

PEMBENTUKAN KARAKTER MELALUI NILAI-NILAI EDUKATIF PUASA RAMADHAN MENURUT PRESPEKTIF AL-GHAZALI

Fatakhul Huda

Dosen: Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Institut Agama Islam Riyadlotul Mujahidin Ngabar Ponorogo

fatakhul17@gmail.com

Abstrak

Character building through the educational values of Ramadan fasting according to Al-Ghazali's perspective, namely fasting is preventing and leaving and there is no secret of action that appears in it. And fasting is an inner exercise with only patience. Al Ghazali said that fasting itself is secret, no action is seen in it, while all acts of obedience are witnessed and seen by many people. Fasting no one sees but Allah SWT.

Al-Ghazali's view of fasting is that fasting is divided into two, namely the first is outward fasting which includes: minimal levels, namely fasting only in the month of Ramadan. The highest level is the fasting of the Prophet David as, the middle level is fasting a third of the year. Second, spiritually, in terms of secrets, fasting is divided into three, namely: general fasting, special fasting and special special fasting. Second, the formation of character through the educational values of Ramadan fasting according to Al-Ghazali's perspective, namely: Fasting is a tool to control lust from thirst, hunger and intercourse, from sunrise to sunset. In the sense that the work of lust must be controlled by reason, because it is very influential in the framework of forming human morals, and it is hoped that morals will grow in people who are fasting, namely fasting educates humans with patient traits, so that they can control themselves from everything that breaks fasting and the value of reward fasting solely to worship Allah SWT and be grateful for the favors obtained from Him so that it has implications for character building, namely increasing faith. and piety, forming trust, justification, honesty, it is hoped that the character of social care and individual discipline will grow and maintain physical health.



Kata kunci: character, educational values, Ramadan fasting,

A. Pendahuluan

Dalam ibadah puasa juga terdapat masalah-masalah yang berkenaan dengan pendidikan, baik itu hakikat pendidikan maupun nilai-nilai pendidikan. Fungsi utama pendidikan untuk menumbuhkan kreatifitas peserta didik dan menanamkan nilai-nilai yang baik. Karena itu tujuan akhir pendidikan adalah mengembangkan potensi kreatifitas peserta didik agar menjadi manusia yang baik menurut pandangan manusia dan Allah SWT

Dalam ibadah puasa terkandung nilai-nilai edukatif yang diterapkan untuk menjadi dasar kehidupan manusia itu sendiri. Persoalan nilai-nilai edukatif tidak hanya persoalan fakta dan kebenaran ilmiah rasional, tapi menyangkut masalah penanaman dan penghayatan yang telah bersifat afektif daripada kognitif.

Kewajiban mengaplikasikan nilai dalam semua jenis pendidikan, sebenarnya merupakan konsekuensi logis dan tujuan pendidikan untuk menjadi manusia baik. Terutama nilai-nilai luhur agama yang sifatnya mutlak itu amat diperlukan dalam kehidupan berguna bagi manusia dalam upaya mencapai ridha Allah sebagai perwujudan bahwa susunan dan larangan-Nya ditaati. Sehingga implikasinya akan terbentuk karakter bagi kehidupan mereka.

Karakter atau disebut juga dengan watak secara umum merupakan sifat batin yang berpengaruh terhadap pikiran, perilaku, budi pekerti dan tabiat yang dimiliki manusia atau makhluk hidup lainnya. Jenis-jenis karakter seseorang yang sering ditemui disekitar kita adalah pendiam, penakut, pendendam, rajin, tamak, jujur, bijaksana, ceria, pengkhianat, penyayang, pembenci, pemalas, pemaaf, pemaarah.¹

Membahas masalah nilai-nilai edukatif ibadah puasa telah banyak disebutkan melalui karya Imam al Ghazali dalam bukunya *Ihya' Ulumuddin*, di dalamnya telah terkandung beberapa nilai-nilai edukatif sebagaimana nilai

¹ <http://www.spengetahuan.com/2017/06/02/pengertian-karakter-unsur-jenis-proses-pembentukan-terlengkap.html>

pendidikan akhlak. Konsep Imam al Ghazali tentang akhlak adalah berangkat dari keadaan hadits dari pengaruh-pengaruh nafsu dan amarah, sebab beliau berkeyakinan akhlak adalah suatu organisme yang lekat, sehingga dengan latihan yang bertujuan untuk mengumpulkan keduanya, hakekatnya juga mendidik organisme tersebut untuk memiliki budi pekerti yang baik.

