah sakit hati pikiran akan kacau karena terlalu memikirkan hal yang membuat sakit di dan pola hidup sehat fisik dan psikis akan terganggu, hingga akhirnya kira akan terkena penyakit lainnya seperti anemia, karena kurang tidur, jantung, asma dan lain-lain.

Berdasarkan Cara hidup sehat menurut islam untuk mengobati sakit hati itu adalah dengan hati. Tentunya hati yang bersih, selalu berkhushudzon. Caranya mudah, kita cukup harus selalu berpikiran positif. Misalnya kita mendapatkan perkataan yang tidak enak dari seseorang, lalu merasa sedih dan sakit hati, mungkin sedih sebentar wajar ya karena juga mempunyai perasaan, tapi jangan terlalu lama larut dalam kesedihan. Setelah sedih dan menangis karena perkataan orang tadi, hal yang harus lakukan adalah, membalasnya. Ya membalas perbuatan orang tadi tapi bukan dengan balas dendam caranya yaitu dengan mendo'a kannya, dengan do'a terindah yang kalian katakan kepada

³¹ Takdir Ilahi Muhammad, *Revolusi Hidup Sehat*, h. 284

Allah. Contohnya begini, Tadi merasa sakit hati karena perkataan seseorang yang menganggap gak ada artinya atau bego.

C. Masyarakat Memandang Hidup Sehat Dalam Islam

Hidup sehat adalah melakukan aktifitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, memeriksa kesehatan secara rutin, membersihkan lingkungan, dan menggunakan jamban. Mewujudkan masyarakat sehat ala Rasulullah sebenarnya. Beberapa hal yang beliau lakukan yaitu:³²

a. Memberi Jaminan Kesehatan Secara Gratis

Rasulullah itu bukan hanya seorang nabi tetapi juga seorang kepala Negara. sebagai kepala Negara, beliau menjamin biaya kesehatan masyarakat. Melayaninya dengan gratis tanpa dipungut biaya. Dalam riwayat disebutkan bahwa beliau merawat penderita penyakit mata di di sebuah lembah dan semua biaya kesehatannya ditanggung Negara. Pada tahun 6 Hijriah, beliau mendapatkan hadiah seorang dokter dari Raja Muqauqis Mesir. Dan beliau menjadikan dokter umum bagi semua orang tanpa bayaran.³³

Tidak seperti negeri ini, BPJS yang konon katanya jaminan kesehatan ternyata faktanya adalah asuransi kesehatan. Sehingga rakyat harus membiayai biaya kesehatannya sendiri. Meski berkedok gotong royong. Sehingga tak terhitung kasus rakyat miskin ditolak mendapatkan pelayanan kesehatan karena menunggak pembayaran premi bulanan. Juga karena alasan klasik kamar penuh

³² Takdir Ilahi Muhammad, Revolusi Hidu Sehat ..., h. 288

³³ Ibid, h. 289

b. Melarang Peredaran Makanan Haram dan Berbahaya

Setiap makan yang haram pasti berbahaya, meski kadang manusia tidak menyadarinya. Beliau juga melarang makanan haram beredar dan dikonsumsi oleh masyarakat. Makanan dan minuman haram adalah makanan dan minuman yang tidak halal dan tidak baik. Dan jika dikonsumsi akan mendatangkan penyakit. Daging babi misalnya, dalam penelitiannya ternyata mengandung cacing pita jika dikonsumsi dalam waktu lama bisa menyebabkan kanker usus. Khamr jika dikonsumsi bisa merusak jaringan otak dan menyebabkan gangguan kejiwaan. Darah juga diharamkan oleh Nabi, ternyata jika dikonsumsi akan menyebabkan sejumlah penyakit misalnya insufisiensi ginjal atau koma hati.³⁴

Hebatnya, Rasulullah melarang itu dengan peraturan Negara. maka setiap pelanggaran akan ditindak oleh Negara. pola ini menjadi efektif arena akan memberikan efek jera. Peminum khamer akan dicambuk empat puluh kali. Penjual daging haram akan dita'zir oleh Negara. sehingga rakyat akan terjaga dari makanan dan minuman haram dan berbahaya. Sehingga akan berbanding lurus dengan kesehatan masyarakat.

c. Mengkondisikan untuk bergerak

Untuk mengkondisikan warganya bergerak, tidak jarang beliau memobilisasi mereka untuk latihan perang perangan. Menganjurkan mereka berkuda, kuat dan berpanah. Dalam riwayat disebutkan bagaimana orang

³⁴ Ibid, hal 290

orang berlatih perang di pelataran masjid nabawi. Bahkan beliau memuji Abu Dzar Al Ghiffari karena kasar tangannya akibat bekerja di ladang.

Bahkan Umar bin Khattab memarahi seorang yang hanya duduk di masjid tidak bergerak. Sehingga beliau memberinya kapak dan bibit serta sebidang tanah untuk bekerja. Di sisi yang lain Al Quran memerintahkan setiap orang untuk bertebaran dimuka bumi setelah selesai beribadah.³⁵

d. Pola makan Rasulullah

Menurut penuturan Aisyah, beliau hanya makan satu jenis makan dalam seharinya. Kalau pun makan beliau tidak pernah sampai kenyang, beliau menyudahi makan sebelum kenyang. Dalam sabdanya beliau menyuruh rakyat nya untuk makan sepertiga, untuk minum sepertiga dan sepertiganya untuk bernafas.

Beliau juga pribadi yang paliang banyak berpuasa. Sehari puasa dan sehari berbuka. Jika pun beliau berbuka tak jarang hanya dengan kurma dan air saja. Yang kadang kadang beliau fermentasi kurma direndam dalam air semalam untuk dijadikan minuman yang mampu menjaga stamina beliau fit sepanjang hari.

Diantara makanan yang dimakan beliau adalah roti gandum, tsarid (roti yang dicampur kuah dari daging), ubi/salq dicampur dengan gandum dan ditaburi fulful/lada diatasnya, aqith (keju yang dcampur susu) ada juga beliau makan roti yang ditabur rempah diatasnya dan ditambah semangka/bitthij juga

³⁵Ibid, h. 231

campuran kurma. (pizza ala Rasulullah, pent). Sampai beliau menyebut makanan ini dengan makan penduduk syurga

Rasulullah memakan hanyalah makanan yang halal dan thayyib dan tidak berlebihan. Kita tahu banyaknya makanan justru menjadi sumber penyakit. Rasulullah benar benar menjadi suri tauladan bagi rakyatnya bukan hanya dalam mengatur Negara tetapi juga dalam menjaga kesehatan. Karena beliau adalah pribadi yang memiliki integritas tinggi. Apa yang disampaikan sama dengan apa yang dikerjakan. Tentu berbeda dengan penguasa negeri ini, menyuruh makan keong dan diet, padahal diri mereka tidak melakukannya. Meminta masyarakat untuk hidup hemat dan sederhana sementara mereka bermewah mewah dan boros.³⁶

e. Olah Raga Rasulullah

Beliau seringkali berlomba lari dengan Aisyah. Kadang kala Beliau menang kadang juga kalah. Beliau juga masih bergerak membantu pembangunan masjid Nabawi. Bahkan beliau sendiri ikut turun menggali parit dalam perang khandaq. Tak kalah menariknya, masih sering berlatih gulat. Beliau memang energik dan kuat. Beliau masih sering menunggang kuda atau pun unta. Tentu ini memerlukan stamina yang besar. Karena naik kuda tidak semudah naik mobil, apalagi jika ada sopir.

³⁶ <http://www.syariahnews.com/2018/01/germas-gerakan-masyarakat-hidup-sehat.html>. Di akses tanggal 10 November 2018, pukul 21:37 WIB

D. Penelitian Relevan

Setelah menelusuri hasil-hasil penelitian secara langsung, penelitian belum menemukan judul diatas, sehingga peneliti mencoba untuk menelaah pendidik dalam konsepsi Islam yang berkaitan dengan Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Islam. Sementara itu ada beberapa peneliti terdahulu yang berkaitan dengan apa yang dikaji peneliti.

1. Pertama: Shanti Puspita Sari, nim 10131045, Program Studi Pendidikan Agama Islam, Tarbiyah, skripsi, *Hidup Bersih menurut pandangan islam di Desa Tanjung Beringin Curup Utara*, 2003

Skripsi tersebut hanya membahas Sikap Siswa Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat, tentu sangat berbeda dengan penelitian ini yang membahas “Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar”.

2. Pertama: M. Nur Wahyudi, nim 114211050, Program Studi Tafsir Hadist, skripsi, *Pola Hidup Sehat dalam Perspektif Al-Quran*, 2015

Skripsi tersebut hanya membahas Sikap Siswa Terhadap Pola Hidup Sehat dalam Al-Quran, tentu sangat berbeda dengan penelitian ini yang membahas “Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar”

3. Pertama: Bkti Rahmasari, 111303400002, Program Studi Ilmu Al-Quran dan Hadist, skripsi, *Kebersihan dan Kesehatan Lingkungan dalam Perspektif Hadis*, 2017

Skripsi tersebut hanya membahas Sikap Siswa Terhadap Kebersihan dan Kesehatan Lingkungan dalam persektif Hadist, tentu sangat berbeda dengan penelitian ini yang membahas “Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Kelurahan Karang Any

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang dilakukan dengan *setting* tertentu yang ada dalam kehidupan *real* (alamiah) dengan maksud mengidentifikasi dan memahami fenomena. Pada pendekatan ini peneliti membuat suatu gambaran kompleks, meneliti kata-kata, laporan terinci dari responden, dan melakukan studi pada situasi yang alami.³⁷

Jenis penelitian ini adalah Studi Kasus studi yang mengeksplorasi suatu masalah dengan batasan terperinci, memiliki pengambilan data yang mendalam, dan menyertakan berbagai sumber informasi. Penelitian ini dibatasi oleh waktu dan tempat, dan kasus yang dipelajari berupa program, peristiwa, aktivitas atau individu.³⁸

B. Objek Penelitian

Objek atau sasaran dikatakan Amirudin Hadi dan Haryono adalah sebagian objek yang akan diteliti³⁹. Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa subjek atau informan adalah bagian dari seluruh objek penelitian yang dianggap dapat mewakili yang diteliti.

³⁷ Creswell, J. W, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*, Curup; Lp2 Stain Curup, 2011, h. 164

³⁸ Syanurbu Sukarman, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*, Curup; Lp2 Stain Curup, 2011, h. 167

³⁹ Amirudin Hadi Dan Haryono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Pustaka Setia, 1998, h. 108

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif sehingga diperlukan subjek atau informan penelitian. Yang dimaksud subjek atau informan penelitian adalah benda, hal atau orang tempat data untuk variabel yang dipermasalahkan⁴⁰. Subjek dalam penelitian ini adalah beberapa Lurah, Tokoh Masyarakat, dan Masyarakat Kelurahan Karang Anyar.

NO	Subjek Penelian	Jumlah
1	Lura	1
2	Tokoh Masyarakat	3
3	Masyarakat/Warga	11
		15

Data yang diperlukan dalam penelitian ini diperoleh melalui informasi kepala Lurah serta tokoh-tokoh masyarakat dan masyarakat Kelurahan Karang Anyar. Apabila data yang diperoleh belum jelas atau dibutuhkan kejelasan yang lebih rinci dan akurat, maka peneliti akan mengulang kembali sehingga memperoleh hasil atau informasi yang tepat.

Berdasarkan konsep di atas, maka dalam penelitian ini tidak akan ditentukan banyaknya jumlah informan yang terlibat akan tetapi, banyaknya informan akan ditentukan oleh tingkat kebutuhan dalam memperoleh data, oleh sebab itu informasi yang akan diperoleh diharapkan merupakan informasi yang benar-benar mampu untuk menggambarkan dari penelitian.

