

**DAMPAK PUASA SUNNAH TERHADAP KECERDASAN SPIRITUAL SISWA
(Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah,
Kabupaten Aceh Besar)**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

**PUTRI SAYYIDAH
NIM. 180402061
Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2024 M /1445 H**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam**

Oleh

**PUTRI SAYYIDAH
NIM. 180402061**

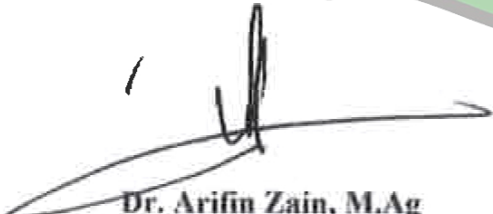
Disetujui oleh:

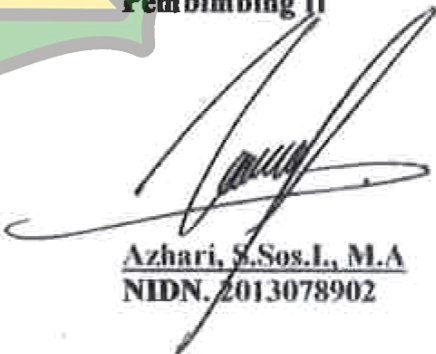
جامعة الرانيري

AR - RANIRY

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Arifin Zain, M.Ag
NIP. 196812251994021001


Azhari, S.Sos.L., M.A
NIDN. 2013078902

SKRIPSI

Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi Fakultas
Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
dan Dinyatakan Lulus serta Disahkan sebagai Tugas Akhir untuk
Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah


Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Diajukan Oleh:
PUTRI SAYYIDAH
NIM.180402061
Pada Hari/Tanggal


Jum'at, 19 Januari 2024 M
7 Rajab 1445 H

di
Darussalam – Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah

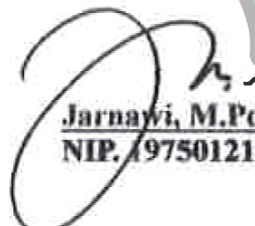
Ketua


Dr. Arifin Zain, M.Ag
NIP. 19682251994021001

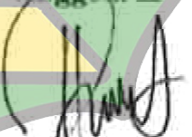
Sekretaris


Syaiful Indra, S.Pd., M.Pd
NIP. 199012152018011001


Anggota I



Jarnawi, M.Pd
NIP. 197501212006041003

Anggota II


Rofiq Duri, M.Pd
NIP. 199106512020121008

Mengetahui


Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry


Prof. Dr. Kusmayati Hatta, M.Pd
NIP. 196412201984122001

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya:

Nama : Putri Sayyidah
NIM : 180402061
Jenjang : Strata Satu (S-1)
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Banda Aceh, 19 Desember 2023

Yang Menyatakan,

جامعة الرانيري
AR - RANIRY
METERAL
TEMPEL

2DBAIX68B904834


Putri Sayyidah

180402061

ABSTRAK

Puasa sunnah Senin dan Kamis adalah salah satu program keagamaan di SMP IT Luqmanul Hakim yang diperuntukkan bagi seluruh siswa dan guru tanpa terkecuali. Kecerdasan spiritual sejatinya adalah kecerdasan yang paling penting dan utama yang nantinya mempengaruhi kecerdasan-kecerdasan lainnya, berbagai hal dapat dibentuk dari adanya kecerdasan spiritual seperti kedisiplinan, kesabaran, kejujuran, ketaatan beribadah, meningkatkan rasa cinta kepada Allah, dan sebaliknya apabila seseorang tidak memiliki kecerdasan spiritual maka cenderung tidak memiliki sikap kejujuran, kedisiplinan serta rasa cinta kepada Allah. Oleh karena itu kecerdasan spiritual menjadi bagian yang sangat penting dan harus ditingkatkan, salah satunya adalah dengan pelaksanaan puasa sunnah Senin Kamis. Puasa sunnah Senin Kamis memiliki dampak yang sangat signifikan terhadap kecerdasan spiritual, seperti membentuk sikap sabar, membentuk emosi yang stabil dan meningkatkan rasa percaya diri serta rasa cinta kepada Allah. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah *pertama*, untuk mengetahui faktor-faktor yang melatarbelakangi pihak sekolah menerapkan program pembiasaan puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim. *Kedua*, untuk menganalisis dampak puasa Senin Kamis terhadap kecerdasan spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim. *Ketiga*, untuk menemukan kendala dalam penerapan program puasa Senin dan Kamis terhadap kecerdasan spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim. Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*). Informan berjumlah 10 orang yang dipilih dengan Teknik *purposive sampling*. Adapun teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: *Pertama*, SMP IT Luqmanul Hakim menerapkan program puasa sunnah Senin Kamis dan merupakan sekolah Islam Terpadu, sehingga pihak sekolah ingin menerapkan berbagai program yang bernuansa Islami, serta ingin melahirkan siswa-siswa yang dapat mengikuti sunnah Nabi dan untuk membiasakan serta melatih siswa untuk berpuasa, sehingga siswa akan cenderung pada kebaikan dan meningkatnya kecerdasan spiritualnya. *Kedua*, Dampak puasa Senin dan Kamis terhadap kecerdasan spiritual siswa, yaitu: meningkatkan ketakwaan kepada Allah, meningkatkan kesabaran, melatih siswa untuk dapat mengontrol diri, mengontrol emosi, melatih kejujuran, menjadikan siswa lebih produktif, memiliki rasa kasih sayang terhadap sesama, membuat siswa disiplin salah satunya disiplin dalam pelaksanaan sholat, melatih fokus siswa, menjadikan siswa lebih tenang, serta menjadikan siswa takut untuk berbuat salah. *Ketiga*, Kendala yang didapati adalah, kesulitan anak dalam bangun sahur, namun itu dapat teratasi dengan bantuan orang tua dalam membangunkan siswa untuk sahur, dan siswa memasang alarm pada jam sahur.

Kata Kunci: Dampak, Puasa Senin Kamis, Kecerdasan Spiritual

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan anugerah, taufiq, serta hidayah-Nya kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"Dampak Puasa Sunnah Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa (Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec.Darul Imarah, Aceh Besar)"** dengan baik. Shalawat dan salam penulis sanjungkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad yang telah membawa umat manusia dari alam kebodohan menuju kealam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Alhamdulillah penulis telah selesai menyusun skripsi yang sangat sederhana ini untuk memenuhi dan melengkapi syarat-syarat guna memperoleh dan mencapai gelar sarjana pada prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Dalam penyelesaian penulis skripsi ini penulis menyadari adanya rintangan dan ujian, namun pada akhirnya selalu ada jalan kemudahan serta tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan penulisan demi kesempurnaan skripsi ini. Dengan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

Kedua orang tua saya tercinta ayahanda Syarifuddin dan Ibunda Warnidah Aprianingrum yang senantiasa mendoakan dan memberikan semangat serta tidak

lelah mendukung sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini. Kedua saudara saya, Tin Novriani Sabrina dan Muhammad Rizki Akbar serta Keluarga besar yang turut memberikan do'a, kepada saya dalam penulisan skripsi ini.