Pendidikan menurut al-Ghazali harus mengarah kepada realisasi tujuan keagamaan dan akhlak, dengan titik penekanannya pada perolehan keutamaan dan taqorrub kepada Allah dan bukan untuk mencari kedudukan yang tinggi atau mendapatkan kemegahan dunia. Sebab jika tujuan pendidikan diarahkan selain untuk mendekatkan diri kepada Allah, akan menyebabkan kesesatan dan kemudharatan. Al Ghazali berkata: “Hasil dari ilmu sesungguhnya ialah mendekatkan diri kepada Allah, dan menghubungkan diri dengan para malaikat yang tinggi dan bergaul dengan alam arwah, itu semua adalah keberasan, pengaruh penerintahan bagi raja-raja dan penghormatan secara naluri.”

B. Riwayat Hidup Al-Ghazali

Al-Ghazali merupakan sosok yang tidak asing lagi dalam dunia pemikiran Islam, karena begitu banyak pendapat yang menemukan namanya baik di zaman klasik maupun modern.² Pemikir besar di dunia Islam abad ke-5 H yang dikenal dengan julukan al-Hujjatul al Islam (bukti kebenaran Islam) ini tidak pernah sepi dari diskusi dan perhatian, baik yang pro maupun yang kontra.

Ada yang berpendapat bahwa nama lengkapnya adalah Muhammad bin Muhammad bin Muhammad bin Ahmad Abu Hamid Al-Ghazali.³ Tetapi ada yang berpendapat namanya yaitu Abu Hamid Muhammad bin Muhammad bin Muhammad Al Ghazali Ath-Thusi An-Naysaburi Al Faqih Ash-Shufi Asy-Syafi'i Al-Asy'ari.⁴ Meski banyak sekali nama lengkap dari beliau, namun yang paling populer hingga saat ini adalah Al-Ghazali.

Al-Ghazali lahir di Ghazaleh, sebuah negeri dekat Maka, Khurasan pada

² M. Sholihin, *Epistemologi Ilmu dalam Pandangan Imam Al Ghazali*, (Jakarta:Pustaka Setia, 2001), h. 9

³ A. Mustofa, *Filsafat Islam*, (Bandung:Pustaka Setia, 2004), h. 214

⁴ Al-Ghazali, *Mutiara Ihya' 'ulumuddin*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008), h. 9



tahun 450 H/1058 M. Sumber lain mengatakan bahwa ia lahir di sebuah kota kecil dekat Maka di Khurasan, ketika itu merupakan salah satu pusat ilmu dan wilayah kekuasaan Baghdad yang dipimpin oleh dinasti Seljuk. Ia berasal dari keluarga yang agamis dan hidup sederhana, ayahnya adalah seorang penenun wol (ghazzal) sehingga ia dijuluki Al-Ghazali.⁵

Ayahnya meninggal ketika beliau dan adiknya Ahmad masih kecil. Ayahnya hanya meninggalkan mereka dengan sedikit uang dalam perawatan seorang teman sufi. Ayahnya berharap agar adiknya Ahmad dididik dan dibimbing. Ketika sahabatnya yang mengasuh Al-Ghazali dan saudaranya tidak mampu memenuhi kebutuhan mereka, ia menyarankan agar mereka dikirim ke madrasah untuk menimba ilmu dan penunjang kehidupan.

C. Pengertian Karakter

Karakter atau Akhlak atau disebut juga dengan watak secara umum merupakan sifat batin yang berpengaruh terhadap pikiran, perilaku, budi pekerti dan tabiat yang dimiliki manusia atau makhluk hidup lainnya.

