

**POLA HIDUP SEHAT DAN RELEVANSINYA DENGAN IBADAH PERSPEKTIF
PENDIDIKAN ISLAM**

ARTIKEL ILMIAH

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Agama Islam



Oleh:

MUHAMMAD RAISA ATTANSYAH

NIM. 18112142

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

FAKULTAS AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2022

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Muhammad Raisa Attansyah

NIM Mahasiswa : 18112142

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Dengan ini menyatakan bahwa artikel ilmiah ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Ponorogo, Juli 2023

Yang Membuat Pernyataan,



Muhammad Raisa Attansyah

NIM. 18112142

LEMBAR PENGESAHAN

Artikel Ilmiah Oleh : Muhammad Raisa Attansyah

NIM : 18112142

Judul : POLA HIDUP SEHAT DAN RELEVANSINYA DENGAN IBADAH
PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji, di Ponorogo,
Pada hari Kamis tanggal 9 Februari tahun 2023.

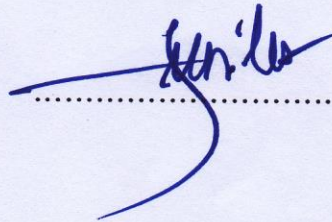
Tim Penguji,

Dr. Aldo Redho Syam, M.Pd.I
NIDN. 0713018806



.....

Dr. Muh Tajab, M.A
NIDN. 2125117301



.....

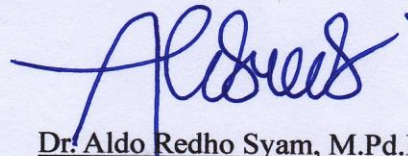
Mengetahui,

Dekan FAI



Dr. Ayek Ariyanto, M.Pd.I
NIDN. 0726058801

Kaprodi PAI



Dr. Aldo Redho Syam, M.Pd.I
NIDN. 0713018806

LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN AKHIR

Artikel Ilmiah Oleh : Muhammad Raisa Attansyah

NIM : 18112142

Judul : POLA HIDUP SEHAT DAN RELEVANSINYA DENGAN IBADAH
PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM ini telah dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan
dalam ujian akhir.

Ponorogo, 7 Februari 2023

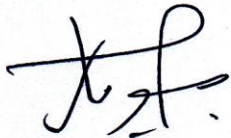
Pembimbing I



Dr. Sigit Dwi Laksana, M.Pd.I

NIDN. 071001901

Pembimbing II



Lilis Sumaryanti, M.Pd

NIDN. 0712058601



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

Jalan Budi Utomo Nomor 10 Ponorogo 63471 Jawa Timur Indonesia
Tlp (0352) 481124, Fax. (0352) 461796, Email : akademik@umpo.ac.id Website www.umpo.ac.id
Akreditasi Institusi B oleh BAN-PT
(SK Nomor : 77/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/PT/IV/2020)

LEMBAR PERSETUJUAN PENGANTI TUGAS AKHIR MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sigit Dwi Laksana, M.Pd.I dan Lilis Sumaryanti, M.Pd
NIDN : 071001901 dan 0712058601
Prodi : PAI

Menyetujui bahwa publikasi ilmiah/~~kekayaan intelektual~~/PKM* yang akan dilakukan dan/atau diajukan oleh:

Nama : Muhammad Raisa Attansyah
NIM : 18112142
Prodi : PAI
Judul : POLA HIDUP SEHAT DAN RELEVANSINYA DENGAN IBADAH
PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM

adalah dijadikan sebagai pengganti tugas akhir mahasiswa yang bersangkutan.
Demikian surat persetujuan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, Juli 2023

Pembimbing I

Dr. Sigit Dwi Laksana, M.Pd.I
NIDN. 071001901

Pembimbing II

Lilis Sumaryanti, M.Pd
NIDN. 0712058601



Mengetahui,
Kepala Program Studi PAI

Dr. Ario Redho Syam, M.Pd.I
NIDN: 0713018806

PERSEMBAHAN

Aku Persembahkan Kepada:

Allah Azza Wa Jalla yang telah memberiku nikmat yang sangat besar

Kepada kedua orang tuaku, Ibu Kustantini Dewi Herawati dan Bapak Asis Riat Winanto yang terus memberi kasih sayang yang luar biasa, selalu memberi semangat dan motivasi, dan telah mendidikku untuk selalu menjadi orang yang beriman kepada Allah Azza Wa Jalla.

Untuk dosen pembimbing serta para dosen FAI yang telah membimbingku, dan telah banyak memberi banyak ilmu pengetahuan dari semester awal hingga akhir, sehingga dapat merubah diriku menjadi lebih baik dari sebelumnya sehingga aku bisa mengerti begitu berharganya hal yang disebut *effort*/usaha.

Kepada seseorang yang selalu memberikan semangat disaat diriku sedih, putus asa, dan ingin menyerah, yang menyempatkan hadir saat aku diujung jalan, serta yang selalu memberi perhatiannya kepadaku.

Kepada, Farhan sahabat se dari kecil sampai sekarang dan teman-teman grup Lontong dari SMA sampai sekarang, terimakasih atas *support* dan doanya selama ini.

Almamaterku

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah Azza Wa Jalla, tugas akhir dengan judul Pola Hidup Sehat dan Relevansinya Dengan Ibadah Perspektif Pendidikan Islam telah selesai. Penulis berharap hasil penelitian tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi masyarakat secara umum. Penulis menyadari banyak kekurangan dari tulisan ini, saran dan masukan dari pembaca sekaligus penulis buka selebar-lebarnya demi kebaikan penulis kedepan.

Tidak lupa penulis turut berterimakasih kepada beberapa pihak atas dukungan, dan partisipasinya sehingga tulisan ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya, penulis ucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo
2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
3. Kepala Progam Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
4. Dosen Pembimbing 1, bapak Sigit Dwi Laksana, M.Pd.I
5. Dosen Pembimbing 2, ibu Lilis Sumaryanti, M.Pd.
6. Teman-teman Prodi PAI 2018
7. Dan pihak-pihak lain yang tidak dapat disebut disini

Semoga hasil penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dan dapat bermanfaat kepada seluruh masyarakat untuk kedepannya.

Ponorogo, Juli 2023
Penyusun,

Muhammad Raisa Attansyah

DAFTAR ISI

COVER	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN AKHIR	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PENGGANTI TUGAS AKHIR MAHASISWA	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
ARTIKEL ILMIAH	62
1. ABSTRAK	62
2. PENDAHULUAN	63
3. DISKUSI DAN PEMBAHASAN	65
A. Pola Hidup Sehat dalam Diskursus Kajian Islam	65
B. Pendidikan Islam dan Orientasinya dalam Pola Hidup Sehat	67
C. Kebiasaan Pola Hidup Sehat dalam Pendidikan Islam	71
4. KESIMPULAN	72
5. REERENSI	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram Lingkaran

66