Ibu Prof Dr. Kusmawati Hatta, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry beserta Civitas Akademika Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry. Bapak Jarnawi, S. Ag, M.Pd. selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam beserta Civitas Akademika Prodi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah membantu serta memfasilitasi selama proses penyusunan skripsi ini sampai selesai.

Bapak Dr. Arifin Zain, M.Ag. selaku Penasehat Akademik (PA) yang telah memberikan bimbingan dan arahan dengan sepenuh hati dalam penentuan judul skripsi ini sampai selesai dan juga sebagai dosen pembimbing I, Bapak Azhari, S.Sos,I., MA, sebagai dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dengan sepenuh hati serta penuh kesabaran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Seluruh dosen yang telah memberikan bekal ilmu kepada penulis selama ini, kemudian kepada seluruh staff Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Sahabat-sahabat seperjuangan khususnya Siti Fatimah Azzahra, Riski Irayana, Sri Nurlatifah, Nurul Hasfrida, Annafiza Hayati, Liza Hanim, Namirah Andra Dwina dan Ulfi Rahmati yang telah membantu dan menemani penulis serta tidak hentinya memberikan dukungan, doa dan semangat di setiap keluhan agar penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, serta teman-teman mahasiswa Prodi BKI

angkatan 2018 yang samasama sedang berjuang dan saling memberi semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Pihak sekolah SMP IT Luqmanul Hakim Aceh Besar yang telah memberi izin kepada penulis untuk melakukan penelitian terhadap Siswa-Siswi di SMP IT Luqmanul Hakim dan juga partisipasi yang diberikan pihak sekolah dan juga Siswa-Siswi kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Tidak ada sesuatu yang sempurna di dunia ini, begitu pula penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan yang terdapat dalam skripsi ini dan perlu ditingkatkan lagi, oleh karena itu penulis berharap adanya kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan di masa yang akan datang. Penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya atas perhatian, bantuan, dukungan, pengorbanan, dan jasa-jasa yang telah diberikan dan penulis menyerahkan segalanya kepada Allah untuk membalasnya.



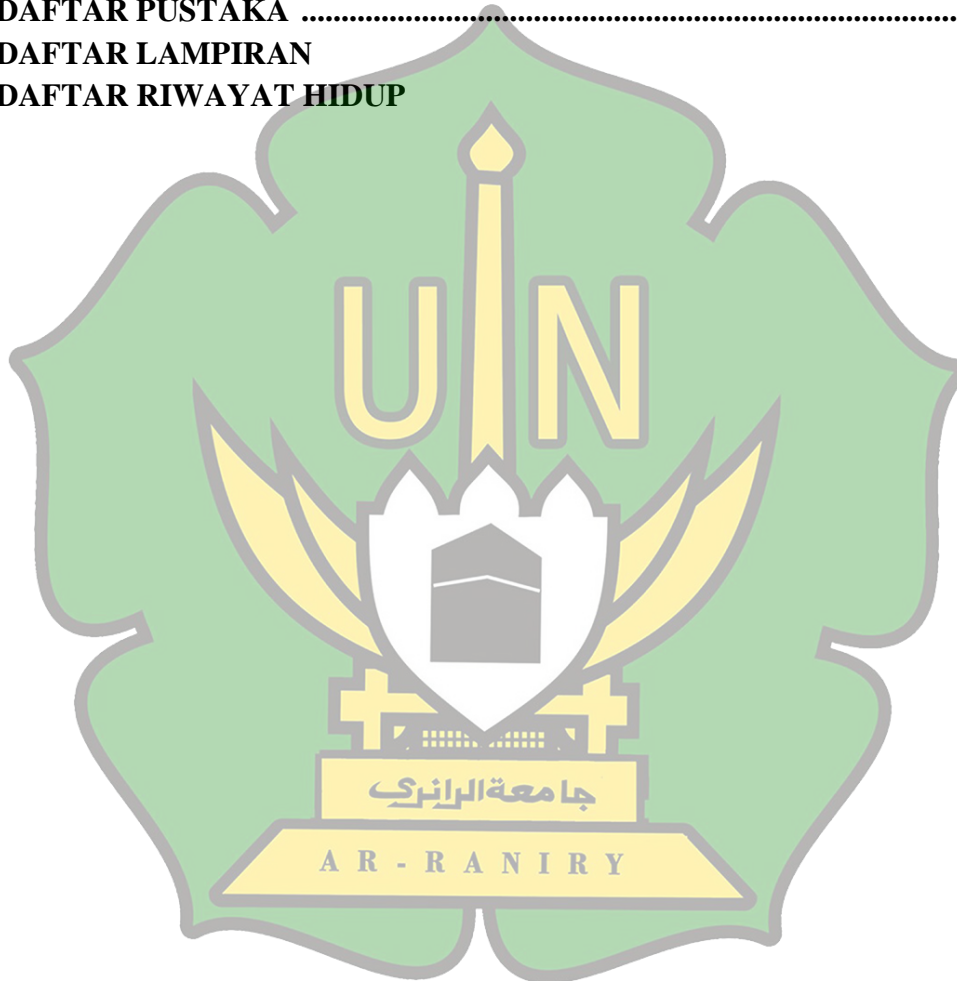
Banda Aceh, 19 Desember 2023
Penulis,
A R - R A N I R Y