⁴⁰ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta: Renika Cipta 1998, h.21

C. Sumber Data

Pengumpulan data yang akan penulis lakukan terbagi kepada dua macam yaitu data primer dan sekunder:

1. Data primer yaitu data yang langsung dikumpulkan dari obyeknya penelitian, dan data primer ini diperoleh langsung dari wawancara yang diajukan kepada responden satu orang Lurah dan Tokoh masyarakat, dan masyarakat yang ada di Kelurahan Karang Anyar.
2. Data sekunder yaitu sumber yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau dokumen.⁴¹

D. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data penelitian kualitatif ialah; (1) menggunakan multisumber bukti, menggunakan banyak informan dan memerhatikan sumber-sumber bukti lainnya; (2) menciptakan data dasar studi kasus, mengorganisir dan mengoordinasikan data yang telah terkumpul, biasanya studi kasus memakan waktu yang cukup lama dan data yang diperolehnya pun cukup banyak sehingga perlu dilakukan pengorganisasian data, supaya data yang terkumpul tidak hilang saat dibutuhkan nanti; dan (3) memelihara rangkaian bukti, tujuannya agar bisa ditelusuri dari bukti-bukti yang ada, berkenaan dengan studi kasus yang sedang dijalankan, penting ketika menelusuri kekurangan data lapangan.⁴² Dengan

⁴¹ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*, Bandung; Alfabeta, 2014, h. 225

⁴² Gunawan Imam, *Metodologi Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*, Jakarta; Pt Bumi Aksara, 2016, h.

permasalahan yang dibahas ini serta memudahkan dalam mencari solusi maka peneliti menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

1. Wawancara/ Interview

Wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi atau ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara yang digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam.

Dengan wawancara, peneliti akan mengetahui hal-hal yang lebih mendalam tentang partisipan dalam menginterpretasikan situasi dan fenomena yang terjadi, dimana hal ini tidak bisa ditemukan melalui observasi.⁴³

2. Observasi

Dalam observasi in, peneliti terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diteliti atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian. Sambil melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data, dan ikut merasakan suka dukanya. Dengan observasi partisipan ini, makan data yang diperoleh akan lebih lengkap, tajam, dan sampai mengetahui pada tingkat makna dari setiap perilaku yang nampak.⁴⁴

⁴³ Esteborg, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*, Bandung; Alfabeta, 2014, h. 231

⁴⁴ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif ...*, h.227

3). Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), ceritera, biografi, peraturan, kebijakan. Dokumen yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar hidup, sketsa, dan lainnya. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.⁴⁵

E. Teknik Analisis

Aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu data *reduction*, data *display*, dan *collection drawing/verification*.

Adapun langkah yang digunakan peneliti dalam menganalisa data yang telah diperoleh dari berbagai sumber, yaitu:

1. Data *Reduction* (Reduksi Data)

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Dengan demikian data yang direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan

⁴⁵ Ibid, h. 240

mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencari bila diperlukan.⁴⁶

2. Data Display (Data Penyajian)

Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. “*the most frequent form of display data for qualitative research data in the past has been narrative text.*” Yang paling sering digunakan untuk

3. Conclusion Drawing/verification

Penarikan kesimpulan dan verifikasi kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

⁴⁶ Ibid, h. 247

BAB IV
HASIL PENELITIAN

A. Kondisi Masyarakat Karang Anyar

1. Batas Wilayah

Wilayah yang membatasi Kelurahan Karang Anyar dapat dilihat pada tabel berikut:

TABEL I
BATAS WILAYAH

Letak Batas	Desa/Kelurahan
Sebelah Utara	Desa Tasik Malaya
Sebelah Selatan	Kelurahan Kepala Siring
Sebelah Timur	Desa Kesambe Lama
Sebelah Barat	Kelurahan Dusun Curup

2. Struktur Organisasi RT/RW kelurahan Karang Anyar

Lurah : HALIMATUS SAADIAH. S.Sos

NIP : 19680605 199101 2 003

Kasie Pemerintah : SUSILAWATI. S.Sos

NIP : 19750324 199703 2 003

a. Ketua RW.1 : SILAHTURAHMI

1) Ketua RT.1 : KHOSEN

2) Ketua RT.2 : SUYADI

3) Ketua RT.3 : DARWIS

- 4) Ketua RT.4 : SAYUTI
- b. Ketua RW.2 : H. TIMIN
- 1) Ketua RT.5 : SUARDI
- 2) Ketua RT.6 : ABARSI
- 3) Ketua RT.7 : EDISON
- c. Ketua RW.111 : SENOPATI
- 1) Ketua RT.8 : AFRIANTO
- 2) Ketua RT.9 : NURBAINI
- 3) Ketua RT.10 : NGATINA
- d. Ketua RW. IV : RIDUANSYAH
- 1) Ketua RT.11 : PERI IRAWAN TONI
- 2) Ketua RT.12 : MUCHTAR EFENDI
- 3) Ketua RT.13 : ASBI

3. Sumber Data dan Kualitas Air Bersih di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar

TABEL 11
SUMBER DATA DAN KUALITAS AIR BERSIH

Jenis	Jumlah Unit	Kondisi Rusak	Pemanfaat (KK)
1. Mata Air	1		30
2. Sumur Gali	611		619
3. Sumur Pompa			
4. Hidran Umum			
5. PAM	280		280

6. Pipa			
7. Sungai	192		576
8. Embung			
9. Bak Penampungan Air Hujan			
10. Beli Dari Tengki Swasta			
11. Depot Isi Ulang			
12. Sember Air			

4. Prasarana Kesehatan Masyarakat Kelurahan Karang Anyar

TABEL 111
PRASARANA KESEHATAN

Jenis Prasarana	Jumlah (Unit)
1. Puskesmas	
2. Balai Pertemuan	1
3. Rumah Sehat	557
4. WC	615
5. Peserta P3K	
6. BAK Sampah	
7. BKIA	
8. Taman Gizi	

5. Sarana Kesehatan Masyarakat Kelurahan Karang Anyar

TABEL IV
SARANA KESEHATAN

Jenis Sarana	Jumlah (orang)
1. Jumlah dokter umum	
2. Jumlah dkter gigi	
3. Jumlah dokter spesialis lainnya	
4. Jumlah paramedis	
5. Jumlah dukun bersalin terlatih	5
6. Bidan	2
7. Perawat	8
8. Dukun pengobatan Alternatif	
9. Jumlah dokter praktek	
10. Laboratorium kesehatan	

6. Keadaan Demografis

Kelurahan Karang Anyar berjumlah 1156 KK dengan jumlah penduduk 4027 jiwa yang terdiri dari 1986 jiwa laki-laki dan 2041 jiwa perempuan. Suku yang berada di Kelurahan Karang Anyar ini mayoritas suku Rejang dengan mata pencaharian mayoritas sebagai petani adapun agama yang dianut oleh masyarakat Kelurahan Karang Anyar yaitu Islam. Itulah ringkasan sejarah Kelurahan Karang Anyar.

B. Temuan-Temuan Dalam Penelitian

1. Lurah

a. Hidup sehat Kelurahan Karang Anyar menurut ibu

Dari Hasil Penelitian dengan Ibu Halimatus Saadiah, bagaimana keadaan Hidup sehat di Kelurahan Karang Anyar, wawancara pada tanggal 17 Mei 2018, pukul 09:30 WIB menyatakan bahwa:

Alhamdulillah khususnya pegawai kelurahan karang anyar maupun masyarakat kelurahan karang anyar 80% sehat. Pertama melihat dari lingkungan sekitar rumah-rumah kantor lurah, sekolahan sampai ke rumah-rumah warga dan tidak ada yang terkena dampak penyakit yang parah, karena warga sudah tau faktor-faktor apa saja untuk menjaga hidup sehat itu sendiri. Dengan menjaganya lingkungan rumah, dari dampak air tergenang berdampak penyakit. Dikelurahan karang anyar juga sudah ada Inpal Komunal yang ada di RT.2 dan RT.3 Inpal Komunal itu sangat bagus karena menampung semua dari jenis limbah, air hujan, comberan maupun dari kotoran-kotoran masyarakat yang salurannya terhubung ke Inpal Komunal. Masyarakat karang anyar juga tidak ada lagi yang mengeluh airnya tergenang diperkarangan rumah.”⁴⁷

Dari penjelasan diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa keadaan hidup sehat di Kelurahan Karang Anyar ini sudah terbilang baik dan sudah menjaga hidup sehat yang semana mestinya, dengan mengikuti program Lurah yang telah menyediakan Inpal Komunal yang mana Inpal Komunal itu tempat segala sesuatu yang sudah masyarakat lakukan seperti mencuci pakaian, air hujan dan comberan lainnya akan masuk kedalam Inpal Komunal tersebut.

b. Cara hidup sehat dalam islam

⁴⁷ Halimatus Saadiah, Selaku Lurah Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 17 Mei 2018, Pukul 09:30 Wib

Dari Hasil Penelitian dengan Ibu Halimatus Saadiah, cara hidup sehat yang dalam islam yang diketahui, wawancara pada tanggal 17 Mei 2018, pukul 09:30 WIB menyatakan bahwa:

Menurut ibu Halimatus Saadiah, bahwa cara hidup sehat yang (1) mengerjakan semua ibadah dengan benar (2) olahraga yang teratur dan rutin (3) rajin puasa sunnah (4) makan makanan yang baik dan halal.⁴⁸

Penjelasan diatas bahwa cara hidup sehat itu sangatlah mudah dengan menjaga makan yang baik, berolahraga dengan teratus dan berpuasa sunnah, dengan semua ini akan mendapatkan hidup sehat yang baik.

c. Program apa saja yang telah diterapkan dalam kelurahan karang anyar

Dijelaskan oleh Ibu Halimatus Saadiah, program sehat yang dijalankan di Kelurahan Karang Anyar, wawancara pada tanggal 17 mei 2018, pukul 09:35 WIB menyatakan bahwa:

Mengadakan senam setiap jum'at di Balai Kelurahan Karang Anyar, dan mengadakan senam-senam lansia ditempat Pengajian Dasawisma, itu untuk mengajak masyarakat untuk hidup sehat, hidup sehat juga tidak tergantung dengan senam saja dengan membersihkan lingkungan diperkarangan rumah, bisa juga dengan jogin-joging kecil, dan sdibidang-bidang olah raga lainnya.⁴⁹

Dari penjelasan diatas bahwa Kelurahan karang anyar sudah mengadakan program setiap minggunya yaitu dengan senam disetiap pagi jum'at, dilakukan juga di tempat-tempat pengajian dasawisma disetiap minggu pagi

⁴⁸ Halimatus Saadiah, Selaku Lurah Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 17 Mei 2018, Pukul 09:30 Wib

⁴⁹ Halimatus Saadiah, Selaku Lurah Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 17 Mei 2018, Pukul 09:35 Wib

untuk para lansia-lansia, agar mereka selalu dapat sehat dan bisa beraktifitas dengan baik. Akan tetapi untuk seluruh masyarakat tidak hanya senam yang dianjurkan melainkan untuk selalu membersihkan lingkungan serta menjaga lingkungan tetap bersih dan memberi himbauan kepada masyarakat agar sadar akan pentingnya kesehatan. Gerakan shalat yang berpengaruh untuk kesehatan tubuh

Dijelaskan juga oleh Ibu Halimatus Saadiah, apakah gerakan dalam shalat itu berpengaruh dengan kesehatan tubuh, wawancara pada tanggal 17 Mei 2018, pukul 09:35 WIB mengatakan bahwa:

Didalam shalat itu sudah ada gerakannya sendiri yang sudah bagus untuk kesehatan, karena dengan cara shalat yang baik dan benar maka tubuh kita akan timbulnya kesegaran dan kesehatan, dibidang shalat itu ada gerak-gerak tertentu yang ada mengurangi penyakit dari persendian dengan sujud dan rukuk juga gerak-gerak dalam olahraga. Dan juga sudah dianjurkan dari anak 5 Tahun sudah utuh mengajarkan shalat, karena apabila mereka tidak diajarkan shalat akan timbulnya lingkungan yang buruk dengan shalat anak-anak juga akan mengetahui dampak-dampak baiknya dan menjauhkan dampak-dampak negatifnya.⁵⁰

