

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Umat Islam dari kalangan sahabat dan tabi'in kata Syaikhul Islam Ibnu Taymiah selalu berkumpul untuk tilawah dan saling menyimak Al-Qur'an dalam rangka menata hati dan mensucikan jiwa mereka. Rumah-rumah mereka, khususnya di bulan Ramadhan, berdengung tak ubahnya lebah-lebah, terpancari sinar, bertabur kebahagiaan. Mereka membaca Al-Qur'an dengan tartil, berhenti sejenak pada ayat-ayat yang membuat mereka ta'jub, menangis di kala mendengar keindahan nasehat-nasehat-Nya, gembira dengan kabar kebahagiaan. Mereka mentaati perintah-Nya sebagaimana menjauhi larangan-Nya (Munir, 1995).

(1) اِقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ

“Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang Menciptakan”
(Al-‘alaq : 1)

Kata iqra' yang terambil dari kata qara' pada mulanya berarti “menghimpun”. Apabila seseorang merangkai huruf atau kata kemudian seseorang itu mengucapkan rangkaian tersebut, seseorang tersebut telah menghimpunnya atau, dalam bahasa Al-Quran, qara'tahu qiro'atan. Arti asal kata ini adalah iqra', yang diterjemahkan dengan “bacalah”. Di dalam kamus-kamus bahasa, beraneka ragam arti dari kata tersebut antara lain menyampaikan, menelaah, membaca, mendalami, meneliti, mengetahui cirri-

cirinya, dan sebagainya, yang kesemuanya dapat dikembalikan kepada hakikat “menghimpun” yang merupakan arti akar tersebut. Dalam hadis sahih riwayat Bukhari dinyatakan bahkan Nabi SAW. datang ke gua Hira’, suatu gua yang terletak di atas sebuah bukit di pinggir kota Mekah untuk berkhawat beberapa malam. Kemudian sekembali beliau pulang mengambil bekal dari rumah istri beliau, Khadijah, datanglah jibril kepada beliau dan menyuruhnya membaca. Nabi menjawab: “Aku tidak bisa membaca” Jibril merangkulnya sehingga Nabi merasa sesak nafas. Jibril melepaskannya; sambil berkata; “Bacalah”. Nabi menjawab; “Aku tidak bisa membaca”. Lalu dirangkulnya lagi dan dilepaskannya; sambil berkata; “Bacalah”. Nabi menjawab: “Aku tidak bisa membaca” sehingga Nabi merasa payah, maka Jibril membacakan ayat 1 sampai ayat 5 surah Al`Alaq(QS;Al`Alaq) .

Menurut istilah, Qiro’ah berarti membaca Al-Qur’an mengikuti para imam qurra’ yang memiliki perbedaan dalam pengucapan ayat–ayat Al-qur’anul karim yang masing-masing bersandar kepada sanad–sanad, *Qiro’ah* dapat dimaknai sebagai aktifitas membaca secara kognitif atau kegiatan membaca secara umum. Adapun istilah Qori’ah adalah seorang muslimah yang dapat membaca Al-Qur’an dengan cara Qiro’ah atau dalam bahasa umumnya yaitu dilagukan (sesuai panjang pendeknya tajwid). Lagu Qiro’ah tergantung dari masing – masing Qori dalam membawakan bacaan sesuai dengan metode Qiro’ah. Seorang Qori harus bisa menggunakan dan mengambil nafas seselektif mungkin, sehingga untuk mencapai pernapasan

yang diinginkan membutuhkan aktivitas fisik dan latihan pernapasan yang teratur dan benar (Munir, 1995).

Faal paru dan olahraga mempunyai hubungan yang timbal balik, gangguan faal paru dapat mempengaruhi kemampuan olahraga, sebaliknya latihan fisik yang teratur atau olahraga dapat meningkatkan faal paru. Seseorang yang aktif dalam latihan fisik akan mempunyai kapasitas erobik yang lebih besar dan kebugaran yang lebih tinggi (Sahab, 1997).