Putri Sayyidah

DAFTAR ISI

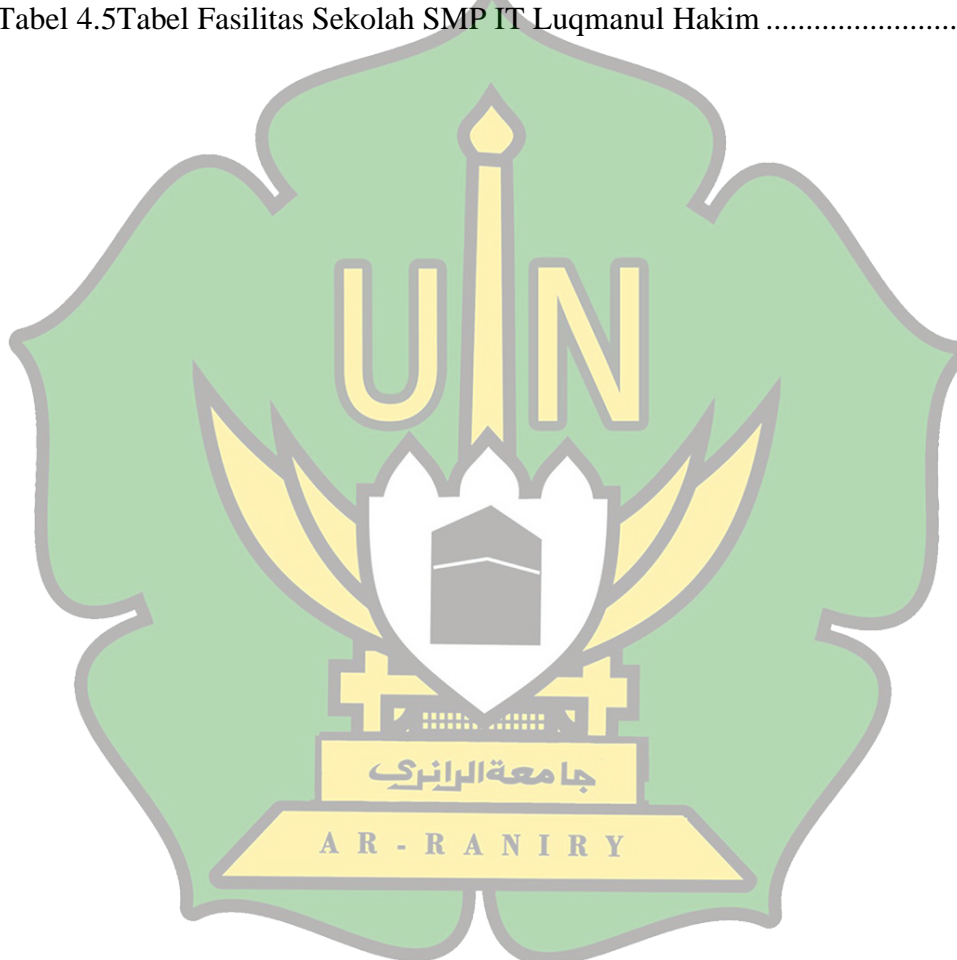
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
E. Definisi Operasional/Istilah Penelitian	11
BAB II KAJIAN TEORITIS	16
A. Penelitian Sebelumnya Yang Relevan	16
B. Konsep Puasa Sunnah Senin Kamis	21
1. Pengertian Puasa Sunnah Senin Kamis	21
2. Asbabul Wurud Puasa Sunat Senin dan Kamis	23
3. Manfaat Puasa Sunnah Senin Kamis	26
4. Keutamaan Puasa Sunnah Senin Kamis	29
5. Hikmah Puasa Sunnah Senin Kami	30
C. Konsep Kecerdasan Spiritual	35
1. Pengertian Kecerdasan Spiritual	35
2. Unsur-unsur Kecerdasan Spiritual	40
3. Ciri-ciri Kecerdasan Spiritual	43
4. Manfaat Kecerdasan Spiritual	45
5. Metode Meningkatkan Kecerdasan Spiritual	47
6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Spiritual	49
BAB III METODE PENELITIAN	53
A. Fokus dan Ruang Lingkup Penelitian	53
B. Pendekatan dan Metode Penelitian	53
C. Informan Penelitian	55
D. Teknik Pengumpulan Data	57
E. Teknik Analisis Data	60
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	62
A. Gambaran Umum Hasil Penelitian	62
B. Hasil Penelitian	70

C. Pembahasan Hasil Penelitian	85
BAB V PENUTUP.....	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	99
DAFTAR LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Struktur Kepemimpinan Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim	64
Tabel 4.2 Tentang Jumlah Personalia Pengurus SMP IT Luqmanul Hakim ...	65
Tabel 4.3 Daftar Nama Pegawai SMP IT Luqmanul Hakim Tahun Pelajaran 2023/2024	65
Tabel 4.4 Siswa/Siswi SMP IT Luqmanul Hakim	68
Tabel 4.5 Tabel Fasilitas Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim	69



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Islam amat istimewa hingga menjadikan seluruh kegiatan manusia sebagai ibadah apabila diniatkan dengan penuh ikhlas karena Allah demi mencapai keridhaan-Nya. Seluruh kehidupan manusia adalah medan amal dan persediaan bekal bagi para mukmin sebelum mereka kembali bertemu Allah di hari pembalasan nanti. Ruang lingkup ibadah sangat luas yaitu setiap apa yang dilakukan baik yang bersangkutan dengan individu maupun dengan masyarakat adalah ibadah menurut Islam asalkan memenuhi syarat-syarat tertentu.¹

Ibadah berasal dari bahasa Arab yaitu, *abada-ya'budu-abidun* berarti Budak. Berbicara hikmah ibadah, ia akan selalu segar, tumbuh, dan berkembang seiring dengan kemajuan zaman. Semakin maju zaman, maka semakin tersingkaplah hikmah-hikmah itu.²

Salah satu ibadah yang termasuk dalam ibadah wajib dan terdapat pula ibadah sunatnya adalah puasa. Puasa merupakan salah satu rukun Islam yang menjadi salah satu pilar penegak agama Islam. Tujuan utama disyariatkan ibadah puasa adalah agar kita bertaqwa kepada dan puasa juga merupakan sarana latihan untuk menahan hawa nafsu yang timbul dalam diri manusia.

¹ Faisal Ismail, *Pencerahan Spiritualitas Islam di Tengah Kemelut Zaman Edan*, (Yogyakarta: Titian Wacana, 2008), hal. 5.

² Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2003), hal. 2-3.

Puasa Ramadhan adalah ibadah yang dijalankan umat muslim saat bulan Ramadhan. Selain puasa Ramadhan yang wajib dilaksanakan, ada pula puasa sunnah yang dianjurkan untuk dilakukan di momen selain Ramadhan, yaitu puasa sunnah. Salah satu macam puasa sunnah yaitu puasa Senin Kamis, Rasulullah sangat sering melakukan puasa Senin Kamis, Abu Hurairah RA menceritakan:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ: أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَصُومُ الْإِسْنِينَ وَالْخَمِيسَ، فَقِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّكَ تَصُومُ الْإِسْنِينَ وَالْخَمِيسَ فَقَالَ: إِنَّ يَوْمَ الْإِسْنِينَ وَالْخَمِيسِ يَعْفُرُ اللَّهُ فِيهِمَا لِكُلِّ مُسْلِمٍ إِلَّا الْمُهْتَجِرِينَ يُقُولُ دَعُومًا حَتَّى يَصْطَلِحَا

Artinya: *Dari Abu Hurairah, bahwa Nabi SAW selalu berpuasa Senin Kamis, lalu ditanyakan Wahai Rasulullah sesungguhnya engkau selalu berpuasa Senin Kamis! Beliau menjawab "sesungguhnya hari Senin dan Kamis adalah dua hari di mana Allah mengampuni setiap muslim, kecuali dari orang yang saling bertengkar, Allah berfirman tinggalkan keduanya hingga keduanya berdamai. (HR. Ibnu Majah).³*

Puasa hari Senin dan Kamis memberikan dampak yang sangat luar biasa, dimana dalam hadist Rasulullah dijelaskan bahwa ada dua hari dimana Allah mengampuni setiap muslim pada hari Senin dan Kamis. Tidak hanya itu, puasa Senin dan Kamis juga mempunyai manfaat yang begitu besar. Puasa juga berpengaruh terhadap aspek kejiwaan, sosial, serta kesehatan. Secara kejiwaan, puasa dapat memberikan kesabaran, menguatkan kemauan, mengajari dan membantu bagaimana menguasai diri, serta mewujudkan dan membentuk

³ Muhammad Nasiruddin Al-Abani, *Shahih Sunan Ibnu Majah*, (Jakarta : Pustaka Azzam, 2007), hal. 114.