Dari penjabaran diatas bahwasannya gerakan-gerakan dalam shalat lima waktu dalam sehari semalam itu sangat berpengaruh untuk kesehatan manusia, karena dengan shalat salah satunya rukuk adalah untuk menjaga persendiannya untuk kesehatan yang baik. Dan juga harus mendidik anak dari umur 5 tahun untuk mengerjakan shalat lima waktu yang mana agar anak-anak sekarang tidak terjerumus ke hal-hal yang ada dalam lingkungannya sendiri

⁵⁰ Halimatus Saadiah, Selaku Lurah Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 17 Mei 2018, Pukul 09:35 WIB

d. Manfaat dari hidup sehat yang diterapkan di masyarakat Kelurahan Karang Anyar

Dijelaskan oleh Ibu Halimatus Saadiah, manfaat dari hidup sehat yang diterapkan di Kelurahan Karang Anyar, wawancara pada tanggal 17 Mei 2018, pukul 09:35 WIB menyatakan bahwa:

Manfaat dari menjalankan hidup sehat, kondisi tubuh yang sehat dan segar, mengurangi kemungkinan terjangkitnya suatu penyakit, dan kebugaran tubuh yang akan tetap terjaga, tampil lebih menarik, selalu semangat dan optimis dalam menjalani hidup, beban pikiran akan menjadi lebih ringan, menghemat biaya pengobatan.⁵¹

Dari penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa manfaat hidup sehat itu banyak sekali dan salah satunya untuk mengurangi kemungkinan terjangkitnya dari penyakit, karena jika sakit akan mengeluarkan uang untuk berobat dan untuk menjadi sehat juga membutuhkan waktu untuk berlatih lagi dengan hidup sehat. Dan apabila kondisi tubuh sehat aktifitas dalam sehari-hari menjadi ringan untuk dikerjakan.

2. Tokoh Masyarakat

a. Hidup sehat dalam Islam

Dijelaskan oleh bapak Khosen, hidup sehat yang dianjurkan oleh Islam, wawancara pada tanggal 18 Mei 2018, pukul 08:30 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat ini menjaga kesehatan sebelum terkenanya penyakit, dan apabila masih sehat menjaga kebersihan atau kebugaran tubuh dengan

⁵¹ Halimatus Saadiah, Selaku Lurah Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 17 Mei 2018, Pukul 09:35 Wib

selalu berolah raga, makan dengan teratur dan menjaga kesehatan keluarga, selalu makan makanan yang halal dan selalu berfikir positif.⁵²

Diperjelas juga oleh bapak Sayuti, wawancara pada tanggal 18 Mei 2018 pukul 16:30 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat dengan berolah raga jogging, beristirahat dengan cukup, dan berolahraga dengan gerakan-gerakan shalat seperti sujud, rukuk dalam shalat. Sujud untuk melancarkan peredaran darah sedangkan rukuk agar persendian sehat dan tidak sakit.⁵³

Diperkuat oleh bapak Bahaman, wawancara pada tanggal 18 Mei 2018 pukul 14:45 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat yang dianjurkan oleh Rasulullah adalah dengan gerakan shalat, berolah raga dengan olah raga jogging, dan olah raga-olah raga lainnya dan beristirahat dengan cukup dan makan dengan teratur, dan selalu menjaga kebersihan individu dan lingkungan sendiri atau masyarakat lainnya.⁵⁴

Dari hasil penjelasan di atas dapat peneliti simpulkan bahwa hidup sehat itu menjaga cara makan yang sehat dan halal, menjaga kebugaran tubuh, istirahat yang teratur dan menjaga lingkungan yang sehat dan melakukan shalat setiap waktunya karena dengan shalat dapat menumbuhkan gairah tubuh agar lebih semangat dan lebih sehat, serta rutin berolahraga agar hidup sehat seimbang antara sehat rohani dan sehat jasmani.

⁵² Khosen, Selaku Rt.01 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018, Pukul 08:30 Wib

⁵³ Sayuti, Selaku Rt.04 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 16:30 Wib

⁵⁴ Bahaman, Selaku Imam Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 14:45 Wib

b. Menjalankan hidup sehat secara individu dan lingkungan

Diperjelas juga oleh bapak Sayuti, sehat individu dan lingkungan wawancara pada tanggal 18 mei 2018 pukul 16:30 WIB menyatakan bahwa:

Terkadang menjaga hidup sehat secara individu dan lingkungan karena kesibukan dengan pekerjaan-pekerjaan yang ada untuk menjaga hidup sehat individu terkadang terlupakan, dan menjaga lingkungan seperti membersihkan setiap perkarangan rumah dan lingkungan lainnya, dan juga kebersihan dalam rumah sendiri seperti membersihkan bak mandi dan lainnya.⁵⁵

Diperjelas oleh bapak Khosen, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018

Pukul 09:00 WIB menyatakan bahwa:

Sudah menjaga hidup sehat individu dan lingkungan seperti menjaga kesehatan tubuh baik sehat jasmani maupun rohani, dan menjaga lingkungan seperti membersihkan setiap perkarangan rumah dan lingkungan lainnya, dan juga kebersihan dalam rumah sendiri seperti membersihkan bak mandi dan lainnya.⁵⁶

Diperkuat dengan bapak Bahaman, wawancara pada tanggal 18 mei 2018

pukul 14:45 menyatakan bahwa:

Sudah diterapkan baik dalam diri sendiri maupun lingkungan seperti menjaga kesehatan dengan beristirahat dengan cukup makan dengan teratur sedangkan lingkungan dengan membersihkan lingkungan sekitar seperti perkarangan rumah, belakan, depan dan selokan-selokan sampah yang ada.⁵⁷

Dari penjelasan diatas dapat peneliti simpulkan bahwa tokoh masyarakat sudah menjalani hidup sehat namun masih ada juga yang tidak menjaga

⁵⁵ Sayuti, Selaku Rt.04 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 16:30 Wib

⁵⁶ Khosen, Selaku Rt.01 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 16:30 Wib

⁵⁷ Bahaman, Selaku Imam Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 14:45 Wib

bahkan menjalani hidup sehat yang semestinya karena kesibukan, dan yang sudah melakukan hidup sehat juga menjaga nya lebih baik lagi dari sebelumnya.

c. Cara hidup sehat dalam islam

Diperkuat oleh bapak bahaman, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018

Pukul 14:45 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam islam yaitu dengan cara menjalankan sunah-sunah Rasul didalam kehidupan sehari-hari, selain mendapatkan pahala mengikuti sunah-sunah Rasul kita juga dapat menciptakan hidup sehat secara Islami seperti didalam Islam sudah dilakukan oleh Rasulullah tentang makan,istirahat bahkan menjaga tubuh agar selalu sehat jasmani dan rohani.⁵⁸

Diperkuat oleh bapak Khosen, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018

Pukul 08:00 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam dengan menjalankan sunah-sunah Rasul. Seperti melakukan olahraga, istirahat yang cukup, mengatur pola makan.⁵⁹

Dari penjelasan diatas bahwa cara hidup sehat sangat bnayak dengan menjaga pola makan, istirahat yang cukup dan menjalankan sunnah-sunnah Rasulullah.

⁵⁸ Sayuti, Selaku Rt.04 Kelurahan Karang Anayar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 16:30 Wib

⁵⁹ Khosen, selaku RT.01 kelurahan karang anyar Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 08:00 WIB

d. Manfaat dari hidup sehat yang telah dilakukan

Diperjelas juga oleh bapak Sayuti, smmanfaat dari hidup sehat yang dilakukan, wawancara pada tanggal 18 mei 2018 pukul 16:30 WIB menyatakan bahwa:

Manfaat hidup sehat seperti badan menjadi bertenaga, bersemangat, dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.⁶⁰

Diperjelas oleh bapak Khosen, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018

Pukul 09:00 WIB menyatakan bahwa:

Yaitu tentu banyak manfaat yang dirasakan dengan menciptakan hidup sehat didalam keseharian, dengan hidup sehat kita banyak menjaga kesehatan tubuh agar tetap bertenaga seperti menjaga pola makan menjadi teratur supaya disaat bekerja badan menjadi bertenaga.⁶¹

Diperkuat oleh bapak Bahaman, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018

Pukul 14:45 WIB menyatakan bahwa:

Banyak sekali manfaat yang di dapatkan menjalankan hidup sehat, salah satu nya jika kita menjalankan hidup sehat di dalam kehidupan, seperti olahraga yang cukup. Dengan berolahraga badan kita menjadi bugar dan bersemangat, badan yang bugar menjadikan nafsu makan menjadi enak.⁶²

Jadi dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa manfaat hidup sehat yang telah dilakukan setiap individu atau pun sosial banyak sekali selain dapat

⁶⁰ Sayuti, Selaku Rt.04 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 16:30 Wib

⁶¹ Khosen, Selaku Rt.01 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 16:30 Wib

⁶² Bahaman, Selaku Imam Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018 Pukul 14:45 Wib

kebugaran tubuh juga bersemangat dalam menjalankan aktifitas-aktifitas yang akan dijalani.

- e. Puasa yang sering dilakukan baik itu puasa senin kamis maupun puasa yang lainnya kecuali puasa rhamadan

Dari hasil peneliti dengan bapak Bahaman, wawancara pada tanggal 18 mei 2018, pukul 14:30 WIB menyatakan bahwa:

Sesekali, karena banyak kegiatan di kebun, melatih tubuh untuk merasakan orang yang tidak makan dan kelaparan.⁶³

Diperjelas juga oleh bapak Sayuti, wawancara pada tanggal 18 mei 2018, pukul 16:30 WIB menyatakan bahwa:

Sering, karena untuk menjaga kesehatan dengan belajarnya diet dan sangat baik rasanya bahwa sudah melakukan hal yang baik.⁶⁴

Diperkuat dengan bapak Khosen, wawancara pada tanggal 18 mei 2018, pukul 08:30 WIB menyatakan bahwa:

Sesekali, untuk melati bahwa apabila tidak adanya makanan bisa menahan, dan bisa merasakan bagaimana rasanya orang-orang yang tidak bisa makan dengan teratur.⁶⁵

⁶³ Bahaman, Selaku Imam Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018, Pukul 14: 45 WIB

⁶⁴ Sayuti, Selaku RT.4 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018, Pukul 16: 30 WIB

⁶⁵ Khosen, Selaku RT.1 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018, Pukul 08:30 WIB

Dari penjabaran diatas dapat disimpulkan bahwa warga Kelurahan Karang Anyar banyak yang masih kurang untuk puasa sunnah, dikarenakan banyaknya hambatan, dan pengaruh terhadap kesehatan mereka sangat lah baik.

3. Masyarakat kelurahan karang anyar

a. Tentang hidup sehat

Diperjelas oleh bapak Fredi, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 08:00 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat adalah sehat secara jasmani dan rohani, baik sehat tubuh karena seringnya olah raga dengan baik, dan menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitar.⁶⁶

Diperjelas juga dengan Ibu Erma, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 09:30 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat itu menjaga jasmani rohani, kalo dari rohani mengerjakan shalat, membaca al-qur'an sedangkan jasmani, menjaga pola makan, menjaga lingkungan sekitar dan olah raga.⁶⁷

Diperjelas juga dengan Aprianti, wawancara 19 mei 2018 pukul 11:20 WIB menyatakan bahwa.