Pengertian Karakter Menurut Para Ahli sebagai berikut:⁶

1. Pengertian karakter menurut Coon adalah suatu penilaian subjektif terhadap kepribadian seseorang yang berkaitan dengan atribut kepribadian yang dapat atau tidak dapat diterima oleh masyarakat.
2. Mansur Muslich (2010:70). Pengertian karakter menurut Mansur Muslich adalah cara berfikir dan berperilaku seseorang yang menjadi ciri khas dari tiap individu untuk hidup dan bekerjasama, baik dalam keluarga, masyarakat dan negara
3. Pengertian karakter menurut Simon Philips adalah kumpulan nilai menuju pada suatu sistem, yang melandasi pemikiran, sikap dan perilaku yang ditampilkan.
4. Pengertian karakter menurut Poerwadarminta karakter artinya tabiat, watak sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan orang

⁵ Ahmad Bangun Nasution, *Akhlak Tasawuf (pengenalan, pemahaman dan pengaplikasiannya disertai Biografi dan Tokoh Sufi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015) h. 158

⁶ <http://www.spengetahuan.com/2017/06/02/pengertian-karakter-unsur-jenis-proses-pembentukan-terlengkap.html>

lain.

5. Pengertian karakter menurut Alwisol adalah penggambaran tingkah laku yang dilaksanakan dengan menonjolkan nilai (benar-salah, baik-buruk) secara implisit ataupun eksplisit. Karakter tidak sama dengan kepribadian yang sama sekali tidak berhubungan dengan nilai-nilai
6. Pengertian karakter menurut Wyne menandai bagaimana cara ataupun teknis yang memfokuskan penerapan nilai kebaikan ke dalam tindakan ataupun tingkah laku.
7. Pengertian karakter menurut Maxwell jauh lebih baik dari sekedar perkataan. Lebih dari itu, karakter adalah sebuah pilihan yang menentukan tingkat kesuksesan.
8. Pengertian karakter menurut Doni Kusuma adalah cir, gaya, sifat ataupun karakteristik diri seseorang yang berasal dari bentukan atau pun tempaan yang didapatkan dari lingkungan sekitarnya.
9. Pengertian karakter menurut Kamisa (1997:281) adalah sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dari yang lain, tabiat, watak. Berkarakter berarti memiliki watak, memiliki kepribadian
10. Pengertian karakter menurut Gulo. W (1982:29) adalah kepribadian ditinjau dari titik etis atau moral, misalnya kejujuran seseorang, biasanya mempunyai kaitan dengan sifat yang relatif tetap.
11. W.B. Saunders (1977:126). Pengertian karakter menurut W.B. Saunders adalah sifat nyata dan berbeda yang ditunjukkan oleh individu, sejumlah atribut yang dapat diamati pada individu.
12. Pengertian karakter menurut Wikipedia adalah sifat batin yang mempengaruhi segenap pikiran, perilaku, budi pekerti, dan tabiat yang dimiliki manusia atau makhluk hidup lainnya.
13. Ryan dan Bohlin (1999). Pengertian karakter menurut Ryan dan Bohlin adalah suatu pola perilaku seseorang.
14. Pusat Bahasa Depdiknas (2008). Pengertian karakter menurut Pusat Bahasa Depdiknas adalah bawaan, hati, jiwa, kepribadian, budi pekerti, perilaku, personalitas, sifat, tabiat, temperamen, watak.
15. Pengertian karakter atau akhlak menurut Imam Al-Ghazali adalah sifat yang



tertanam menghujam di dalam jiwa dan sifat itu seseorang akan secara spontan dapat dengan mudah memancarkan sikap, tindakan, serta perbuatan.