ketakwaan yang kuat dalam diri, Dari aspek sosial, terdapat manfaat bahwa dengan berpuasa sunat, berarti kita melatih diri untuk disiplin, bersatu, cinta keadilan, serta menimbulkan perasaan kasih.⁴

Para ulama banyak memberikan uraian tentang hikmah berpuasa, misalnya: untuk mempertinggi budi pekerti, menimbulkan kesadaran dan kasih sayang terhadap orang-orang miskin, orang-orang lemah yang tidak mampu memenuhi kebutuhan hidupnya, melatih jiwa dan jasmani, menambah kesehatan dan lain sebagainya. Di samping hikmah spiritual-edukatif, puasa juga memiliki manfaat secara medis. Antara lain, bahwa puasa bisa menjadi terapi berbagai macam jenis penyakit seperti darah tinggi, penyempitan pembuluh nadi (*arterios klerosis*), penyakit lemah jantung dan diabetes. Puasa mampu memperbaiki sistem pencernaan, mencegah infeksi persendian dan memberi kesempatan pada jaringan tubuh untuk istirahat, melenyapkan sisa-sisa organik yang berbahaya bagi tubuh dan memberikan perlindungan pada tubuh dari berbagai jenis penyakit lain.⁵

Setelah diteliti dan diamati dari data normatif agama yang valid dan fakta-fakta empiris, ditemukan bahwa puasa mengandung hikmah bagi kesehatan fisik sekaligus kesehatan psikis manusia. Secara kejiwaan, sikap takwa sebagai buah puasa, mendorong manusia mampu berkarakter ketuhanan (Rabbani).⁶

⁴ Nur Solikhin, *Buku Pintar Puasa Wajib dan Sunnah*, (Yogyakarta: Kaktus, 2018), hal. 30.

⁵ Syaikh Muhammad Abdul Athi Buhairi, *Tafsir Ayat-Ayat Ya Ayyuhal-ladzina Amanu*, (Jakarta Timur: Pustaka Al-Kautsar, 2005) hal. 69.

⁶ Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*,..., hal. 2-3.

Dengan berpuasa, seseorang dapat membentuk kecerdasan spiritual . Hal ini karena puasa memiliki efek dahsyat bagi tubuh, khususnya yang berhubungan dengan kecerdasan spiritual dan kecerdasan spiritual sejatinya adalah kecerdasan yang paling penting dan utama yang nantinya mempengaruhi kecerdasan-kecerdasan lainnya. Hal inilah yang kemudian membuat puasa mampu meningkatkan atau melejitkan kecerdasan spiritual.

Salah satu manfaat puasa yang berhubungan dengan meningkatnya kecerdasan spiritual adalah dapat memunculkan rasa cinta kepada Allah yang merupakan bentuk kecerdasan spiritual. Tidak hanya itu, orang yang berpuasa juga akan memiliki pikiran atau kemampuan mengelola dirinya menjadi lebih jernih dan terarah. Dengan berpuasa, kecenderungan melakukan ibadah-ibadah lain juga turut meningkat. Bahkan, tidak jarang puasa dijadikan momentum untuk mulai berubah secara spiritual, seperti membiasakan diri mulai sholat, berjilbab, bersedekah dan lain-lain. Jadi, sudah jelas bahwa kecerdasan spiritual itu akan meningkat saat seseorang berpuasa.⁷

Menurut Robert A. Emmons, yang dikutip oleh Jalaludin Rahmat dalam buku Abdul Wahab mengatakan 5 kriteria kecerdasan spiritual sebagai berikut:

1. Kemampuan untuk mentransendesikan yang fisik dan material.
2. Kemampuan untuk mengalami tingkat kesadaran yang memuncak.
3. Kemampuan untuk mensakralkan pengalaman sehari-hari.

⁷ Rizem Aizid, *Ibadah Para Juara*, (Yogyakarta: Sabil, 2016), hal. 83-87.

4. Kemampuan untuk menggunakan sumber-sumber spiritual untuk menyelesaikan masalah.
5. Kemampuan berbuat baik.⁸

Orang-orang dapat dikatakan memiliki kecerdasan spiritual dalam dirinya apabila mampu mengelola diri dengan baik, baik itu pada kebutuhan duniawi maupun kebutuhan akhirat, ia sadar akan esensi dirinya sebagai seorang hamba. Selanjutnya kecerdasan spiritual dapat ditunjukkan dari cara bersikap dan merespon lingkungan sekitar, bahwa segala sesuatu harus disandarkan kepada Tuhan dalam segala aktivitas kehidupan untuk mendapatkan suasana ibadah dalam aktivitas manusia.

Pada dasarnya setiap manusia telah memiliki kecerdasan spiritual yang dibawanya sejak lahir, untuk mengembangkan kemampuan ini pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting.⁹ Oleh sebab itu untuk melahirkan manusia yang mempunyai kecerdasan spiritual yang tinggi, dibutuhkan pendidikan yang tidak hanya memperhatikan pengembangan aspek kognitif saja, melainkan sekaligus aspek kecerdasan spiritual juga. Dengan demikian lahirlah lembaga pendidikan manusia yang benar-benar utuh. Masih jarang sekali lembaga pendidikan khususnya sekolah yang benar-benar memperhatikan ranah ini, kebanyakan sekolah hanya memperhatikan ranah kognitif yang cenderung dianggap sebagai tolak ukur keberhasilan suatu

⁸ Abd. Wahab Dan Umiarso, *Kepemimpinan Pendidikan Dan Kecerdasan Spiritual*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), hal.223.

⁹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010), hal.175.

lembaga pendidikan. Melihat pentingnya kecerdasan spiritual dalam proses pendidikan maka sekolah mempunyai program puasa sunat yang dilakukan pada hari senin kamis yang dirancang oleh pihak sekolah dikoordinator oleh kepala sekolah dan para stafnya yang diikuti oleh seluruh para Siswa/Siswi.

Berdasarkan observasi awal di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kab Aceh Besar pada hari Selasa 22 Februari 2022 jam 12 siang, peneliti melihat bahwa pihak sekolah membuat peraturan puasa Senin dan Kamis kepada seluruh masyarakat sekolah. Anjuran ini dikuatkan dengan peraturan tertulis di mana puasa Senin Kamis sudah menjadi anjuran bagi para Siswa/Siswi untuk melaksanakannya. Puasa sunnah yang diwajibkan bagi para masyarakat sekolah termasuk Siswa adalah puasa sunat hari Senin, sedangkan puasa sunnah hari Kamis tidak diwajibkan, melainkan hanya sekedar anjuran saja.

Sistem penerapan puasa sunnah Senin dan Kamis di sekolah SMP IT Luqmanul Hakim sangat ketat karena pihak sekolah selalu mengingatkan setiap malam Senin dan malam Kamis pada wali murid untuk menyuruh Siswa melakukan puasa sunnah dengan cara menyebarkan informasi melalui WA (Whattshap Mesengger). Puasa sunnah Senin Kamis yang dilakukan di SMP IT Luqmanul Hakim mempunyai tujuan untuk membentuk karakter Siswa sesuai dengan cerminan seorang muslim yang didukung dengan adanya kurikulum yang ditetapkan untuk sekolah Islam terpadu. Agar pelaksanaan puasa sunnah hari Senin dan Kamis berjalan lancar, pihak sekolah juga

melarang Siswa untuk membawa bekal dari rumah serta kantin dan koperasi sekolah diwajibkan tutup pada hari Senin dan Kamis.

