



Sekolah Islam  
**ATHIRAH**

# Planning Mujahadah *Ramadhan*

oleh:

**Dr. Muzakir M. Arif AM, Lc., MA.**

# Planning Mujahadah Ramadhan



- 1. Mendapati Takbiratul Ithramnya Imam dalam Shalat lima waktu.**
- 2. Shalat Sunnah Rawatib 12 rakaat sehari semalam.**
- 3. Shalat Sunnah pelengkap shalat sunnah rawatib 10 rakaat sehari semalam.**
- 4. Shalat Tarawih 11 rakaat bersama imam. Tidak shalat witr lagi di akhir malam.**



**5. Shalat Tahajjud di akhir malam 11 rakaat. Atau shalat 8 rakaat atau lebih, kalau sudah shalat witr bersama imam pada shalat tarawih.**



- 6. Berniat i'tikaf setiap kali ke masjid.**
- 7. I'tikaf ba'da shalat Subuh sampai 15 menit setelah terbit matahari. Shalat Isyraq sebelum meninggalkan masjid.**
- 8. Shalat Dhuha 8 rakaat atau lebih, pada satu waktu, atau pada waktu yang terpisah pisah, sampai 15 menit sebelum masuk waktu Zhuhur.**
- 9. Tilawah Al-Qur'an minimal 3 Juz setiap hari.**
- 10. Tilawah Surah As-Sajadah, Surah Al-Mulk, 2 Ayat terakhir dari Surah Al-Baqarah, Surah Al-Kafirun, Surah Al-Ikhlash, Surah Al-Falaq, Surah An-Nas (3 Surah terakhir ini diulangi 3x), semuanya setiap malam, menjelang tidur. Ditambah dengan tilawah Surah Al-Kahfi pada malam Jum'at dan hari Jum'at.**





**11. Menyempurnakan Dzikir Pagi, Dzikir Sore, dengan wirid Tahlil, wirid Tasbih, wirid Istighfar, wirid Shalawat, wirid Dzikir Mutlak. Masing masing minimal 100x.**

- 12. Memperbanyak Do'a sepanjang siang dan sepanjang malam, terutama setiap antara adzan dan iqamah, menjelang Subuh, dalam perjalanan; dan pada saat turun hujan.**
- 13. Tidak membawa HP ke masjid, atau meng off kan HP selama di masjid.**
- 14. Tidur malam paling lambat jam 22:00, bangun jam 02:00.**
- 15. Meng off kan HP mulai jam 21:00 sampai pagi, setelah selesai Shalat Isyraq.**



16. Berolah raga ringan, jalan cepat dan atau berjemur diri di pagi hari.
17. Di malam hari, menghindari minum es, makanan berkolesterol tinggi, manis berlebihan, gula pasir yang banyak, dan semua yang kurang baik bagi kesehatan.
18. Di malam hari, mengutamakan konsumsi buah buahan, sayur sayuran, kurma, dan makanan sehat lainnya.
19. Di malam hari dan saat sahur, mengkonsumsi suplemen herbal yang terbaik seperti: Madu, Habbatus Sauda', Omega3, Gamat, Propolis, kismis, kopi herbal, jahe, kunyit, sereh, dst.
20. Tidur singkat menjelang zhuhur, atau ba'da zhuhur.





21. **Membantu isteri/suami dan anak dalam menyelesaikan pekerjaan pekerjaan rutin sehari hari di rumah seperti: Memasak, mencuci pakaian, menjemur, menyeterika, mencuci piring, menyapu, membersihkan rumah, dst. Semua itu diusahakan untuk dipersingkat.**
22. **Bersedekah beberapa kali sehari. Berinfaq ke masjid. Memberi hidangan buka puasa. Menyiapkan infaq, sedekah khusus untuk pada malam yang diharapkan sebagai Lailatul Qadr. Menyiapkan zakat Fitri di akhir Ramadhan.**
23. **Meluangkan waktu untuk belajar Ilmu Islam minimal 30 menit setiap hari.**





24. Mengamalkan amal amal hati secara terus menerus siang dan malam. Terutama: Iman, Ikhlas, Syukur, Sabar, Tawakkal, Cinta, Takut, Taubat, Rindu Syurga, Bahagia dengan Amal.
25. Menegakkan kewajiban da'wah setiap hari, minimal di media sosial, dalam durasi waktu yang singkat. Menegakkan pendidikan yang lebih sungguh sungguh kepada Isteri/Suami dan Anak, untuk meningkatkan amal ibadah dan akhlak mulia setiap hari.





26. **Meluangkan waktu untuk tafakkur minimal pada setiap waktu Shalat lima waktu, shalat Tarawih, Shalat Tahajjud, Shalat Duha, Menjelang berbuka puasa, menjelang Subuh. Tafakkur taubat. Tafakkur tazkiyatunnafs. Tafakkur dzikrul maut. Tafakkur mujahadah. Tafakkur muhasabah. Tafakkur amal amal hati. Dst.**
27. **Bersungguh sungguh menghindari dosa dosa hati, dosa dosa telinga, dosa dosa mata, dosa dosa pikiran, dosa dosa mulut, dosa dosa tangan, dosa dosa kaki, sepanjang siang dan malam.**
28. **Bersungguh sungguh menjaga keikhlasan beramal, khusyu' beramal, efektifitas beramal, istiqamah beramal, menghindari perdebatan dan pembicaraan yang tidak bermanfaat, pekerjaan yang tidak berguna, serta mengusahakan tangis tangis imani sendirian, beberapa kali setiap hari.**





**29. Beri'tikaf di masjid selama 10 hari 10 malam terakhir dari bulan mulia Ramadhan, semaksimal kemampuan.**

**30. Mengamalkan seluruh perencanaan amal harian yang selalu disempurnakan, dalam kerjasama yang baik dalam satu kelompok kecil Mujahadah Ramadhan. Di kelompok itu ada aktifitas saling mengingatkan, saling memotivasi, saling terbuka, saling peduli, saling mengajar, saling membantu, saling mendo'akan kebaikan. Di kelompok itu ada pengamalan persaudaraan dan hidup berjamaah yang sangat membahagiakan.**





Selamat Menjalankan

**Ibadah Puasa**

*Ramadhan*

1443 H

**Kita saling mendo'akan kebaikan selalu  
karena kita saling mencintai karena Allah.**

**Penerimaan Peserta Didik Baru**

*Hubungi Center of Information Officer:*

**Wil. Kajaolalido : 08231111700**

**Wil. Bukit Baruga : 082344001010**

**Wil. Bone : 082154273108**

**Jenjang Pendidikan :**

**BABY HOUSE | PLAY GROUP | TK**

**SD | SMP | SMA | BOARDING SMP & SMA**