Hidup sehat hidup sehat menurut saya adalah selalu sehat, selalu menjaga kebersihan lingkungan sekitar rumah, baik itu dalam rumah atau luar rumah, menjaga cara makan yang sehat seperti empat sehat lima

⁶⁶ Fredi, selaku masyarakat kelurahan karang anyar, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 08:00 WIB

⁶⁷ Erma, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 09:30 WIB

sempurna, beristirahat yang cukup dan selalu memeriksakan diri kedokter, dan selalu rajin berdoa untuk selalu dilimpahkan kesehatan terhadap diri saya sendiri dan keluarga.⁶⁸

Diperjelas juga dengan Sapnawati, wawancara pada tanggal 19 mei 2018

pukul 13:15 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat itu menjaga lingkungan yang bersih, menjaga cara makan yang teratur dan sehat, selalu beristirahat yang cukup, dan juga selalu menjaga makan dengan melihat gizi keluarga dengan baik dan selalu memeriksakan kesehatan kedokter terdekat jika terasa sudah tidak sehat, dan juga selalu mensyukuri nikmat kepada Allah SWT dengan selalu berdoa kepada-Nya agar selalu diberikan kesehatan selalu.⁶⁹

Di perjelas juga oleh Ibu Fitri, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul

14:30 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat itu menjaga lingkungan sekitaran rumah, baik kebersihan diri keluarga dan yang lainnya, agar selalu terling dari segala penyakit baik penyakit yang menular atau tidak.⁷⁰

Di perjelas juga oleh ibu Lika, wawancara pada tanggal 19 mei 2018

pukul 16:45 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat adalah sehat secara jasmani dan rohani, baik sehat tubuh karena seringnya olah raga dengan baik, dan menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitar.⁷¹

Di perjelas juga oleh ibu Yuniar, wawancara pada tanggal 20 mei 2018

pukul 08:00 WIB menyatakan bahwa:

⁶⁸ Aprianti, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara 19 Mei 2018 Pukul 11:20 WIB

⁶⁹ Sapnawati, selaku masyarakat kelurahan karang anyar, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 13:15 WIB

⁷⁰ Fitri, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 14:30 WIB

⁷¹ Lika, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 16:45 WIB

Hidup sehat itu menjaga jasmani rohani, kalo dari rohani mengerjakan shalat, membaca al-qur'an sedangkan rohani menjaga pola makan, menjaga lingkungan sekitar dan olah raga.⁷²

Di perjelas juga oleh Ibu Lena, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 11:00 WIB meny````atakan bahwa:

Hidup sehat yang dianjurkan oleh Rasulullah adalah dengan gerakan shalat, berolah raga dengan olah raga jogging, dan olah raga-olah raga lainnya dan beristirahat dengan cukup dan makan dengan teratur, dan selalu menjaga kebersihan individu dan lingkungan sendiri atau masyarakat lainnya.⁷³

Diperkuat oleh ibu Rosnaini, wawancar pada tanggal 20 mei 2018 pukul 10:00 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat hidup sehat menurut saya adalah selalu sehat, selalu menjaga kebersihan lingkungan sekitar rumah, baik itu dalam rumah atau luar rumah, menjaga cara makan yang sehat seperti empat sehat lima sempurna, bersistirahat yang cukup dan selalu memriksakan diri kedokter, dan selalu rajin berdoa untuk selalu dilimpahkan kesehatan terhadap diri sya sendiri dan keluarga.⁷⁴

Di perkuat oleh bapak Bakri, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 20:15 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat itu menjaga lingkingan sekitaran rumah, baik kebersihan siri keluarga dan yang lainnya, agaar selalu terling dari segala penyakit baik penyakit yang menular atau tidak.⁷⁵

⁷² Yuniar, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 08:00 WIB

⁷³ Lena, Selaku Masyarakat Kelurahan Masyarakat, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 11:00 WIB

⁷⁴ Rosnaini, Selaku masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancar Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 10:00 WIB

⁷⁵ Bakrii, Selaku masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancar Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 20:15 WIB

Dari penjabaran diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa hidup sehat dalam islam menurut masyarakat kelurahan karang anyar gerakan shalat, berolah raga dengan olah raga jogging, menjaga pola makan, berfikiran positif dan selalu mengahidup sehat dalam keluarga dan lingkungan lainnya.

b. Sudah melakukan hidup sehat secara individu dan lingkungan

Dari hasil penelitian dengan bapak Fredi, tentang melakukan hidup sehat secara individu dan lingkungan, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 08:00 WIB menyatakan bahwa:

Melakukan hidup sehat secara individu dan lingkungan, hidup sehat dalam keluarga dan lingkungan seperti menjaga lingkungan rumah agar tetap bersih, dan selalu menjaga pola makan, beristirahat dengan cukup, juga menjaga kebersihan dalam rumah seperti membersihkan kamar mandi, membersihkan tempat tidur dan mencuci pakaian jika sudah kotor.⁷⁶

Diperjelas oleh ibu Erma, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 09:30 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat individu dan lingkungan sudah dilakukan, secara individu sudah melakukan hidup sehat dengan yaitu dengan contoh kecilnya menjaga kebersihan badan, dengan memotong kuku setiap hari jum'at dan banyak lagi lainnya, sedangkan menjaga kebersihan lingkungan dimulai dari lingkungan sekitar tempat tinggal.⁷⁷

Diperjelas oleh ibu Aprianti, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 11:20 WIB menyatakan bahwa:

⁷⁶ Fredi, Selaku masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 08:00 WIB

⁷⁷ Erma, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 09:30 WIB

Melakukan hidup sehat secara individu dan lingkungan menurut anjuran Rasulullah menurut Ibu Aprianti iya sudah dilakukan, baik lingkungan maupun individu dengan menjaga kebersihan lingkungan dan sekitarnya.⁷⁸

Diperjelas oleh ibu Sapnawati, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 13:15 WIB menyatakan bahwa:

Secara individu sudah melakukan hidup sehat sesuai dengan contoh kecilnya menjaga kebersihan badan, dengan memotong kuku setiap hari jum'at dan banyak lagi lainnya, sedangkan menjaga kebersihan lingkungan dimulai dari lingkungan sekitar tempat tinggal saya karena sesuai dengan hadits Rasulullah bahwa kebersihan adalah sebagian dari iman.⁷⁹

Diperjelas oleh ibu Fitri, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 14:30 WIB menyatakan bahwa:

Hidup sehat secara individu sudah saya lakukan karena sehat sangat lah penting untuk melakukan kegiatan sehari-hari, jadi saya harus menrapkan hidup sehat terutama untuk diri sendiri, setelah itu barulah saya menrapkan di lingkungan, agar seimbang tidak hanya sehat diri sendiri namun di lingkungan harus kita jaga juga agar sumber penyakit tidak dapat menyerang kita.⁸⁰

Diperjelas oleh ibu Lika, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 16:45 WIB menyatakan bahwa:

Melakukan hidup sehat secara individu dan lingkungan hidup sehat dalm keluarga dan lingkungan seperti menjaga lingkungan rumah agar tetap bersih, dan selalu menjaga pola makan, beristirahat dengan cukup, juga

⁷⁸ Aprianti, Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Selakuwawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 11:20 WIB

⁷⁹ Sapnawati, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 13:15 WIB

⁸⁰ Fitri, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 14:30 WIB

menjaga kebersihan dalam rumah seperti membersihkan kamar mandi, membersihkan tempat tidur dan mencuci pakaian jika sudah kotor.⁸¹

Diperjelas oleh ibu Yuniar, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 08:00 WIB menyatakan bahwa:

Melakukan hidup sehat individu dan lingkungan yaitu dengan contoh kecilnya menjaga kebersihan badan, dengan memotong kuku setiap hari jum'at dan banyak lagi lainnya, sedangkan menjaga kebersihan lingkungan dimulai dari lingkungan sekitar tempat tinggal saya karena sesuai dengan hadits Rasulullah bahwa kebersihan adalah sebagian dari iman.⁸²

Diperjelas oleh ibu Lena, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 11:00 WIB menyatakan bahwa:

Sudah diterapkan baik dalam diri sendiri maupun lingkungan seperti menjaga kesehatan dengan beristirahat dengan cukup makan dengan teratur sedangkan lingkungan dengan membersihkan lingkungan sekitar seperti perkarangan rumah, belakan, depan dan selokan-selokan sampah yang ada.⁸³

Diperjelas oleh ibu Rosnaini, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 10:00 WIB menyatakan bahwa:

Sudah melakukan hidup sehat secara indivi dan lingkungan menurut anjuran Rasulullah menurut Ibu Rosnaini iya sudah dilakukan, baik lingkungan maupun individu dengan menjaga kebersihan lingkungan dan sekitarnya.⁸⁴

⁸¹ Lika, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 16:45 WIB

⁸² Yuniar, selaku masyarakat kelurahan karang anyar, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 08:00 WIB

⁸³ Lena, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 11:00 WIB

⁸⁴ Rosnaini, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 10:00 WIB

Diperkuat oleh bapak Bakri, wawancara pada tanggal 20 Mei 2018 pukul 20:15 WIB menyatakan bahwa

Sudah diterapkan seperti menjaga lingkungan rumah agar tetap bersih, dan selalu menjaga pola makan, beristirahat dengan cukup, juga menjaga kebersihan dalam rumah seperti membersihkan kamar mandi, membersihkan tempat tidur dan mencuci pakaian jika sudah kotor. Juga membersihkan lingkungan dengan membersihkan apabila comberan tersumbat.⁸⁵

Dari hasil penjabaran di atas dapat peneliti simpulkan hidup sehat secara individu dan lingkungan sudah dilaksanakan oleh masyarakat Kelurahan Karang Anyar hidup sehat secara individu menjaga tubuh yang sehat, istirahat yang cukup, dan makan dengan teratur dan tidak berlebih-lebihan, sedangkan dalam lingkungan menjaga kebersihan lingkungan sekitarnya, menjaga kebersihan sekitaran rumah.

c. Cara hidup sehat dalam Islam

Dari hasil penelitian dengan Bapak Fredi, cara hidup sehat dalam Islam, wawancara pada tanggal 19 Mei 2018 pukul 08:00 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam itu adalah pola makan teratur, selalu menjaga kebersihan baik itu kebersihan diri sendiri maupun lingkungan di sekitar, dan berolah raga dengan baik agar pergerakan otot dan peredaran darah menjadi lancar sehingga tubuh menjadi sehat.⁸⁶

⁸⁵ Bakri, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 20:15 WIB

⁸⁶ Fredi, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 08:00 WIB

Diperjelas oleh ibu Erma, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 09:30 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam menjaga kebersihan diri sendiri dan lingkungan karena sesuai dengan hadits Rasulullah bahwa kebersihan adalah sebagian dari iman.⁸⁷

Diperjelas oleh ibu Aprianti, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 11:20 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam dan yang telah diterapkan adalah dengan menjaga kebersihan lingkungan sekitar, menjaga pola makan dengan teratur, beristirahat dengan secukupnya dengan tidak mengurangi kesehatan badan. Dan selalu mengecek kesehatan kekesahatan.⁸⁸

Diperjelas oleh ibu Sapnawati, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 13:15 WIB menyatakan bahwa:

Menjaga kebersihan lingkungan, kebersihan sendiri juga kebersihan keluarga, dengan seperti itu akan terhindar dari segala penyakit. dan hidup semakin lebih baik lagi.⁸⁹

Diperjelas oleh ibu Fitri, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 14:30 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam dan yang telah diterapkan adalah dengan menjaga kebersihan lingkungan sekitar, menjaga pola makan dengan

⁸⁷ Erma, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 09:30 WIB

⁸⁸ Aprianti, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 11:20 WIB

⁸⁹ Sapnawati, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 13:15 WIB

teratur, beristirahat dengan secukupnya dengan tidak mengurangi kesehatan badan. Dan selalu mengecek kesehatan kekesahatan.⁹⁰

Diperjelas oleh ibu Lika, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 16:45 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam yaitu dengan menjalankan sunah-sunah Rasul selain mendapatkan hidup sehat juga mendapatkan pahala.⁹¹

Diperjelas oleh ibu Yuniar, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 08:00 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam yaitu dengan cara menjaga pola makan, pola dalam memilih olahraga dan pola isirahat.⁹²

Diperjelas oleh ibu Lena, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 11:00 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam adalah menjalankan sholat, berpuasa, dan menjalankan sunah-sunah Rasul dalam menciptakan hidup sehat.⁹³

Diperjelas oleh ibu Rosnaini, wawancara pada tanggal 20 mei 2018 pukul 10:00 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam yaitu dengan berolahraga, mengatur pola makan, dan menjalankan sunnah Rasul tentang menjalani hidup sehat.⁹⁴

⁹⁰ Fitri, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 14:30 WIB

⁹¹ Lika i, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 16:45 WIB

⁹² Yuniar, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 08:00 WIB

⁹³ Lena, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 11:00 WIB

⁹⁴ Rosnaini, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 10:00 WIB

Diperjelas oleh bapak Bakri, wawancara pada tanggal 20 Mei 2018 pukul 20:15 WIB menyatakan bahwa:

Cara hidup sehat dalam Islam yaitu menjaga kesehatan jasmani maupun rohani. Dan menjalankan hidup sehat didalam ajaran Islam.⁹⁵

Dari penjabaran diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa cara hidup sehat individu sehat secara islam adalah dengan berolah raga 3-4 kali dalam seminggu, menjaga pola makan yang teratur, menjaga hidup sehat dengan menjaga kebersihan lingkungan dan keluarga.