Dalam pelaksanaan puasa sunnah Senin dan Kamis, pihak sekolah meminta bantuan serta kerjasama dengan orang tua dan keluarga siswa untuk melakukan pemantauan terhadap Siswa. Dalam mendukung terlaksananya program puasa sunnah Senin dan Kamis dengan baik, pihak sekolah juga memberikan sanksi bagi siswa yang tidak melaksanakan puasa sunnah hari Senin, yaitu sanksi menulis ayat-ayat Al-Qur'an, sedangkan untuk puasa sunnah hari Kamis, pihak sekolah tidak memberikan sanksi, karena puasa sunnah hari Kamis bukanlah anjuran wajib melainkan hanya sekedar anjuran tanpa adanya sanksi bagi yang melanggarnya.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti pada 22 Februari 2022 dengan wakil kepala sekolah, bidang kelembagaan, bahwa Siswa yang melaksanakan puasa Senin dan Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim masih melakukan pelanggaran-pelanggaran terhadap peraturan. Padahal salah satu dari hikmah berpuasa adalah menghindari perilakunya dari berbagai penyimpangan. Pelanggaran terhadap kecerdasan spiritual, seperti:

1. Masih ada Santri yang belum bisa menjaga diri dari berkata kotor
2. Masih ada Santri yang belum bisa menguasai diri ketika marah
3. Masih ada Santri yang kurang sadar dengan apa yang dilakukan
4. Masih ada Santri yang kurang peduli kepada lingkungan sekitarnya
5. Masih ada Santri yang tidak memperdulikan nasihat para Ustadz dan Ustadzah

6. Masih ada Santri yang mengeluh atas kurang berhasil dalam mengerjakan suatu hal.

Dengan demikian fenomena-fenomena tersebut menunjukkan pelaksanaan puasa Senin dan Kamis seharusnya memberi perubahan dan peningkatan terhadap kecerdasan spiritual. Namun, apakah puasa yang dilakukan oleh siswa di SMP IT Luqmanul Hakim ini benar-benar berkualitas dan berpengaruh terhadap kecerdasan spiritual serta menjadi perisai dari berbagai penyimpangan dan menjadi pengendali bagi arus perkembangan zaman.

Dari latar belakang masalah tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan pembuktian melalui penelitian yang berjudul **“DAMPAK PUASA SUNNAH TERHADAP KECERDASAN SPIRITUAL SISWA (Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar)”**.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana latarbelakang pihak sekolah dalam menerapkan program pembiasaan puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim?
2. Bagaimana dampak puasa Senin Kamis terhadap kecerdasan spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim?
3. Apa saja kendala-kendala dalam penerapan program puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui faktor-faktor yang melatarbelakangi pihak sekolah menerapkan program pembiasaan puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim
2. Untuk menganalisis dampak puasa Senin Kamis terhadap kecerdasan spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim
3. Untuk menemukan kendala dalam penerapan program puasa Senin Kamis terhadap kecerdasan spiritual di SMP IT Luqmanul Hakim

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis
 - a. Dapat memperkaya khazanah ilmu pengetahuan secara umum, khususnya terkait puasa sunnat Senin dan Kamis sekaligus terkait kecerdasan spiritual, bagi para pembaca maupun bagi para penulis.
 - b. Dapat memperkaya penelitian dalam bidang konseling yang kemudian dapat dijadikan bahan sekaligus rujukan bagi peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini sangatlah penting karena berangkat dari alasan pemilihan judul tersebut yang menjadi keinginan peneliti akan terjawab. Peneliti berharap mampu memberi gambaran

terhadap para siswa terkait program puasa sunat Senin dan Kamis akan menambah kecerdasan spiritual. Diharapkan penelitian ini dapat dibaca oleh seluruh pihak yang memerlukan rujukan atau referensi terkait serta dapat menjadi pengetahuan bagi penulis sendiri.

b. Bagi Sekolah

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah koleksi kepustakaan bagi sekolah sehingga dapat menambah pengetahuan bagi seluruh pihak di sekolah serta penelitian ini diharapkan mampu menjadi dorongan agar program puasa Senin dan Kamis terus terlaksana dengan baik di sekolah.

c. Bagi Siswa

Dengan penelitian ini diharapkan siswa mampu mengetahui dan memahami mengenai puasa sunnah Senin dan Kamis serta dampaknya terhadap kecerdasan spiritual, sehingga para Siswa lebih giat lagi dalam melaksanakan puasa sunnahnya dan mempunyai rasa kepedulian lagi kepada sesama makhluk. Kemudian penelitian ini dapat menjadi rujukan atau materi tambahan bagi siswa sehingga dapat memperkaya pengetahuan.

d. Bagi Prodi Bimbingan dan Konseling

Dapat menambah bahan bacaan dan referensi di perpustakaan dan dapat menjadi bahan informasi tentang dampak puasa sunnah terhadap kecerdasan spiritual Siswa.

e. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai informasi awal untuk mengadakan penelitian lebih lanjut.

E. Definisi Operasional/Istilah Penelitian

1. Dampak

Pengertian dampak menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah benturan, pengaruh yang mendatangkan akibat baik positif maupun negatif.¹⁰ Definisi lainnya bahwa dampak yaitu melanggar memburuk atau membentur.¹¹

Dampak dibagi kedalam dua pengertian yaitu:

- a. Dampak Positif, adalah keinginan untuk membujuk, menyakinkan, mempengaruhi atau memberikan kesan kepada orang lain, dengan tujuan agar mereka mengikuti atau mendukung keinginannya.

¹⁰ Suharno dan Retnoningsih, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Semarang: Widya Karya, 2014), hal. 243.

¹¹ W.J.S. Poer Wadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia, Departemen Pendidikan Nasional*, edisi ke 3, (Jakarta: Balai Pustaka, 2007), hal. 261.

- b. Dampak Negatif, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia dampak negatif adalah pengaruh kuat yang mendatangkan akibat negatif. Dampak negatif merupakan keinginan untuk membujuk, meyakinkan, mempengaruhi atau memberi kesan kepada orang lain, dengan tujuan agar mereka mengikuti atau mendukung keinginannya yang buruk dan menimbulkan akibat tertentu.¹²

Jadi dapat disimpulkan bahwa dampak adalah segala sesuatu yang timbul berupa benturan dan pengaruh akibat adanya suatu hal dan menghasilkan perubahan yang berpengaruh positif ataupun negatif terhadap kelangsungan hidup. Pengaruh positif berarti menunjukkan perubahan ke arah yang lebih baik, sedangkan pengaruh negatif berarti menunjukkan perubahan ke arah yang lebih buruk dan mendatangkan akibat negatif.

