

5 Tips Semangat Kuliah Meski Sedang Puasa



Sumber Lifestyle-bisnis.com

SGDFighters, bagaimana puasa hari ketiganya masih semangat atau sudah mulai lemas, letih, kesemutan? Aduh, meski sedang menjalani ibadah puasa di Bulan Ramadan, aktivitas kuliah yang pada saat ini sedang daring harus tetap berjalan dengan lancar dan semangat. Jangan sampai ibadah puasa kamu justru membuat semangat kamu menurun atau sampai mengganggu aktivitas kuliah. Agar kamu bisa semangat dalam menjalani kuliah saat puasa, mimin ingin memberikan 5 tips biar kamu makin semangat kuliah meski sedang puasa. *Let's go* baca sampai akhir ya.

Jangan Begadang



Sumber Kompas.com

Pertama, bang roma irama dalam lirik lagunya berdendang '*begadang jangan begadang kalo tiada artinya.*' Jadi bestie jika sudah tidak ada lagi hal yang kamu kerjakan usai tadarus Al-quran dan sholat tarawih, alangkah lebih baiknya kamu segera untuk tidur dan mempersiapkan diri untuk sahur esok hari.

Sahur Tepat Waktu



Sumber Gaya tempo.com

Jangan lupa untuk pasang alarm untuk mengatur waktu sahur kamu, jangan sampai kamu bangun terlambat dan makan dengan terburu-buru, jadi sebelum tidur silakan atur alarm dengan strategi.

Konsumsi Makanan Sehat



Sumber Suara.com

Bestie, biasanya jika awal puasa pasti apapun akan dibeli semua makanan dari es sampai yang berminyak kita konsumsi, boleh sih tetapi kita tetap harus mengonsumsi makanan sehat dan memperbanyak minum air putih 2-4-2 gelas saat sahur dan berbuka selama bulan puasa, agar selama menjalani ibadah puasa, badan kamu tetap bugar dan fit sampai waktu berbuka tiba.

Manfaatkan waktu



Sumber Muslim.or.id

Nabi Muhammad bersabda dalam Hadist Riwayat Bukhari, Tirmidzi, dan Ibnu Majah ‘ ‘ *Dua Nikmat yang banyak manusia tertipu di dalam keduanya, yaitu nikmat sehat dan waktu luang* ’ ’. Jadi bestie kamu harus memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya daripada kamu beraktivitas tanpa tujuan atau berolahraga berlebihan, mari manfaatkan waktu untuk hal-hal bermakna seperti melakukan kegiatan positif.

Pilih *outfit* kuliah dengan nyaman



Sumber Axe.com

Terakhir bestie, walaupun kamu sedang melaksanakan kuliah daring tapi tetap saja masalah pakaian tetap harus diperhatikan dengan memilih pakaian yang nyaman dan sopan, agar kamu tetap bisa *happy* selama menjalani kegiatan kuliah selama bulan puasa.

Bagaimana SGDFighters sudah siap semangat dalam menjalani hari-hari selama bulan Ramadan? Itulah 5 Tips Semangat Kuliah Meski Sedang Puasa. Untuk mendapatkan artikel lainnya mengenai tips dan trik, kegiatan kampus, dan jurnal kamu bisa mengunjungi laman website di uinsgd.ac.id.