16. Pengertian karakter menurut Drs. Hanna Djumhana Bastaman, M.Psi adalah aktualisasi diri dalam dan internalisasi nilai-nilai moral dari luar menjadi bagian kepribadiannya.
17. Pengertian karakter menurut Prof.Dr.H. M. Quraish Shihab adalah himpunan pengalaman tentang pendidikan sejarah yang dapat mendorong suatu kemampuan didalam diri, sehingga bisa menjadi alat ukur atau sisi seorang manusia dalam mewujudkannya, baik dalam pemikiran, sikap, dan perilaku termasuk karakter atau akhlak mulia dan budi pekerti.
18. Pegertian karakter menurut Kemendikbud (Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Nasional) adalah suatu bentuk cara berpikir dan juga berperilaku seseorang yang kemudian menjadi ciri khasnya.
19. Pengertian karakter menurut Soemarno Soedarsono adalah suatu nilai yang terpatrit dalam diri kita melalui pendidikan, pengalaman, percobaan, pengorbanan dan pengaruh lingkungan, di padukan dengan nilai-nilai dalam diri manusia menjadi semacam nilai intrinsik yang wujud dalam sistem daya jua n melandasi pemikiran, sikap dan perilaku.
20. Pengertian karakter menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) adalah tabiat; sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan yang lain; watak.

D. Pengertian Nilai-nilai Edukatif

1. Nilai-nilai Edukatif

a. Pengertian Nilai

Sidi Gazalba mengungkapkan bahwa: "Nilai adalah sesuatu yang bersifat abstrak. Nilai bukan benda konkrit, bukan fakta, tidak hanya persoalan benar dan salah yang menuntut pembuktian empirik, melainkan soal penghayatan yang dikehendaki, disenangi dan tidak disenangi."⁷

⁷ Chabib Toha, M.A, et. al., Reformulasi Filsafat Pendidikan Islam, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), h.22.

Menurut Milton Rokeach dan James Bank, nilai adalah suatu tipe kepercayaan yang berada dalam ruang lingkup sistem kepercayaan dalam mana seseorang bertindak atau mengenai sesuatu yang tidak pantas dikerjakan. Nilai menunjukkan suatu kriteria atau standar untuk menilai atau mengevaluasi sesuatu seperti industrialisasi baik merupakan sarana kemakmuran, pengertian ini terdapat berbagai jenis nilai-nilai individu, sosial, budaya dan agama⁸

b. Edukatif

Edukatif adalah kata sifat (obyek) berarti: The process of education, teaching, knowledge etc thus developed and formal seconding⁹

Artinya: “Cara pendidikan, pengajaran, pengetahuan dll, yang telah dikembangkan dan sekolah resmi”.

Edukatif berasal dari kata education yang artinya pendidikan¹⁰. Sedangkan pendidikan yang dimaksud dalam hal ini adalah pendidikan Islam. Menurut Prof. Dr. Omar M. Taomy al Syaibany dalam bukunya Filsafah Pendidikan Islam, beliau mengatakan: “pendidikan Islam adalah usaha untuk mengubah tingkah laku individu dalam kehidupan kemasyarakatannya dan juga dalam alam sekitarnya melalui proses pendidikan. Perubahan tersebut dilandasi dengan nilai-nilai Islam”¹¹.

Pendidikan dalam literatur pendidikan Islam mempunyai banyak istilah. Beberapa istilah yang sering digunakan adalah rabba-yurabbi (mendidik), ‘allama-yu’allimu (memberi ilmu), addaba-yu’addibu (memberikan teladan dalam akhlak), dan darrasa-yudarrisu (memberikan

⁸ Chabib Toha, M.A, Kapita Selektta Pendidikan Islam, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h.60-61.

⁹ David B. Gura’ne, Editor in Chief, Webster’s New Word Dictionary of the American Language, (New York: Warners Book, 1983), h. 129

¹⁰ John. M. Echols dan Hassan Sadily, Kamus Inggris Indonesia, (Jakarta: Gramedia, 2000), h.

207

¹¹ M. Omar Taomy al Syaibany, Filsafat Pendidikan Islam, Terj. Hasan Langgulung, (Jakarta:

Bulan Bintang, 1999), h.30

pengetahuan).¹²

Jadi yang dimaksud nilai-nilai edukatif adalah suatu proses pendidikan yang di dalamnya terdapat nilai-nilai perubahan manusia menuju kebaikan.