2. Puasa Sunnah جامعة الرانري

Puasa adalah salah satu ibadah umat Islam yang berarti menahan diri dari segala sesuatu yang membatalkan diri dari segala sesuatu yang membatalkan puasa, yang berupa memperturutkan syahwat, perut dan farji (kemaluan), sejak terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari dengan niat khusus.¹³ Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Puasa

¹² Suharno dan Ana Retnoningsih, Kamus Besar Bahasa Indonesia,...., hal. 243.

¹³ Sri Suhandjati Sukri, *Ensiklopedi Islam dan Perempuan*, (Bandung: Penerbit Nuansa, 2009), h. 310.

adalah tidak makan dan tidak minum dengan sengaja, sedangkan puasa sunnah adalah puasa yang tidak diwajibkan.¹⁴ Puasa sunnah merupakan amalan yang dapat melengkapi kekurangan amalan wajib. Selain itu pula puasa sunnah dapat meningkatkan derajat seseorang menjadi wali Allah yang terdepan. Lewat amalan sunnah inilah seseorang akan mudah mendapatkan cinta Allah.¹⁵

Salah satu puasa sunnah adalah puasa Senin dan Kamis, menurut Muhammad Fuad Abdul Baqi, Puasa Senin dan Kamis adalah puasa yang dilakukan pada hari Senin dan Kamis. Secara khusus, puasa ini dinyatakan Rasulullah SAW dalam sebuah hadits yang diriwayatkan Muslim dan Tirmidzi berikut : *“Abu Qatadah r.a berkata, pernah Rasulullah SAW ditanya puasa pada hari senin. Jawabnya: “Hari itu saya dilahirkan dan dihari itu saya diutus serta Al-Qur’an diturunkan kepadaku”.* (HR.Muslim).¹⁶

Jadi dapat disimpulkan bahwa puasa sunnah adalah puasa yang tidak diwajibkan melainkan puasa yang dijalankan selain puasa wajib, yaitu puasa Ramadhan. Puasa sunnah adalah amalan yang dapat melengkapi kekurangan amalan wajib yang dapat meningkatkan derajat kecintaan kita

¹⁴ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hal. 1221.

¹⁵ Siti Nur Aidah, *Panduan Praktis Menjalankan Puasa Sunnah*, (Yogyakarta: KMB Indonesia, 2021), hal. 3.

¹⁶ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Shahih Muslim Jilid 2* (Jakarta: Pustaka As-Sunnah, 2010), hal. 407.

kepada Allah, salah satu puasa sunnah adalah puasa sunnah yang dilakukan pada hari Senin dan Kamis.

3. Kecerdasan Spiritual

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia kecerdasan adalah ketajaman berpikir.¹⁷ Menurut Daryanto kecerdasan adalah kesempurnaan perkembangan akal budi. Kecerdasan adalah kemampuan seseorang untuk memecahkan masalah yang dihadapi, dalam hal ini adalah masalah yang menuntut kemampuan fikiran.¹⁸ Kecerdasan dalam perspektif psikologi pendidikan, dianggap sebagai kemampuan mental terhadap suatu persoalan, secara umum kecerdasan menurut psikologi pendidikan adalah kemampuan mental seseorang untuk merespon dan menyelesaikan problem dari hal-hal yang bersifat kuantitatif dan fenomenal.¹⁹

Sedangkan spiritual, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, diartikan dengan sesuatu yang berhubungan dengan atau bersifat kejiwaan (rohani dan batin).²⁰ Dalam kamus psikologi spirit adalah suatu zat atau makhluk immaterial, biasanya bersifat ketuhanan menurut aslinya, yang diberi sifat dari banyak ciri karakteristik manusia, kekuatan, tenaga.²¹

¹⁷ Departemen pendidikan Nasional, Kamus Besar Bahasa Indonesia, ..., hal. 1221.

¹⁸ Daryanto, Kamus Bahasa Indonesia Lengkap, (Surabaya : Apollo, 2006), hal. 141

¹⁹ Suharsono, Melejitkan IQ, IE, IS. Cet. I. (Depok : Inisiasi Press, 2004), hal. 4.

²⁰ Departemen pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, ..., hal. 1503.

²¹ J.P. Chaplin, Kamus Lengkap Psikologi, (Jakarta : Rajawali Pers, cet. Ke-1, 1989) hal.480.

Menurut Mimi Doe dan Marsha Walch Spiritual adalah sesuatu yang memberikan arah dan arti bagi kehidupan manusia tentang kepercayaan tentang adanya kekuatan non-fisik yang lebih besar dari pada kekuatan manusia.²² Menurut Danah Zohar dan Ian Marshal kecerdasan spiritual adalah kecerdasan jiwa. Ia adalah kecerdasan yang dapat membantu kita menyembuhkan dan membangun diri kita secara utuh. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang berada di bagian diri yang dalam, berhubungan dengan kearifan di luar ego atau pikiran sadar.²³

Jadi kecerdasan spiritual adalah kecerdasan seorang individu yang berhubungan dengan kejiwaan yakni rohani dan batin yang dapat membantu individu dalam membangun diri dengan baik dan mampu mengelola ego dengan baik pula, serta dengan adanya kecerdasan spiritual maka individu akan mampu merespon dan menyelesaikan masalah yang ada.



²² Mimi Doe & Marsha Walch, 10 Prinsip Spiritual Parenting : Bagaimana Menumbuhkan Dan Merawat Sukma Anak Anda. (Bandung : Kaifa, 2001), hal.20.

²³ Danah Zohar dan Ian Marshal, *SQ - Kecerdasan Spiritual*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2007), hal. 8.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Sebelumnya Yang Relevan

Dalam bagian ini, peneliti mencantumkan penelitian yang telah dilakukan oleh pihak lain yang relevan dengan penelitian ini sebagai bahan rujukan pendukung, pelengkap serta pembanding dalam menyusun skripsi dan mengembangkan materi yang ada dalam penelitian yang akan diteliti. Setelah melakukan tinjauan pustaka pada penelitian terdahulu, ditemukan beberapa penelitian yang berkaitan dengan Dampak Puasa Sunnah Terhadap Kecerdasan Spiritual. Berikut ini adalah penelitian yang relevan yaitu:

1. Penelitian pertama ditulis oleh Renitha Aprilia Mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh tahun 2019 dengan judul “*Urgensi Pembiasaan Puasa Sunnah Senin Kamis Dalam Pembentukan Karakter Islami Siswa (Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar)*”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan dalam mengumpulkan data menggunakan metode observasi, wawancara, angket dan dokumentasi. Adapun teknik analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pentingnya Pembiasaan Puasa Sunnah Senin Kamis Dalam Pembentukan Karakter Islami Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim Aceh Besar.