Dari hasil penelitian dengan Ibu Aprianti, apakah melaksanakan shalat lima waktu dan apa manfaat shalat untuk kesehatan tubuh, wawancara pada tanggal 19 Mei 2018, Pukul 11:20 WIB menyatakan bahwa:

Alhamdulillah sudah melakukan shalat lima waktu, sangat banyak perubahan dalam menjalankan shalat lima waktu tersebut, karena dengan shalat tersebut tubuh menjadi sehat dengan gerakan-gerakan shalat seperti contohnya sujud dan rukut.⁹⁶

Dijelaskan juga dengan Ibu Halimatus Saadiah, Wawancara Pada Tanggal 17 Mei 2018, Pukul 09:30 WIB

Didalam shalat itu sudah ada gerakannya sendiri yang sudah bagus untuk kesehatan, karena dengan cara shalat yang baik dan benar maka tubuh kita akan timbulnya kesegaran dan kesehatan, dibidang shalat itu ada gerak-gerak tertentu yang ada mengurangi penyakit dari persendian dengan sujud dan rukuk juga gerak-gerak dalam olahraga. Dan juga sudah dianjurkan dari anak 5 Tahun sudah utuh mengajarkan shalat, karena apabila mereka tidak diajarkan shalat akan timbulnya lingkungan yang

⁹⁵ Bakri, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018 Pukul 20:15 WIB

⁹⁶ Aprianti, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018, Pukul 11:20 WIB

buruk dengan shalat anak-anak juga akan mengetahui dampak-dampak baiknya dan menjauhkan dampak-dampak negatifnya.⁹⁷

Dijelaskan juga oleh bapak Sayuti, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei

2018, Pukul 16: 30 WIB menyatakan bahwa:

Sudah melaksanakannya, dan gerakan yang terdapat di gerakan shalat itu sangat berpengaruh dalam kesehatan tubu dengan sujud dapat melancarkan peredaran darah dan rukuk dapat mempermudah persendian untuk bekerja dan beraktifitas.⁹⁸

Dan dijelaskan juga oleh Ibu Lika, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei

2018, Pukul 16: 30 WIB menyatakan bahwa:

Sudah melaksanakan shalat lima waktu dengan Alhamdulillah terus melaksanakan dengan mengerjakan shalat lima waktu banyak sekali manfaat yang didapatkan seperti persendian yang tidak sakit, peredaran peredaran darah dan lainnya.⁹⁹

Dan dijelaskan juga oleh Ibu Erma, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei

2018, Pukul 09:30 WIB menyatakan bahwa:

Shalat insya Allah sudah terlaksana, manfaat dari shalat itu sendiri untuk menggantikan apabila tidak mengikuti senam maka dengan gerakan-gerakan shalat tersebut dapat melancarkan kesehatan dalam tubuh.¹⁰⁰

⁹⁷ Halimatus Saadiyah, Selaku Lurah Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 17 Mei 2018, Pukul 09:30 WIB

⁹⁸ Sayuti, Selaku Rt.4 Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018, Pukul 16: 30 Wib

⁹⁹ Lika, selaku masyarakat kelurahan karang anyar, Wawancara Pada Tanggal 18 Mei 2018, Pukul 16: 30 WIB

¹⁰⁰ Erma, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018, Pukul 09:30 WIB

Dan dijelaskan juga oleh Ibu Fitri, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018, Pukul 14:30 WIB menyatakan bahwa:

Shalat lima waktu dan makna dari gerakan shalat tersebut Alhamdulillah sudah melakukan shalat lima waktu, sangat banyak perubahan dalam menjalankan shalat lima waktu tersebut, karena dengan shalat tersebut tubuh menjadi sehat dengan gerakan-gerakan shalat seperti contohnya sujud dan rukut.¹⁰¹

Dan dijelaskan juga oleh Ibu Yuniar, Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018, Pukul 08:00 WIB menyatakan bahwa:

Shalat lima waktu dan dalam gerakan shalat itu membuat tubuh kita menjadi sehat sudah melaksanakannya, dan gerakan yang terdapat di gerakan shalat itu sangat berpengaruh dalam kesehatan tubu dengan sujud dapat melancarkan peredaran darah dan rukuk dapat mempermudah persendian untuk bekerja dan beraktifitas.¹⁰²

Dari penjabaran diatas dapat peneliti simpulkan bahwa sudah banyak kesadaran masyarakat dalam mengerjakan shalat, dan sudah banyak yang tau juga ap manfaat dari shalat yang sering dilakukan selama ini, lama kelamaan sudah menjadi kebiasaan dengan ap yang dilakukan dengan sendirinya.

d. Hambatan dalam masyarakat dalam melakukan hidup sehat

Dari hasil penelitian dengan Bapak Fredi, manfaat dari hidup sehat yang telah dilakukan, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 08:00 WIB

Tidak adanya pembuangan sampah didekat rumah warga atau disetiap desa, yang mengakibatkan warga ada yang membuang sampah di air-air sungai atau membakar sampah tersbuk. Dan seringkali air PAM mati yang mengakibatkan warga kesusahan air bersih, dan terpaksa menggunakan air sungai dekat rumah atau dibelakang-belakang rumah

¹⁰¹ Fitri, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018, Pukul 14:30 Wib

¹⁰² Yuniar, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar , Wawancara Pada Tanggal 20 Mei 2018, Pukul 08:00 Wib

warga terdekat, dengan air sungai tersebutlah warga melakukan kegiatan kesehariannya seperti, mandi, mencuci pakaian, mencuci piring, dan untuk air minum warga menghemat air yang ada sampai Air Pam hidup.

Diperjelas oleh ibu Erma, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul

09:30 WIB menyatakan bahwa:

tidak adanya pembuangan sampah yang mengakibatkan ia membuang sampah disungai kecil dekat rumah atau dengan membakar sampah tersebut. Dan air pam yang sering kering/mati yang mana ia harus menggunakan air sungai yang mana air sungai tersebut untuk ia membuang sampah tetapi ia terpaksa menggunakan air sungai tersebut dikarenakan air pamnya mati. Di air sungai tersebutkan ia menggunakannya untuk mandi, mencuci pakaian, mencuci piring dan lainnya¹⁰³

Diperjelas oleh ibu Aprianti, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul

11:20 WIB menyatakan bahwa:

Tidak adanya pembuangan sampah atau lobang sampah, yang mengakibatkan membuang sampah di sungai terdekat rumah dan sering juga dibakar. Dan air sumur yang kering dan tidak memakai pam. Terpaksa mengambil air kesungai terdekat terkadang mintak air kerumah tetangga yang air pamnya mengalir atau ada air bersih.”^{104 105}

Diperjelas oleh ibu Sapnawati, wawancara pada tanggal 19 mei 2018

pukul 13:15 WIB menyatakan bahwa:

Ada dua kendalanya menurut saya yang pertama tidak adanya pembuangan sampah yang kadang sudah menumpuk didepan rumah apabila mobil dari Badan Lingkungan Hidup Kebersihan dan petamanan (BLKHP) tidak mengambil dalam beberapa minggu maka sebagian masyarakat akan membakar sampah tersebut dan ada juga membuang sampah tersebut ke sungai terdekat, padahal sungai tersebut tempat masyarakat yang tidak mempunyai sumber air di rumah menggunakan air

¹⁰³ Erma, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 09:30 WIB

¹⁰⁴ Fitri, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 12 Mei 2018, Pukul 12:50 WIB

¹⁰⁵ Aprianti, selaku masyarakat kelurahan karang anyar, wawancara pada tanggal 19 mei 2018 pukul 11:20 WIB

sungai tersebut untuk kepentingan keseharian mereka. Yang kedua seringnya pam mati yang menggunakan pam, dan solusinya masyarakat menghemat air dan yang biasa mencuci, mandi di rumah tetapi karena pam mati maka masyarakat Karang Anyar menggunakan air sungai terdekat.¹⁰⁶

Diperjelas oleh ibu Fitri, wawancara pada tanggal 19 Mei 2018 pukul

14:30 WIB menyatakan bahwa:

Kendalanya adalah tidak adanya pembuangan sampah yang memadai, dan seringnya terjadi kekeringan air Pam yang entah kadang apa aja yang menyebabkan air Pam bisa mati sampai beberapa hari kadang sampai berminggu-minggu. Masyarakat yang tidak tau dimana membuang sampah yang semestinya lalu masyarakat membuang sampah kesungai-sungai terdekat dan sebagian membakar sampah tersebut. Dan kendala pam air yang mati masyarakat menggunakan air sungai terdekat untuk melakukan keseharian mereka seperti, mandi, mencuci pakaian, mencuci piring dan lainnya.¹⁰⁷

Dari penjelasan diatas dapat peneliti simpulkan bahwa kendala yang Masyarakat Kelurahan Karang Anyar ini dapat kan adalah kendala pembuangan sampah dan seringnya air pam yang mati sehingga mereka menggunakan air sungai terdekat mereka untuk melakukan keseharian mereka, padahal air tersebut adalah dimana mereka gunakan untuk buang air besa, dan tempat pembuangan sampah dikarenakan ketiadaannya tong sampah atau bak sampah dan lainnya.