E. Pengertian Ibadah Puasa Ramadhan

Ibadah merupakan perbuatan untuk menyatakan bakti kepada Allah SWT yang didasari mengerjakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya.¹³ Secara etimologi/ bahasa, ibadah berasal dari bahasa Arab, dari fi'il madhi: 'abada-ya' budu-'ibadatan, yang artinya mengesakan, melayani dan patuh. Ibadah menurut lughat ialah taat, menurut, mengikuti, tunduk yaitu tunduk yang setinggi-tingginya dan dengan do'a¹⁴. Adapun secara terminologis/ menurut para ahli mengartikannya sesuai dengan disiplin ilmu yang dimilikinya.

Ulama tauhid mengartikan ibadah dengan mengesakan Allah dan menta'zhimkan-Nya (mengagungkan-Nya) dengan sepenuh arti serat menundukkandan merendahkan diri kepada-Nya. Ulama akhlak mengartikan ibadah dengan beramal secara badaniyyah dan menyelenggarakan segala syariat. Menurut ulama tasawuf, ibadah adalah mengerjakan sesuatu yang berlawanan dengan keinginan nafsunya, untuk membesarkan Tuhan-Nya. Menurut ulama fiqh, ibadah adalah mengerjakan sesuatu untuk mencapai keridhaan Allah dan mengharap pahala-Nya di akhirat¹⁵.

Menurut Quraish Shihab, ibadah ialah ketundukan dan ketaatan yang berbentuk lisan dan praktek yang timbul akibat keyakinan tentang ketuhanan siapa yang kepadanya seseorang tunduk¹⁶. Yusuf Qardhawi memberikan definisi ibadah adalah puncak perendahan diri seseorang yang berkaitan erat dengan puncak

¹² Ridwan Abdullahlah sani dan Muhammad Kadri, Pendidikan Karakter Mengembangkan Karakter Anak yang Islami, (Jakarta: Bumi Aksara, 2016), h.8

¹³ Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka, 2003), h.364

¹⁴ M.Hasbi Ash Shiddieqy, Kuliah Ibadah, (Jakarta: Bulan Bintang, 2001), h.1

¹⁵ M. Amin Syukur, Pengantar Studi Islam, (Semarang: Pustaka Nuun, 2010), h.86.

¹⁶ M.Quraish Shihab, Falsafah Ibadah Dalam Islam, Dalam Filsafat Hukum Islam (Jakarta: Proyek Pembinaan Prasarana dan Sarana Perguruan Tinggi Agama / IAIN Jakarta, 1987), h.143



kecintaan kepada Allah SWT.¹⁷ Sedangkan ibadah menurut T.M. Hasbi ash-Shiddieqy, ibadah mempunyai dua pengertian, makna khas (tertentu) dan makna ‘am (lengkap, umum). Makna khas, yaitu segala hukum yang dikerjakan untuk mengharap pahala di akhirat, dikerjakan sebagai tanda pengabdian kita kepada Allah dan diridhoi oleh-Nya.¹⁸

Beberapa definisi tersebut, meskipun berbeda kalimatnya, akan tetapi tidak berjauhan maksudnya. Ibadah merupakan mengabdikan, tunduk, taat kepada Allah SWT. Ibadah adalah ketundukan kepada Allah SWT dengan menjalankan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Dengan demikian dapat disimpulkan pengertian ibadah adalah usaha dan perbuatan mengabdikan kepada Allah SWT yang dilakukan untuk memperoleh keselamatan bagi dirinya di dunia dan akhirat.

Puasa menurut bahasa/etimologi adalah menahan dari segala sesuatu, seperti menahan makan, minum, nafsu, menahan berbicara dan sebagainya.¹⁹ Menurut istilah agama Islam yaitu menahan diri dari sesuatu yang membatalkannya, satu hari lamanya, mulai dari terbit fajar sampai dengan terbenam matahari dengan niat dan beberapa syarat. Puasa secara bahasa artinya menahan,²⁰ al-Imsak yang berarti menahan diri.²¹ Sedangkan puasa menurut istilah syara puasa adalah menahan diri dari perkara yang membatalkan puasa sejak terbitnya fajar shadiq sampai terbenamnya matahari dengan disertai niat. Puasa yang juga dikenal dengan sebutan shaum atau shiyam berasal dari bahasa Arab. Secara lughawi, shaum atau shiyam berarti berpantang atau menahan diri dari sesuatu. Dalam pengertian syar’i, puasa adalah menahan hawa nafsu dari makan, minum dan hubungan seksual dari terbit fajar sampai terbenam matahari.²²

Sedangkan menurut Abu Bakar Jabir el Juzairi, puasa adalah tidak makan,

55 ¹⁷ Yusuf Qardhawi, Konsep Kaidah Dalam Islam, (Surabaya: Central Media, 2000), h.