Adapun hasil penelitian ini yaitu,

a. Program pembiasaan puasa sunnah Senin Kamis sangat bagus diterapkan pada peserta didik atau Siswa karena memberikan pengaruh yang besar bagi pembentukan karakter islami anak. Walaupun program ini belum mencapai yang di harapkan secara keseluruhan (100%), amalan ini merupakan amalan sunat yang memberikan banyak kebaikan pada kehidupan di dunia maupun di akhirat.

b. Program puasa sunnah Senin Kamis ini menunjukkan perubahan positif terhadap karakter siswa SMP IT Luqmanul Hakim dari seluruh aspek yang mencakup karakter seperti kedisiplinan, mempunyai rasa sosial, peduli antara sesama dan kejujuran yang mulai terbangun. Dalam aspek fisik mereka tetap sehat dan semangat dalam beraktifitas pada jam pelajaran maupun di luar jam pembelajaran.¹

Persamaan di antara penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu sama-sama melakukan penelitian di lokasi yang sama dan sama-sama terfokus pada program keagamaan yaitu puasa sunnah Senin Kamis. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu penelitian ini lebih fokus pada pada pembentukan karakter

¹ Renitha Aprilia, *Urgensi Pembiasaan Puasa Sunnah Senin Kamis Dalam Pembentukan Karakter Islami Siswa (Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar, Skripsi, (Program Studi S1 Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh), 2019.*

Islami Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim Aceh Besar sedangkan penelitian penulis lakukan adalah melihat bagaimana dampak puasa sunnah terhadap kecerdasan spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim Aceh Besar.

2. Penelitian kedua yang ditulis oleh Vera Okta Vunna Mahasiswi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, tahun 2022, dengan judul "*Peran Musyrifah Dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Siswi Boarding (di SMP Al-Fityan School Aceh)*". Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan dalam mengumpulkan data menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran musyrifah dalam mengembangkan kecerdasan spiritual Siswi dan untuk mengetahui kendala dan solusi yang dihadapi musyrifah dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswi boarding di SMP IT Al-Fityan School Aceh.

Hasil penelitian ini adalah musyrifah memiliki peran penting dalam mengembangkan kecerdasan spiritual Siswi boarding di asrama Al-Fityan School Aceh. Sebab musyrifahlah yang banyak menghabiskan waktu bersama para Siswi dan musyrifah sudah seperti orang tua kedua bagi para Siswi boarding dan kendala yang dihadapi musyrifah dalam mengembangkan kecerdasan spiritual

Siswi boarding adalah kurangnya dukungan dari orang tua dan kurangnya kesadaran dari Siswi boarding. Adapun solusi yang diberikan musyrifah ialah adanya buku jurnal yang harus diisi oleh Siswi boarding ketika pulang ke rumah, sehingga ketika mereka kembali ke asrama maka jurnal tersebut akan di evaluasi.²

Persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu sama-sama menggunakan penelitian kualitatif dan sama-sama terfokus kepada kecerdasan spiritual. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu baik dari segi lokasi penelitian dan fokus penelitian meskipun penelitian di atas mengenai peran Musyrifah sedangkan penulis yaitu dampak puasa sunat terhadap kecerdasan spiritual.

3. Penelitian ketiga oleh Yulia Citra mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh 2022, dengan judul "*Konsep Shaum Dalam Konteks Al-Qur'an Untuk Membentuk Kepribadian Muslim*". Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ibadah shaum dalam konteks al-Qur'an, untuk mengetahui manfaat shaum dalam pembentukan kepribadian muslim berdasarkan ayat-ayat dalam al-Qur'an. Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian

² Vera Okta Vunna, *Peran Musyrifah Dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Siswi Boarding (di SMP Al-Fityan School Aceh)*, Skripsi, (Program Studi S1 Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh), 2022.

pustaka (library research) dengan menggunakan metode (content analisis), terhadap literatur yang sesuai dengan menggunakan pendekatan tafsir Ibnu Katsir, tafsir Al-Manar, tafsir Muyassar, tafsir al-Misbah oleh Quraisy shihab.

Dalam hasil penelitian dan pembahasan, penulis membahas mengenai ayat-ayat yang terkait Ibadah shaum yang terdapat dalam surah Al-Baqarah ayat 183, orang yang shaum memperoleh kepribadian yang mematuhi syariat atau aturan-aturan, tanggung jawab, suka rela dan renda hati dalam mengerjakan kebaikan, ikhlas dan saling berbagi terdapat dalam surah Al-Baqarah ayat 184. Shaim memperoleh kepribadian muslim untuk bersyukur atas kenikmatan, hidayah berupa terbuka hati dan lapang dada, taufik membentuk kepribadian sesuai atau kemampuan untuk melaksanakan hidayah, dan terus berusaha terdapat dalam surah Al-Baqarah ayat 185, dan shaim memperoleh kepribadian muslim yang mematuhi peraturan-peraturan, batasan-batasan yang dapat terhindar dari perbuatan-perbuatan tercelah, sehingga membentuk kepribadian yang bertakwa, ikhlas hati, disiplin, mawas diri, amanah, jujur, tidak mengharap balasan, takut dan malu semata-mata karena merasa dalam pengawasan Allah swt terdapat dalam surah Al-Baqarah ayat 187.³

³ Yulia Citra, *Konsep Shaum Dalam Konteks Al-Qur'an Untuk Membentuk Kepribadian Muslim*, Skripsi, (Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh), 2022.

Persamaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu sama-sama membahas mengenai ibadah puasa, meskipun penelitian penulis lebih spesifik terhadap salah satu puasa sunat, yaitu puasa Senin dan Kamis, selanjutnya sama-sama dilakukan oleh mahasiswa Prodi BKI UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu penelitian ini merupakan penelitian pustaka dengan metode content analysis, sedangkan penulis menggunakan penelitian lapangan dengan metode kualitatif.

Dengan mengetahui persamaan dan perbedaan dengan penelitian-penelitian terdahulu, maka peneliti berpendapat bahwa penelitian layak untuk dilakukan karena berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

B. Konsep Puasa Sunnah Senin Kamis

1. Pengertian Puasa Sunnah Senin Kamis

Puasa sunat terdiri dari dua kata yaitu, puasa dan sunnah. Dalam kamus Bahasa Indonesia, puasa diartikan dengan tidak makan dan tidak minum dengan sengaja, sedangkan puasa sunnah adalah puasa yang tidak diwajibkan.⁴ Sedangkan puasa (*saum*) menurut istilah adalah menahan diri dari sesuatu yang membatalkannya, satu hari lamanya, mulai dari terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari dengan niat dan beberapa syarat.⁵

⁴ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*,..., hal. 1221.

⁵ Beni Kurniawan, *Pendidikan Agama Islam Untuk Perguruan Tinggi*, (Jakarta: Grasindo, 2008), hal.45.