Istilah pernapasan, yang lazim diinginkan, mencakup 2 proses ; pernapasan luar (eksterna), yaitu penyerapan O_2 dan pengeluaran CO_2 dari tubuh secara keseluruhan; serta pernapasan dalam (interna) , yaitu penggunaan O_2 dan pembentukan CO_2 oleh sel – sel serta pertukaran gas antar sel – sel tubuh dengan media cair sekitarnya. Sistem pernapasan terdiri dari organ pertukaran gas (paru-paru) dan sebuah pompa ventilasi paru. Pompa ventilasi ini terdiri atas dinding dada, serta jaras–jaras dan syaraf yang menghubungkan pusat pernapasan dengan otot pernapasan. Setelah melalui saluran hidung dan faring, yang merupakan tempat udara dihangatkan dan dilembabkan dengan uap air, udara inspirasi berjalan menuruni trakhea, melalui bronkiolus, bronkiolus respiratorius dan duktus alveolaris sampai ke alveoli (Ganong, 2002).

Dalam keadaan normal, paru mengandung sekitar 2 sampai 2,5 liter udara. Selama siklus respirasi, dengan volume maksimum sampai 5,5 liter atau dikosongkan sampai tersisa 1 liter. Pada orang dewasa sehat, rata–rata jumlah maksimum udara yang dapat dikandung oleh kedua paru adalah

sekitar 5,7 liter pada pria (4,2 liter pada wanita). Bentuk anatomi, usia, distensibilitas paru dan ada tidaknya penyakit pernapasan mempengaruhi kapasitas paru total ini. Kapasitas cadangan paru adalah kemampuan paru untuk bertahan terhadap sebuah peningkatan yang tiba-tiba dalam peredaran darah. Secara normal, selama proses bernapas biasa, paru tidak mengalami pengembangan maksimum atau penciutan yang mendekati volume minimumnya. Dengan demikian, secara normal paru mengalami pengembangan tingkat sedang selama siklus pernapasan. Pada akhir ekspirasi tenang, paru masih mengandung sekitar 2.200 ml udara. Selama satu kali bernapas biasa dalam keadaan istirahat, sekitar 500 ml udara dihirup dan udara dalam jumlah yang sama dihembuskan, sehingga selama bernapas tenang volume paru bervariasi antara 2.200 ml pada akhir ekspirasi dan 2.700 ml pada akhir inspirasi. Selama ekspirasi maksimum, volume paru dapat menurun sampai 1.200 ml pada pria, 1.000 ml pada wanita. Paru tidak akan pernah dikosongkan secara total karena saluran pernapasan kecil dan kolaps selama ekspirasi paksa pada volume paru yang rendah, sehingga aliran keluar udara lebih lanjut dicegah (Sheerwood, 2001).

Secara umum sistem kerja pernapasan pada seorang qori'ah sama normalnya pada orang non qori'ah, namun terdapat sedikit perbedaan yaitu pada saat inspirasi, seorang qori'ah agar dapat menyelesaikan ayat selanjutnya dengan baik dan sempurna, seorang qori'ah melakukan napas panjang. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengungkap ada tidaknya

pengaruh dari kebiasaan seseorang mengaji secara (qori'ah) yang pada saat inspirasi dilakukan secara panjang terhadap volume cadangan inspirasi paru.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

Adakah perbedaan kapasitas vital paru antara qori'ah dan nonqori'ah?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui perbedaan kapasitas vital paru antara qori'ah dan nonqori'ah.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Memberikan sumbangan pemikiran bagi ilmu pengetahuan dan penelitian selanjutnya, terutama mengenai kapasitas vital paru pada qori' dan nonqori'ah

2. Praktis

a. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan secara langsung dengan melakukan penelitian serta menambah wawasan tentang kapasitas vital paru pada qori' dan nonqori'ah.

b. Bagi masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai pengaruh kegiatan mengaji secara qiro'ah terhadap kapasitas vital paru.

c. Bagi pondok pesantren

Memberikan informasi mengenai pengaruh kegiatan mengaji secara qiro'ah, dimana kegiatan tersebut berdampak bagus pada pernapasan, sehingga kegiatan qiro'ah dapat dikembangkan lagi di pondok pesantren Darussalam.