¹⁸ T.M. Hasbi ash-Shiddieqy, Kuliah Ibadah, (Jakarta: Bulan Bintang, 2001), h.7

¹⁹ H. Sulaiman Rasjid, Fiqh Islam, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, cetakan ke 55, 2012) h.220

²⁰ Maskur Khoir, Fiqh Puasa Dan Idul Fitri, (Kediri Jatim: Duta Karya Mandiri), h.7

²¹ H. Abbas Arfan, Fiqh Ibadah Praktis: Perspektif Perbandingan Mazhab Fiqh, (Malang: UIN- Maliki Press, Cetakan ke I, 2011), h.125

²² Team Penyusun Text Book Ilmu Fiqih I, Ilmu Fiqih, Jilid. I (Jakarta: Proyek Pembinaan Prasarana dan Sarana Perguruan Tinggi Agama/IAIN Jakarta, 1983), h.274



tidak minum, tidak menggauli istri dan menjauhi diri dari segala rupa yang boleh dimakan semenjak fajar sampai terbenamnya matahari.²³ Menurut Abbas Arfan, puasa adalah menahan diri dari makan dan minum dan hal yang membatalkan puasa mulai terbit fajar sampai terbenamnya matahari.²⁴

Dari beberapa definisi di atas maka dapat ditarik pengertian bahwa puasa (shiyam) adalah suatu ibadah kepada Allah SWT yang memiliki syarat dan rukun tertentu dengan jalan menahan diri dari segala keinginan syahwat, perut, dan dari segala sesuatu yang masuk ke dalam kerongkongan, baik berupa makanan, minuman, atau apa saja yang dapat membatalkannya sejak terbit fajar hingga terbenam matahari yang dilakukan oleh muslim yang berakal, tidak haid, dan tidak pula nifas yang dilakukan dengan yakin dan disertai dengan niat. Sedangkan Ramadhan artinya bulan pelaksanaan puasa yang terdapat dalam tahun hijriah pada bulan ke sembilan (9) hijriah.

F. Pembentukan Karakter Melalui Nilai-Nilai Edukatif Puasa Ramadhan

Berpuasa mendidik kita untuk belajar sehat karena kesehatan merupakan nikmat yang tidak dapat dinilai dengan harta benda. Puasa yang mensyaratkan untuk tidak makan, minum dan tidak melakukan perbuatan-perbuatan lain yang membatalkan puasa dari terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari sangat bermanfaat untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Dalam riwayat Abu Hurairah, Rasulullah bersabda: “ Bagi tiap-tiap sesuatu itu ada pembersihnya dan pembersih badan (jasad) ialah puasa”. (HR. Ibnu Majah).

Ibadah puasa dapat menjadi sarana pendidikan akhlak dan latihan jiwa²⁵

- a. Mendidik manusia berjiwa sosial tinggi
- b. Mendidik manusia untuk bersikap jujur dan amanah
- c. Mendidik manusia untuk hidup sederhana
- d. Mendidik manusia untuk bersifat sabar.
- e. Mendidik manusia untuk mengendalikan hawa nafsu

²³ Abu Bakar Jabir el Juzairi, Pola Hidup Muslim, Terj. Dr. H. Rachmat Djatnika dan Drs. Ahmad Sumpemo (Bandung : Remaja Rosdakarya, 1991), h.237