C. Analisa Data

1. Reduksi Data

Pada bagian ini akan disajikan hasil pengumpulan data yang sudah disederhanakan, sebagai berikut :

¹⁰⁶ Sapnawati, Selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Wawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 13:15 Wib

¹⁰⁷ Fitri, Masyarakat Kelurahan Karang Anyar, Selakuwawancara Pada Tanggal 19 Mei 2018 Pukul 14:30 WIB

Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam di Kelurahan

Karang Anyar

- Dari Hasil Penelitian dengan Ibu Halimatus Saadiah, bagaimana keadaan Hidup sehat di Kelurahan Karang Anyar mengatakan bahwa:

Hidup Sehat khususnya pegawai kelurahan karang anyar maupun masyarakat kelurahan karang anyar 80% sehat. Pertama melihat dari lingkungan sekitar rumah-rumah kantor lurah, sekolahan sampai ke rumah-rumah warga dan tidak ada yang terkena dampak penyakit yang parah,

karena warga sudah tau faktor faktor apa saja untuk menjaga hidup sehat itu sendiri. Dengan menjaganya lingkungan rumah, dari dampak air tergenang berdampak penyakit. Dikelurahan karang anyar juga sudah ada Inpal Komunal yang ada di RT.2 dan RT.3 Inpal Komunal itu sangat bagus karena menampung semua dari jenis limba, air hujan, comberan maupun dari kotorang-kotoran masyarakat yang salurannya terhubung ke Inpal Komunal. Masyarakat karang anyar juga tidak ada lagi yang mengeluh airnya tergenang diperkarangan rumah

- Menurut Bapak Khosen, selaku RT. 01 di Kelurahan Karang Anyar mengatakan bahwa:

Terkadang menjaga hidup sehat secara individu dan lingkungan karena kesibukan dengan pekerjaan-pekerjaan yang ada untuk menjaga hidup sehat individu terkadang terlupakan, dan menjaga lingkungan seperti membersihkan setiap perkarangan rumah dan lingkungan lainnya, dan juga kebersihan dalam rumah sendiri seperti membersihkan bak mandi dan lainnya

- Menurut Bapak sayuti, selaku RT.04 di Kelurahan Karang Anyar

<p>mengatakan bahwa:</p> <p>Cara hidup sehat dalam islam yaitu dengan cara menjalankan sunah-sunah Rasul didalam kehidupan sehari-hari, selain mendapatkan pahala mengikuti sunah-sunah Rasul kita juga dapat menciptakan hidup sehat secara Islami seperti didalam Islam sudah dilakukan oleh Rasulullah tentang makan,istirahat bahkan menjaga tubuh agar selalu sehat jasmani dan rohani</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Menurut bapak Bahaman, selaku Imam di Kelurahan Karang Anyar mengatakan bahwa: Sering, karena untuk menjaga kesehatan dengan belajarnya diet dan sangat baik rasanya bahwa sudah melakukan hal yang baik
<ul style="list-style-type: none"> • Menurut bapak Fredi, selaku Masyarakat Kelurahan Karang Anyar mengatakan bahwa: Hidup sehat adalah sehat secara jasmani dan rohani, baik sehat tubuh karena seringnya olah raga dengan baik, dan menjaga keberihan diri dan lingkungan sekitar
<ul style="list-style-type: none"> • Menurut ibu Erma, selaku masyarakat Kelurahan Karang Anyar mengatakan bahwa: Hidup sehat individu dan lingkungan sudah di lakukan, secara individu sudah melakukan hidup sehat dengan yaitu dengan contoh kecilnya menjaga kebersihan badan, dengan memotong kuku setiap hari jum'at dan banyak lagi lainnya, sedangkan menjaga kebersihan lingkungan dimulai dari lingkungan sekitar tempat tinggal
<ul style="list-style-type: none"> • Menurut ibu Aprianti, selaku masyarakat Kelurahan Karang Anyar menyatakan bahwa: Cara hidup sehat dalam Islam dan yang telah diterapkan adalah dengan menjaga kebersihan lingkungan sekitar, menjaga pola makan dengan

<p>teratur, beristirahat dengan secukupnya dengan tidak mengurangi kesehatan badan. Dan selalu mengecek kesehatan kesehatan</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Menurut ibu sapnawati, selaku masyarakat Kelurahan Karang Anyar mengatakan bahwa: <p>Didalam shalat itu sudah ada gerak-gerak sendiri yang sudah bagus untuk kesehatan, karena dengan cara shalat yang baik dan benar maka tubuh kita akan timbulnya kesegaran dan kesehatan, dibidang shalat itu ada gerak-gerak tertentu yang ada mengurangi penyakit dari persendian dengan sujud dan rukuk juga gerak-gerak dalam olahraga. Dan juga sudah dianjurkan dari anak 5 Tahun sudah utuh mengajarkan shalat, karena apabila mereka tidak diajarkan shalat akan timbulnya lingkungan yang buruk dengan shalat anak-anak juga akan mengetahui dampak-dampak baiknya dan menjauhkan dampak-dampak negatifnya</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Menurut ibu Fitri, selaku masyarakat Kelurahan Karang Anyar mengatakan bahwa: <p>Kendalanya adalah tidak adanya pembuangan sampah yang memadai, dan seringnya terjadi kekeringan air Pam yang entah kadang apa aja yang menyebabkan air Pam bisa mati sampai beberapa hari kadang sampai berminggu-minggu. Masyarakat yang tidak tau dimana membuang sampah yang semestinya lalu masyarakat membuang sampah kesungai-sungai terdekat dan sebagian membakar sampah tersebut. Dan kendala pam air yang mati masyarakat menggunakan air sungai terdekat untuk melakukan keseharian mereka seperti, mandi, mencuci pakaian, mencuci piring dan lainnya.</p>

2. Penyajian Data

Dari penyajian data ditemukan fenomena-fenomena hasil penelitian antara lain:

Hidup sehat dalam Agama Islam	Hidup Sehat Dalam Kelurahan Karang Anyar
<ul style="list-style-type: none"> • Pentingnya istirahat bagi tubuh setiap umat manusia 	<ul style="list-style-type: none"> • Melaksanakan istirahat secukupnya
<ul style="list-style-type: none"> • Pentingnya gerakan shalat lima waktu 	<ul style="list-style-type: none"> • Selain mendapatkan pahala ibadah juga mendaatkan sehat untuk tubuh
<ul style="list-style-type: none"> • Membersihkan lingkungan tempat ibadah shalat dan lainnya 	<ul style="list-style-type: none"> • Dengan membersihkan tempat ibadah juga membersihkan lingkungan rumah dan lingkungan lainnya agar terciptanya hidup bersih dan sehat
<ul style="list-style-type: none"> • Dengan berpuasa 	<ul style="list-style-type: none"> • Tercitanya cara hidup sehat dengan pola makan yang teratur

Interaksi antara hidup sehat dalam agama Islam dan Hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar sebagai berikut:

- 1) Dari segala hidup sehat dalam ajaran Islam dan hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar memahami yang dimaksud dengan hidup sehat serta menerapkan dikehiduan sehari-hari.

- 2) Contoh hubungan hidup sehat dalam ajaran Islam dan hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar yaitu mengharuskan masyarakat untuk berperilaku sehat dengan memerintahkan untuk menjaga lingkungan yang bersih dan sehat, menjaga cara makan yang teratur dan istirahat yang cukup.
- 3) Contoh lainnya, hidup sehat dalam ajaran Islam mengharuskan sehat dengan cara shalat yang baik, menjaga kebersihan lingkungan sedangkan hidup sehat dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar mengharuskan dengan menjaga lingkungan yang bersih dan membuang sampah pada tempatnya. Dari sini dapat diambil kesimpulan bahwa hidup sehat yang diperintahkan oleh ajaran Islam.

3. Penarikan kesimpulan

Dari reduksi data dan penyajian data dapat ditarik kesimpulannya yaitu hidup sehat dalam perspektif pendidikan Agama Islam di masyarakat Kelurahan Karang Anyar ini sangat penting, di dalam masyarakat Kelurahan Karang Anyar ini untuk menjaga lingkungan sekitar.

Mengingat bahwasanya banyak sekali fenomena-fenomena di masyarakat yang sangat tidak sesuai dengan Ajaran Islam maupun masyarakat diantaranya masyarakat yang sudah tidak peduli adanya tempat yang pernah tersedia di Kelurahan Karang Anyar. Contoh lainnya, masyarakat masih banyak juga yang membuang sampah di sungai dan membakar sampah tersebut tanpa mereka sadari

yang dilakukannya banyak mengakibatkan masalah seperti bnjir, penyakit dan lainnya.. Dari fenomena-fenomena yang ada tentu lah sangat dianjurkan kepada semua masyarakat agar mereka sadar akan kelakuan dari mereka sendiri dengan mengetahui hiduo sehat dalam Ajaran Islam, dan dari sekaranglah harus ada kesadaran masing-masing individu setia masyarakat Kelurahan Karang Anyar.

Hidup sehat dalam perspektif pendidikan agama Islam bukan hanya di tujukan untuk lurah dan tokoh masyarakat namun juga ditujukan untuk masyarakat, karena masyarakat sangat berperan penting dalam mewujudkan lingkungan yang bersih dan sehat. Kepedulian bagi masysrakat tentu sangat berpengaruh karena masayarkat bisa saling memberikan motivasi baik itu sesama masyarakat maupun dengan pemerintahan desa.

D. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Berdasarkan data dari hasil penelitian, penulis dapat mengemukakan sebagai berikut:

Hidup sehat adalah bagian dari perintah Allah kepada hamba-hamba-Nya. Sebagai perintah Allah, hamba-hamba-Nya di beri kesempatan untuk memelihara tubuhnya dengan penuh kesungguhan dan totalitas. Jika kita merawat tubuh kita dengan penuh kesungguhan, maka Allah akan memberikan kemudahan dan kelancaran dalam setiap aktivitas yang berkaitan dengan upaya mendekatkan diri kepada pencipta. Maka, kita yang selalu taat menjalankan perintah agama, akan senantiasa memperoleh petunjuk untuk mencapai zona sehat yang tidak mudah

diperoleh, kecuali orang-orang yang benar-benar dan sungguh-sungguh menjalankan perintah-Nya.¹⁰⁸

Pendidikan Islam memandang hidup sehat adalah salah satu cara untuk mencapai kehidupan yang bahagia, berkah, bermanfaat, dan tentram sejahtera. Maka dari itu dalam menerapkan hidup sehat adalah suatu kebahagiaan yang mutlak bagi seluruh umat muslim.¹⁰⁹

Dari penjabaran di atas yang sudah dijelaskan bahwa masyarakat banyak yang berpendapat untuk mencapai kehidupan yang bahagia, berkah, bermanfaat, dan tentram sejahtera. Maka dari itu dalam menerapkan hidup sehat di Masyarakat Kelurahan Karang Anyar.

Ketika kita berada dilingkungan yang menjaga hidup sehat maka kita akan menjadi pribadi yang bisa tau hidup sehat itu sendiri, sebaliknya ketika kita tidak berada di lingkungan yang tidak menjaga hidupnya maka pribadinya akan sebaliknya juga. Di dalam agama islam sudah menerangkan Hidup sehat adalah bagian dari perintah Allah kepada hamba-hamba-Nya. Sebagai perintah Allah, hamba-hamba-Nya di beri kesempatan untuk memelihara tubuhnya dengan penuh kesungguhan dan totalitas. Jika kita merawat tubuh kita dengan penuh kesungguhan, maka Allah akan memberikan kemudahan dan kelancaran dalam setiap aktivitas yang berkaitan dengan upaya mendekatkan diri kepada pencipta.

¹⁰⁸ Ilahi Muhammad Takdir, *Revolusi Hidup Sehat Ala Rasulullah*, Yogyakarta: Katahati, 2015, h.149

¹⁰⁹ [Http://Www.Kompasiana.Com/Rezariskiatul/Pola](http://www.kompasiana.com/Rezariskiatul/Pola) Hidup Sehat-Dalam-Islam. Diakses 26 Juni 2018, Jam: 12:12 WIB

Maka, kita yang selalu taat menjalankan perintah agama, akan senantiasa memperoleh petunjuk untuk mencapai zona sehat yang tidak mudah diperoleh, kecuali orang-orang yang benar-benar dan sungguh-sungguh menjalankan perintah-Nya¹¹⁰

Itulah agama islam yang sempurna, jika kita menjalankan perintah Allah maka Allah akan memberikan kemudahan dan kelancaran dalam setiap aktifitas yang akan kita lakukan.

Cara mengatasi masyarakat yang tidak melakukan hidup sehat, belum terlaksana di kelurahan karang anyar sebagai berikut:

- a. Pertama, harus adanya kesadaran dari masyarakat itu sendiri bagaimana hidup sehat yang telah dilaksanakan, harus banyaknya memeriksakan kesehatan tubuh dan menjaga kebugaran tubuh dengan istirahat yang cukup, menjaga pola makan yang teratur dan selalu menjaga hidup sehat dalam individu dan masyarakat.
- b. Kedua, memberikan pengetahuan tentang hidup sehat terhadap masyarakat yang kurang nya pengetahuan tentang hidup sehat , mereka hanya mengetahui dasarnya saja seperti membersihkan rumah dan lingkungan dan tidak mngetetahui bahwa sangat pentingnya mengetahui hidup sehat.
- c. Ketiga, kendalanya adalah kurang sadarnya masyarakat bahwa hidup sehat itu sangat penting untuk kebutuhan Tubuh yang sehat. Karena mereka sibuk

¹¹⁰ Ilahi Muhammad Takdir , *Revolusi Hidup Sehat...*, h.149

dengan kesehariannya tanpa mengetahui apa maknanya hidup sehat dengan cara yang baik.

