

LEMBAR MUTABAHAH RAMADHAN 1428 H : MOMENTUM PERBAIKAN DIRI

Lembar 10 hari ke - _____

NO.	KEGIATAN	KETERANGAN	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	TOTAL	TARGET
1	Isya'	Petunjuk umum : V = ya X = tidak u/ no. 1, 3, 7, 10, 13, 14 : 1 = jamaah di masjid 2 = munfarid di masjid 3 = jamaah di rumah 4 = munfarid di rumah												Sholat jamaah di masjid 3 kali dalam 1 hari Sholat rawatib muakad : 4 kali dalam 1 hari Sholat Dhuha : 20 kali dalam 1 bulan Sholat tarawih: 22 kali dalam 1 bulan Sholat Qiyammul lail : 10 kali dalam 1 bulan Sholat witir : 22 kali dalam 1 bulan
2	Rawatib ba'da Isya'													
3	Tarawih													
4	Qiyamul Lail													
5	Witir													
6	Rawatib qabla Subuh													
7	Subuh													
8	Dhuha													
9	Rawatib qabla Dhuhur													
10	Dhuhur													
11	Rawatib ba'da Dhuhur													
12	Rawatib qabla Asar													
13	Asar													
14	Maghrib													
15	Rawatib ba'da Maghrib													
16	Tilawah	Angka = jml lbr ; x = tidak												11 lbr (1 hr) ; 1 x ktm (1 bln)
17	Tadabbur Ayat/Hadits	v = ya ; x = tidak												11 kali dalam 1 bulan
18	Hafalan Ayat/Hadits	v = ya ; x = tidak												9 kali dalam 1 bulan
19	Silatullah	v = ya ; x = tidak												8 kali dalam 1 bulan
20	Al Ma'tsurat pagi	v = ya ; x = tidak												13 kali dalam 1 bulan
21	Al Ma'tsurat sore	v = ya ; x = tidak												13 kali dalam 1 bulan
22	Baca buku Islam	v = ya ; x = tidak												11 kali dalam 1 bulan
23	Baca buku wajib *	Angka = jdl buku ; x = tidak												2 buku dalam 1 bulan
24	Seminar/Bedah buku/Kajian	v = ya ; x = tidak												3 kali dalam 1 bulan
25	Infak / Sedekah	v = ya ; x = tidak												14 kali dalam 1 bulan
26	Riyadhoh	v = ya ; x = tidak												10 kali dalam 1 bulan
27	Mabid di luar i'tikaf	v = ya ; x = tidak												2 kali dalam 1 bulan
28	Ifthor Jama'l	v = ya ; x = tidak												4 kali dalam 1 bulan
29	I'tikaf	v = ya ; x = tidak												3 kali dalam 1 bulan
30	Pekerjaan Rumah	v = ya ; x = tidak												14 kali dalam 1 bulan

* Judul Buku : 1. _____ , 2. _____ , 3. _____