²⁴ Abbas Arfan, Op. Cit., h.125

²⁵ Achmad Suyuti, Nuansa Ramadhan , (Jakarta : Pustaka Imani, 2002), h.72

Pengaruh puasa terhadap kesehatan jasmani (badan) diantaranya adalah

- a. Memberi kesempatan istirahat pada alat pencernaan
- b. Membersihkan tubuh dari racun dan kotoran (detoksifikasi)
- c. Menambah jumlah sel darah putih dan meningkatkan daya tahan tubuh
- d. Memperbaiki fungsi hormon
- e. Meremajakan sel-sel tubuh
- f. Meningkatkan fungsi organ tubuh
- g. Meningkatkan fungsi organ reproduksi
- h. Mengurangi resiko Stroke
- i. Melindungi ginjal
- j. Terhindar dari serangan jantung
- k. Insting lebih peka

Rasa haus dan lapar saat berpuasa yang kita rasakan itu sering dialami oleh orang-orang kurang mampu dalam ekonominya seperti miskin, fakir miskin dan sebagainya, sehingga kita dapat merasakan apa yang mereka rasakan dan terwujud kepedulian sesama muslim. Puasa memiliki pendidikan sosial yaitu:

- a. Membangun empati yaitu kesadaran dan keinginan membantu sesama muslim yang berada dibawah garis kemiskinan.
- b. Mewujudkan kepedulian sosial.
- c. Mengikis kesenjangan sosial
- d. Menghindari kebobrokan moral-sosial
- e. Membangun hubungan harmonis dengan sesama
- f. Membangun hubungan harmonis keluarga dan sanak kerabat.²⁶

G. Kesimpulan.

Pandangan Al-Ghazali tentang ibadah puasa terbagi dua yaitu secara lahiriah puasa dan batiniah (rahasia) puasa : Pertama secara lahiriah puasa antara lain: pertama tingkat minimal yaitu orang yang berpuasa pada bulan Ramadhan saja. Tingkat tertinggi yaitu orang yang mampu melaksanakan puasa Nabi Daud

²⁶ Winarno, Hidup sehat dengan puasa: Upaya mengembangkan sehat spiritual, Mental dan sosial, (Yokyakarta: Graha Ilmu ,cetakan pertama, 2013), h. 69- 73

as, yaitu sehari puasa sehari tidak. Tingkat pertengahan adalah puasa sepertiga tahun orang yaitu orang yang berpuasa pada bulan Ramadhan ditambah dengan puasa sunnah lainnya. Kedua batiniah dari segi rahasia puasa terbagi tiga yaitu: puasa umum yaitu mencegah perut dan kemaluan dari pada memenuhi keinginannya. Puasa khusus yaitu berusaha mencegah pandangan, penglihatan, lidah, tangan, kaki dan seluruh anggota badan lainnya dari dosa- dosa atau puasa badaniah. Puasa khususul khusus yaitu puasa hati dari segala cita-cita yang hina dan segala pikiran duniawi serta mencegahnya daripada selain Allah SWT.

Nilai-nilai Ibadah Puasa Menurut Al-Ghazali Dan Implikasinya Terhadap Pembentukan Karakter: Pertama puasa adalah sebagai alat untuk mengendalikan hawa nafsu, dalam artian bahwa kerja hawa nafsu itu harus dikontrol oleh akal, karena sangat berpengaruh dalam rangka pembentukan akhlak manusia. Dengan menahan lapar dan dahaga, diharapkan tumbuh karakter pada diri kita yaitu puasa mendidik orang dengan sifat-sifat kesabaran, agar dapat mengendalikan diri dari segala yang membatalkan puasa dan nilai pahala puasa, yang semata-mata untuk beribadah kepada Allah SWT dan bersyukur kepada-Nya di atas nikmat yang diperoleh dari -Nya. Kedua puasa yang dilakukan oleh setiap orang akan mendidik diri menahan nafsu dan syahwat dari rasa lapar makan, minum, serta larangan hubungan kelamin mulai dari terbit fajar sampai terbenam matahari. Sehingga berimplikasi terhadap pembentukan karakter yaitu meningkatkan iman dan taqwa, serta membentuk sifat amanah, pembenar, jujur, dan dapat mengendalikan diri dari hal yang membatalkan puasa. Dengan lapar dan dahaga, diharapkan tumbuh karakter kepedulian sosial dan kedisiplinan individual. Ketiga berpuasa dapat memelihara kesehatan badan/jasmani sebab menahan diri dari makan dan minum, yang berarti mengurangnya dari waktu yang biasa adalah salah satu cara untuk menjaga kesehatan, agar kita terbiasa hidup sehat dengan makan dan minum yang halal dan baik serta tidak makan terlalu kenyang saat berbuka supaya terhindar dari berbagai penyakit.