Usaha masyarakat dalam menjaga hidup sehat ini lebih menekankan kepada sehatnya tubuh mereka saja tanpa tahu hidup sehat dalam lingkungan itu sangat penting untuk kehidupannya sehari-hari.

Setiap sesuatu ada hambatan ada kelancaran. Hambatan yang sering masyarakat lakukan untuk hidup sehat adalah kurang sadarnya mereka bahwa membuang sampah pada siring banyak penyebabnya, dan akan dapat menimbulkan penyakit seperti demam berdarah, diare, gatal-gatal dan lain-lain

BAB V

PRNUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah penulis lakukan tentang hidup sehat dalam perspektif Pendidikan Agama Islam dan hidup sehat dalam masyarakat kelurahan Karang Anyar, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hidup sehat dalam Agama Islam, telah diterangkan dalam Al-Qur'an yakni perintah adanya menjaga kesehatan secara jasmani maupun rohani. Sehat secara jasmani berarti memiliki tubuh yang sehat dan kuat, dapat diwujudkan dengan cara menjaga kebersihan, mengatur pola makan, istirahat serta olahraga teratur. Sedangkan sehat secara rohani berarti memiliki hati yang bersih, dapat diwujudkan dengan sholat berdzikir, berpuasa sebagai bentuk untuk meningkatkan keimanan pada Allah. Oleh karena itu, sehat jasmani berarti tubuh dapat melakukan fungsinya dengan baik, sedangkan sehat rohani berarti memiliki jiwa dan hati yang selalu mendekatkan diri pada Allah. Dengan demikian sehat secara jasmani dan rohani mampu menjauhkan diri kita dari berbagai penyakit baik penyakit jasmani maupun rohani.
2. Berdasarkan hasil wawancara dengan masyarakat kelurahan karang anyar, bahwa hidup sehat adalah hidup yang terbebas dari penyakit dan hidup sehat juga memunyai cara, agar tubuh terhindar dari penyakit dengan cara menjaga kebersihan lingkungan, terhindar dari asap rokok dan berolahraga.
3. Kendala: tidak tersedianya bak sampah, kurangnya kesadaran dari masyarakat untuk membuang sampah ada tempatnya sehingga mereka membuang sampah di

siring dan ada juga masyarakat yang membakar sampah sehingga menyebabkan polusi udara.

B. Saran

Setelah peneliti melakukan penelitian tentang hidup sehat dalam perspektif pendidikan agama Islam di Kelurahan Karang Anyar, maka melalui skripsi ini peneliti memberikan masukan dan tanpa ada rasa untuk menjatuhkan pihak-pihak yang bersangkutan dan masukan ini dapat dipertimbangkan sebagai acuan untuk melaksanakan hidup sehat sesuai dengan perspektif Agama Islam:

1. Kepada masyarakat agar terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat dan mampu menjaga kebersihan dengan cara membuang sampah pada tempat pembuangan sampah
2. Kepada pemerintah terkhususnya kepada ibu lurah agar selalu menjadi motivator bagi masyarakat untuk memberi motivasi dan contoh kepada masyarakat mengenai hidup sehat
3. Kepada tokoh masyarakat untuk menjadi bagian dari motivator yang dimulai dari diri sendiri melakukan hidup sehat agar menjadi contoh yang baik untuk masyarakat

DAPTAR PUSTAKA

- Ade Hashman, *Rahasia Kesehatan Rosulullah*, Jakarta: Noura book, 2012
- Amirud In Hadi Dan Haryono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Pustaka Setia , 1998
- Creswell, J. W, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*, Curup; Lp2 Stain Curup, 2011
- Esteberg, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*, Bandung; Alfabeta, 2014
- Gunawan Imam, *Metodologi Penelitian Kualitatif Teori& Praktik*, Jakarta; Pt Bumi Aksara, 2016
- <https://Rachmasophia.Wordpress.Com/2013/11/28/Pengertian-Hidup-Sehat/>. Diakses Tanggal 03 November 2018 Pukul 21:14 WIB
- <https://Duniapengetahuan2627.Blogspot.Com/2013/02/Konsep-Hidup-Sehat.Html>. Di Akses Tanggal 24 Juni 2018 Pukul : 09.12 WIB
- [Http://Www.Kompasiana.Com/Rezariskiatul/Pola Hidup Sehat-Dalam-Islam](http://Www.Kompasiana.Com/Rezariskiatul/Pola_Hidup_Sehat-Dalam-Islam). Diakses 26 Juni 2018, Jam: 12:12 WIB
- Ihktiar Muhammad, *Pengantar Kesehatan Lingkungan*, Jakarta: CV. Social Politic Genius (Sign), 2017
- Jurnal Pendidikan Karakter, Tahun Ii, Nomor 2 Juni 2012. Diakses Pada Tanggal 20 September 2018 Pukul 14:15 WIB
- Juli Soemiratslamet, *Kesehatan Lingkungan*, Yogyakarta Gadjah Mada Universitas Press, 2000
- Mustofa Bisri, *Menjadi Sehat Dengan Shalat*, Jogjakarta; OPTIMUS, 2007
- Notoatmodjo Soekidjo, *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*, Jakarta; PT RINEKA CIPTA, 2007
- Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*, Bandung; Alfabeta, 2014
- Susanto Rezi Kemas, *Kuliah Agama Islam Di Perguruan Tinggi*, Curup, 2019

Syanurbu Sukarman, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*, Curup; Lp2 Stain Curup, 2011

Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta: Renika Cipta 1998

Takdir Ilahi Muhammad, *Revolusi Hidup Sehat Ala Rasulullah*, Yogyakarta; Katahati, 2015

www.Sandiegohills.Co.Id. Diakses Pada Tanggal 05 November 2018, Pukul 22:45 WIB

DAP^TAR PUSTAKA

- Ade Hashman, *Rahasia Kesehatan Rasulullah*, Jakarta: Noura book, 2012
- Aminul In Hadi Dan Haryono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Pustaka Setia, 1998
- Creswell, J. W, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*, Curup; Lp2 Stain Curup, 2011
- Esteborg, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*, Bandung; Alfabeta, 2014
- Gunawan Imam, *Metodologi Penelitian Kualitatif Teori& Praktik*, Jakarta; Pt Bumi Aksara, 2016
- <https://Rachmasophia.Wordpress.Com/2013/11/28/Pengertian-Hidup-Sehat/>. Diakses Tanggal 03 November 2018 Pukul 21:14 WIB
- <https://Duniapengetahuan2627.Blogspot.Com/2013/02/Konsep-Hidup-Sehat.Html>. Di Akses Tanggal 24 Juni 2018 Pukul : 09.12 WIB
- <http://Www.Kompasiana.Com/Rezariskiatul/Pola-Hidup-Sehat-Dalam-Islam>. Diakses 26 Juni 2018, Jam: 12:12 WIB
- Iktiar Muhammad, *Pengantar Kesehatan Lingkungan*, Jakarta: CV. Social Politic Genius (Sign), 2017
- Jurnal Pendidikan Karakter, Tahun Ii, Nomor 2 Juni 2012. Diakses Pada Tanggal 20 September 2018: Pukul 14:15 WIB
- Juli Soemiratlamet, *Kesehatan Lingkungan*, Yogyakarta Gadjah Mada Universitas Press, 2000
- Mustofa Bisri, *Menjadi Sehat Dengan Shalat*, Jogjakarta; OPTIMUS, 2007
- Notoatmodjo Soekidjo, *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*, Jakarta; PT RINEKA CIPTA, 2007
- Sugiyono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*, Bandung; Alfabeta, 2014
- Susanto Rezi Kemas, *Kuliah Agama Islam Di Perguruan Tinggi*, Curup, 2019
- Syanarbu Sukarman, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*, Curup; Lp2 Stain Curup, 2011
- Subarsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta: Renika Cipta 1998
- Takdir Ilahi Muhammad, *Revolusi Hidup Sehat Ala Rasulullah*, Yogyakarta; Katahati, 2015
- www.Sandiegohills.Co.Id. Diakses Pada Tanggal 05 November 2018, Pukul 22:45 WIB



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
(IAIN CURUP)

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

35

PADA HARI INI 20 06 2018 TANGGAL 20 BULAN 11 TAHUN 2018

TELAH DILAKSANAKAN UJIAN SKRIPSI :

NAMA	: Miftakul Jannah
NIM	: 14531010
PRODI	: PAI
JUDUL SKRIPSI	: Idep Seta Dalam Perspektif Islam Pendidikan Islam & moy kederahan kerang ayer

TIM PENGUJI

NO	NAMA	JABATAN	NILAI		TANDA TANGAN
			ANGKA	HURUF	
1	Dr. Kusen. M.pd.	P.P I / Ketua			1... [Signature]
2	Banyoto	P.P II / Sekretaris			2... [Signature]
3	Septaplo. M.pd.	Penguji I	71		3... [Signature]
4	Glender. P. J	Penguji II	87	75	4... [Signature]
5	Dr. Kusen. M.pd.	Pembimbing I			5... [Signature]
6	Banyoto	Pembimbing II		88	6... [Signature]
		Kumulatif	321		
		Rata - rata	80.25		

Berdasarkan nilai dari Penguji I dan II serta nilai dari Pembimbing I dan II dan hasil rapat Tim Penguji, maka saudara yang namanya tersebut di atas dinyatakan : **LULUS / TIDAK LULUS / DITUNDA**
*(coret yang tidak perlu).

Untuk itu kepada saudara diharapkan dapat berkonsultasi kepada pihak terkait untuk menyempurnakan skripsi dan segala sesuatu yang berkenaan dengan ujian skripsi ini **Paling Lambat** :

TANGGAL 10 BULAN 12 TAHUN 2018

Apabila sampai tanggal tersebut saudara tidak menyelesaikannya maka saudara dikenakan sanksi akademik atau dinyatakan gagal.

Ketua,

Dr. Kusen. M.pd.
NIP.

Curup, ... November 2018
Sekretaris,

Banyoto
NIP.



SARAN DAN MASUKAN PERBAIKAN TIM PENGUJI UJIAN SKRIPSI

Nama/Nim	: Miftahul Jannah / 14531010
Prodi	: PAI
Judul	: Ideup Sekolah Dalam Perspektif Pendidikan Islam di masyarakat kerang kurup

PENGUJI I

No	SARAN/MASUKAN PERBAIKAN SKRIPSI
1.	Perkaya Teori
2.	
3.	
4.	
5.	

PENGUJI II

No	SARAN/MASUKAN PERBAIKAN SKRIPSI
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

Ketua Sidang

[Signature]
Dr. Kesen. M.Pd.