Daftar pustaka

- A. Mustofa, *Filsafat Islam*, (Bandung:Pustaka Setia, 2004)
- Abu Bakar Jabir el Juzairi, Pola Hidup Muslim, Terj. Dr. H. Rachmat Djatnika dan Drs. Ahmad Sumpemo, Bandung : Remaja Rosdakarya, 1991
- Achmad Suyuti, Nuansa Ramadhan , Jakarta : Pustaka Imani, 2002
- Ahmad Bangun Nasution, *Akhlaq Tasawuf (pengenalan, pemahaman dan pengaplikasiannya disertai Biografi dan Tokoh Sufi)*, Jakarta:Rajawali Pers, 2015
- Al-Ghazali, *Mutiara Ihya' 'ulumuddin*, Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008
- Bulan Bintang, 1999
- Chabib Toha, M.A, et. al., Reformulasi Filsafat Pendidikan Islam, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002.
- Chabib Toha, M.A, Kapita Selekta Pendidikan Islam, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003
- David B. Gura'ne, Editor in Chief, Webster's New Word Dictionary of the American Language,
- Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan, Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka, 2003
- H. Abbas Arfan, Fiqh Ibadah Praktis: Perspektif Perbandingan Mazhab Fiqh, Malang: UIN- Maliki Press, Cetakan ke I, 2011
- H. Sulaiman Rasjid, Fiqh Islam, Bandung: Sinar Baru Algensindo, cetakan ke 55, 2012
- <http://www.spengetahuan.com/2017/06/02/pengertian-karakter-unsur-jenis-proses-pembentukan-terlengkap.html>
- John. M. Echols dan Hassan Sadily, Kamus Inggris Indonesia, Jakarta: Gramedia, 2000
- M. Amin Syukur, Pengantar Studi Islam, Semarang: Pustaka Nuun, 2010
- M. Omar Taomy al Syaibany, Filsafat Pendidikan Islam, Terj. Hasan Langgulung, Jakarta:

- M. Sholihin, *Epistemologi Ilmu dalam Pandangan Imam Al Ghazali*, Jakarta:Pustaka Setia, 2001
- M.Hasbi Ash Shiddieqy, *Kuliah Ibadah*, Jakarta: Bulan Bintang, 2001
- M.Quraish Shihab, *Falsafah Ibadah Dalam Islam, Dalam Filsafat Hukum Islam* Jakarta: Proyek Pembinaan Prasarana dan Sarana Perguruan Tinggi Agama / IAIN Jakarta, 1987
- Maskur Khoir, *Fiqh Puasa Dan Idul Fitri*, Kediri Jatim:Duta Karya Mandiri
- Ridwan Abdullahlah sani dan Muhammad Kadri, *Pendidikan Karakter Mengembangkan Karakter Anak yang Islami*, Jakarta: Bumi Aksara, 2016
- T.M. Hasbi ash-Shiddieqy, *Kuliah Ibadah*, (Jakarta: Bulan Bintang, 2001)
- Team Penyusun Text Book Ilmu Fiqih I, *Ilmu Fiqih*, Jilid. I Jakarta: Proyek Pembinaan Prasarana dan Sarana Perguruan Tinggi Agama/IAIN Jakarta, 1983
- Winarno, *Hidup sehat dengan puasa: Upaya mengembangkan sehat spiritual, Mental dan sosial*, (Yogyakarta: Graha Ilmu ,cetakan pertama, 2013
- Yusuf Qardhawi, *Konsep Kaidah Dalam Islam*, Surabaya: Central Media, 2000