Curup, ... November 2018
Sekretaris Sidang,

[Signature]
Baryanto



KEMENTERIAN AGAMA
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI
(STAIN CURUP)

Jln. Dr. AK. Gani Kotak Pos 108 Tlp. 0732 21010 – 21759 Fax 21010 Curup 3919 Email:staincurup@telkom.net

KEPUTUSAN
KETUA SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI (STAIN) CURUP
Nomor : 186 /Sti.02/I/PP.00.9/12/2017

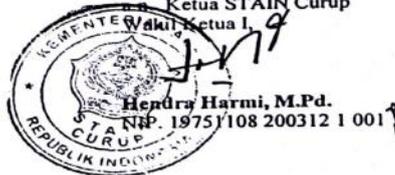
- Tentang
PENUNJUKAN PEMBIMBING I DAN 2 DALAM PENULISAN SKRIPSI
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI (STAIN) CURUP
- Menimbang : a. Bahwa untuk kelancaran penulisan skripsi mahasiswa, perlu ditunjuk dosen Pembimbing I dan II yang bertanggung jawab dalam penyelesaian penulisan yang dimaksud ;
b. Bahwa saudara yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diserahi tugas sebagai pembimbing I dan II ;
- Mengingat : 1. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI Nomor 184/U/2001 tentang Pedoman Pengawasan Pengendalian dan Pembinaan Program Diploma, Sarjana dan Pascasarjana di Perguruan Tinggi ;
Keputusan Menteri Agama RI Nomor 406 Tahun 2000 tentang Pembukaan Jurusan / Program Studi Baru Pada Perguruan Tinggi di Lingkungan Departemen Agama RI ;
Keputusan Menteri Agama RI Nomor 1 Tahun 2001 Tentang Kedudukan, Tugas, Fungsi, Kewenangan, Satuan Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Agama RI ;
2. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional ;
3. Keputusan Menteri Agama RI Nomor 031 Tahun 2016 tentang STATUTA STAIN Curup ;
4. Surat Keputusan Menteri Agama RI Nomor B. II/3/08207/2016 tentang Pengangkatan Ketua STAIN Curup Periode 2016 - 2020 ;
5. Surat Ketua STAIN Curup No : 158/Sti.02/I/PP.009/08/2016

MEMUTUSKAN :

- Menetapkan
Pertama : 1. **Dr. Kusen, S.Ag., M.Pd** 19690620 199803 1 002
2. **Baryanto, MM., M.Pd** 19690723 199903 1 004

- Dosen Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Curup masing-masing sebagai Pembimbing I dan II dalam penulisan skripsi mahasiswa :
- NAMA : Miftahul Yanah
NIM : 14531010
JUDUL SKRIPSI : Hidup Sehat Dalam Pendidikan Agama Islam.
- Kedua : Proses bimbingan dilakukan sebanyak 8 kali pembimbing I dan 8 kali pembimbing II dibuktikan dengan kartu bimbingan skripsi ;
Terjadi perubahan Pembimbing Nama tersebut di atas, Karena yang bersangkutan tidak lulus dan telah melakukan perbaikan skripsi ;
- Ketiga : Pembimbing I bertugas membimbing dan mengarahkan hal-hal yang berkaitan dengan substansi dan konten skripsi. Untuk pembimbing II bertugas dan mengarahkan dalam penggunaan bahasa dan metodologi penulisan ;
- Keempat : Kepada masing-masing pembimbing diberi honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku ;
- Kelima : Surat Keputusan ini disampaikan kepada yang bersangkutan untuk diketahui dan dilaksanakan sebagaimana mestinya ;
- Keenam : Keputusan ini berlaku sejak ditetapkan dan berakhir setelah skripsi tersebut dinyatakan sah oleh STAIN Curup atau masa bimbingan telah mencapai 1 tahun sejak SK ini ditetapkan ;
- Ketujuh : Apabila terdapat kekeliruan dalam surat keputusan ini, akan diperbaiki sebagaimana mestinya sesuai peraturan yang berlaku ;

Ditetapkan di Curup,
Pada tanggal, 4 Desember 2017
Ketua STAIN Curup



- Tembusan :
- 1 Pembimbing I dan II;
 - 2 Bendahara STAIN Curup;
 - 3 Kasubbag AK;
 - 4 Kepala Perpustakaan STAIN;
 - 5 Mahasiswa yang bersangkutan;
 - 6 Arsip/Jurusan Tarbiyah



KEMENTERIAN AGAMA
SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM NEGERI CURUP
Jln. Dr. A.K. Gani Kotak Pos 108 Tlp. 0732 21010 – 21759 Fax 21010 Curup 3919

Nomor : 460 /Sti.02/1/PP.00.9/03/2018
Lampiran : Proposal dan Instrumen
Perihal : Rekomendasi Izin Penelitian

Curup, 27 Maret 2018

Kepada
Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP
Kab. Rejang Lebong

di -
Tempat

Assalamu 'alaikum, Wr. Wb.

Dalam rangka penyusunan skripsi S.1 pada Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Curup:

Nama : Miftahul Yanah
NIM : 14531010
Jurusan/Prodi : Tarbiyah/ Pendidikan Agama Islam
Judul Skripsi : Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Karang Anyar Curup Timur.
Waktu Penelitian : 26 Maret 2018 s.d 26 Juni 2018
Tempat Penelitian : Masyarakat Karang Anyar Curup Timur Kab. Rejang Lebong

Mohon kiranya Bapak berkenan memberi izin penelitian kepada mahasiswa yang bersangkutan.

Demikianlah atas kerjasama dan izinnya diucapkan terima kasih.



Kabag. MAK, /
Benny Gustiawan, S.Ag., M.Pd.
NIP. 19680811 199103 1 004



PEMERINTAH KABUPATEN REJANG LEBONG
DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan S.Sukowati No.60 ■ Telp. (0732) 24622 Curup

SURAT IZIN

Nomor : 503/034 /IP/DPMP/TSP/III/2018

**TENTANG PENELITIAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PTSP KABUPATEN REJANG LEBONG**

- Dasar :
1. Peraturan Bupati Nomor 03 Tahun 2017 tentang Pendelegasian Kewenangan Pelayanan Perizinan dan Non Perizinan kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Rejang Lebong.
 2. Surat dari Kabag AUAK Nomor : 460/Stü.02/1/PP.00.9/03/2018 Hal Permohonan Izin Penelitian Permohonan diterima Tanggal 28 Maret 2018

Dengan ini mengizinkan, melaksanakan Penelitian kepada :

Nama /TTL : Miftahul Yanah / Curup, 08 Meret 1996
NIM : 14531010
Pekerjaan : Mahasiswi
Jurusan/Prodi : Tarbiyah/Pendidikan Agama Islam
Judul Proposal Penelitian : Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Karang Anyar
Lokasi Penelitian : Masyarakat Karang Anyar Kel. Curup Timur Kab. Rejang Lebong
Waktu Penelitian : 26 Maret s.d 26 Juni 2018
Kegiatan/Penanggung : Kabag AUAK
Jawab

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a) Harus mentaati semua ketentuan Perundang-Undangan yang berlaku.
- b) Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Rejang Lebong.
- c) Apabila masa berlaku Izin ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai perpanjangan izin Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
- d) Izin ini dicabut dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat Izin ini tidak menaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Izin ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Curup
Pada Tanggal : 28 Maret 2018



an. Kepala Dinas
Pelayanan Perizinan
dan Non Usaha
NASHRULFI MUFTI, SE,MM
Penata Tk.1
NIP. 19760124 200003 1 001

Tembusan :

1. Kepala Badan Kesbangpol Kab. RL
2. Kabag AUAK STAIN Curup
3. Lurah Kel. Karang Anyar
4. Yang Bersangkutan
5. Arsip



PEMERINTAH KABUPATEN REJANG LEBONG
KECAMATAN CURUP TIMUR
KELURAHAN KARANG ANYAR

Jalan Syahril No. 1037 Curup Timur kode Pos 39116

SURAT KETERANGAN

Nomor : 423.6/207/2018

Saya yang bertanda tangan dibawah ini Lurah Kelurahan Karang Anyar, menerangkan bahwa Mahasiswa Fakultas Tarbiyah Jurusan Pendidikan Agama Islam IAIN Curup:

Nama : Miftahul Yanah
Nim : 14531010
Jurusan : Pendidikan Agama Islam (PAI)
Fakultas : Tarbiyah

Benar-benar telah melakukan penelitian mulai dari tanggal 26 Maret sampai 26 Juni 2018 di Kelurahan Karang Anyar untuk menyusun skripsi yang berjudul **HIDUP SEHAT DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI KELURAHAN KARANG ANYAR.**

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Karang Anyar, 02 November 2018
Lurah Karang Anyar

HALIMATUS SAADIAH.S.Sos

Penata TKI/III.d

Nip. 19680605 199101 2 003

DOKUMNTASI

Wawancara Pada Lurah Kelurahan Karang Anyar



Wawancara Dengan Tokoh Masyarakat

Wawancara Dengan Imam Kelurahan Karang Anyar



Wawancara dengan Bapak RT.01 Kelurahan Karang Anyar



Wawancara Dengan Bapak RT.04 Kelurahan Karang Anyar



Wawancara dengan Warga Masyarakat Kelurahan Karang Anyar







KARTU KONSULTASI PEMBIMBING SKRIPSI

NAMA : Miftahul Yanah
NIM : 14531010
JURUSAN/PRODI : Tarbiyah / Pendidikan Agama Islam
PEMBIMBING I : Dr. Kusen S. Ag., M. Pd
PEMBIMBING II : Banyanto, MM., M. Pd
JUDUL SKRIPSI : Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Karang Anyar Curup Timur

* Kartu konsultasi ini harap dibawa pada setiap konsultasi dengan pembimbing 1 atau pembimbing 2.

* Dianjurkan kepada mahasiswa yang menulis skripsi untuk berkonsultasi sebanyak mungkin dengan pembimbing 1 minimal 2 (dua) kali, dan konsultasi pembimbing 2 minimal 5 (lima) kali diuktikan dengan kolom yang di sediakan.

* Agar ada waktu cukup untuk perbaikan skripsi sebelum diajukan di harapkan agar konsultasi terakhir dengan pembimbing di lakukan paling lambat sebelum ujian skripsi



KARTU KONSULTASI PEMBIMBING SKRIPSI

NAMA : Miftahul Yanah
NIM : 14531010
JURUSAN/PRODI : Tarbiyah / Pendidikan Agama Islam
PEMBIMBING I : Dr. Kusen S. Ag., M. Pd
PEMBIMBING II : Banyanto, MM., M. Pd
JUDUL SKRIPSI : Hidup Sehat Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam Di Masyarakat Karang Anyar Curup Timur

Kami berpendapat bahwa skripsi ini sudah dapat diajukan untuk ujian skripsi STAIN Curup.

Pembimbing I,

Signature of Dr. Kusen S. Ag., M. Pd
Dr. Kusen S. Ag., M. Pd
NIP. 19690620 199803 1002

Pembimbing II,

Signature of Banyanto, MM., M. Pd
Banyanto, MM., M. Pd
NIP. 19690713 199903 1004



No.	TANGGAL	Hal-hal yang Dibicarakan	Paraf Pembimbing I	Paraf Mahasiswa
1.	12/2018 /10	- presentasi di perpustakaan - lab. biologi		
2.	18/10	- analisis data data - nilai - nilai		
3.	9/2018 /10	all upin		
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				



No.	TANGGAL	Hal-hal yang Dibicarakan	Paraf Pembimbing II	Paraf Mahasiswa
1.	15-02-2018	Pembahasan 1000-Debatif		
2.	15-08-2018	Pembahasan Tentang landasan teori.		
3.	28-2-18	Pembahasan Tentang Bab III		
4.	8/2018 /03	Pembahasan Tentang Penulisan		
5.	26/2018 /07	Pembahasan Tentang Pedoman Jawaban Dasa		
6.	23/2018 /08	Pembahasan Tentang Isi dari Bab IV		
7.	11/2018 /10	Pembahasan tentang Kelengkapan 1-5		
8.	5/2018 /11	ace ujian		

BIOGRAFI



Nama : Miftahul Yanah

Temat Tanggal Lahir : Curup, 08 Maret 1996

Anak Ke : 4 (Empat)

Nama Orang Tua

- a. Ayah : Aidil Bakri
- b. Ibu : Tri Murti

Saudara Kandung : 3 (Tiga)

Alamat : Jln. Syahrial Kelurahan Karang Anyar Curup Timur

Riwayat Pendidikan

- a. SDMI : SD N 38 Karang Anyar
- b. SMPMTS : MTs Muhammadiyah Kp. Delima
- c. SMA/MA : MA Muhammadiyah Kp. Delima
- d. Sekolah Tinggi : Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Curup (Tahun 2018)