Sunat adalah apabila dikerjakan mendapat pahala dan apabila ditinggalkan tidak mendapat dosa. Mengacu pada pengertian puasa sebagaimana dijelaskan sebelumnya, maka Puasa Senin Kamis adalah puasa yang dilakukan pada hari Senin dan Kamis saja. Hukum dari puasa Senin Kamis ini adalah sunat, di mana tidak ada kewajiban dan paksaan untuk menjalankannya. Pelaksanaan puasa Senin Kamis mirip dengan puasa lainnya, tata cara pelaksanaan puasa sunnah, baik syarat, rukun, maupun yang membatalkannya sama seperti puasa wajib, hanya saja dilakukan pada hari Senin dan Kamis saja, tidak boleh di hari lain.⁶

Puasa sunnah Senin dan Kamis memiliki banyak manfaat baik dari segi kesehatan tubuh, kesehatan mental sampai perilaku spiritual pelakunya. Menurut Ibnu Qoyyim Al-Jauziyah yang dikutip dari kitab Ridwan Malik dalam bukunya yang berjudul barokah puasa sunnah Senin dan Kamis dijelaskan bahwa puasa sangat efektif memberikan perlindungan tubuh luar maupun dalam. Dengan berpuasa maka tubuh dapat mencegah kerusakan akibat timbunan materi yang sudah busuk, menetralisasi racun dan bakteri serta mencegah perkembangan penyakit akibat makan berlebihan.⁷

Puasa pada hari Senin dan Kamis adalah salah satu puasa sunnah yang sangat dianjurkan. Cara melaksanakan puasa sunat ini tidak berbeda dengan puasa-puasa lainnya. Pelaksanaan puasa ini akan jauh lebih sempurna jika

⁶ Rizem Aizid, *Super Jenius Dengan Puasa Senin Kamis*, (Yogyakarta: Safira, 2015), hal. 18-19.

⁷ Ridwan Malik, *Barokah Puasa Senin Kamis*, (Jakarta: Kuta Bina, 2008), hal. 7.

dilaksanakan dua-duanya. Meskipun demikian, tidak berarti bahwa orang yang hanya melakukan salah satunya tidak mendapatkan pahala dari puasa yang dilaksanakannya. Sementara itu, dari sisi niat, pelaksanaan puasa sunnah Senin dan Kamis harus menggunakan niat yang terpisah. Artinya, tidak bisa berniat untuk melaksanakan puasa sunnah Senin dan Kamis sekaligus. Jika akan berpuasa pada hari Senin maka niatnya pun harus niat puasa hari Senin, begitu pula sebaliknya. Niat untuk berpuasa sunnah Senin dan Kamis dapat dilakukan, meskipun sudah tengah hari.⁸

Jadi, puasa sunnah Senin dan Kamis adalah puasa sunnah yang pengerjaannya hanya pada hari Senin dan Kamis, dengan hukum pelaksanaannya tidak wajib atau sunat dilakukan oleh umat Islam. Apabila dikerjakan amalan tersebut maka akan mendapatkan pahala yang akan menutupi kekurangan amalan wajib dan mengikis dosa jika yang melaksanakannya ikhlas karena Allah dan apabila tidak dikerjakan maka tidak mendapat dosa.

2. Asbabul Wurud Puasa Sunnah Senin dan Kamis

Pelaksanaan puasa Senin dan Kamis hukumnya adalah sunnah di mana tidak ada kewajiban dan paksaan untuk menjalankannya. Pelaksanaan puasa Senin dan Kamis mirip dengan puasa lainnya hanya saja dilakukannya harus pada hari Senin dan Kamis saja, tidak boleh di hari lain.⁹ Puasa Senin dan

⁸ Muhammad Habibillah, *Kitab Terlengkap Panduan Ibadah Muslim Sehari-hari*, (Yogyakarta: Saufa, 2015), hal. 187.

⁹ Teguh Sulistyowati, *Puasa wajib dan sunnah*, (Jakarta: Kunci Iman, 2013), hal. 24.

Kamis merupakan amalan sunat yang sangat dianjurkan oleh Rasulullah selama hidupnya, Rasulullah tidak pernah meninggalkannya. Hal itu disebabkan banyaknya keutamaan yang terdapat dalam puasa tersebut.¹⁰

عَنْ أَهْرِيرَةَ : أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَصُومُ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسَ ، فَقِيلَ : يَا رَسُولَ اللَّهِ إِنَّكَ تَصُومُ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسَ ! فَقَالَ : إِنَّ يَوْمَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ يَغْفِرُ اللَّهُ فِيهِمَا لِكُلِّ مُسْلِمٍ ، إِلَّا مُهْتَجِرِينَ ، يَقُولُ : دَعُهُمَا حَتَّى يَصْطَلِحَا . (رواه ابن ماجه)

Artinya: “Dari Abu Hurairah, bahwa Rasulullah selalu puasa hari Senin dan Kamis, lalu ditanyakan: “*wahai Rasulullah sesungguhnya engkau selalu berpuasa Senin dan Kamis! Beliau menjawab, Sesungguhnya hari Senin dan Kamis adalah dua hari dimana Allah mengampuni setiap muslim, kecuali dua orang yang saling bertengkar, Allah berfirman, Tinggalkan keduanya hingga keduanya berdamai*”. (HR. Ibnu Majah).¹¹

Hadist di atas menerangkan bahwa Rasulullah pernah ditanya oleh sahabatnya mengapa sering melaksanakan puasa sunnah Senin dan Kamis, kemudian Rasulullah menjelaskan bahwa pada hari Senin dan Kamis adalah dimana Allah mengampuni setiap muslim. Maka dari itu Rasulullah senang mengerjakan puasa sunnah di hari Senin dan Kamis.

Pada hadist lain disebutkan:

¹⁰ Charis Shihab, 11 ibadah yang mengantarkan hidup sukses dan penuh barokah, (Bandung: Mitra Pres, 2013), hal. 265.

¹¹ Muhammad Nashiruddin Al Albani, *Shahih Sunan Ibnu Majah* (terjemah: Ahmad Taufiq Abdurrahman), (Jakarta: Pustaka Azzam, 2007), hal. 114.

أَنَّ مَوْلِيَّ أُسَامَةَ حَدَّثَهُ قَالَ : كَانَ أُسَامَةُ يَرْكَبُ إِلَيَّ مَالٍ لَهُ بِوَادِي الْفَرَى، فَيَصُومُ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيْسَ فِي الطَّرِيقِ " فَقُلْتُ لَهُ : لِمَ تَصُومُ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيْسَ فِي السَّفَرِ، وَقَدْ كَبُرْتَ وَضَعُفْتَ، أَوْرَقْتِ؟ فَقَالَ : إِنَّ رَسُوْلَ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَمَا يَصُومُ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيْسَ، وَقَالَ : إِنَّ أَعْمَالَ النَّاسِ تُعْرَضُ يَوْمَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيْسِ. (رواه ابو داود)

Artinya: Bahwa Maula Qudamah bin Mazh'un menceritakan kepadanya, dia berkata: "Suatu ketika Usamah berkendaraan menuju hartanya di lembah Al Qura, kemudian dia berpuasa Senin dan Kamis di perjalanan. Aku kemudian bertanya kepadanya, "Mengapa engkau puasa Senin-Kamis di perjalanan, padahal usiamu telah tua dan (fisikmu lemah atau tidak kuat?" Dia menjawab, "Sesungguhnya Rasulullah selalu melaksanakan puasa Senin dan Kamis. Beliau bersabda, "Sesungguhnya amal perbuatan manusia itu di perlihatkan pada hari Senin dan Kamis". (HR. Abu Daud).¹²

حَدَّثَنَا أَبُو حَفْصٍ ، عَمْرُو بْنُ عَلِيٍّ الْفَلَّاسُ ، قَالَ : حَدَّثَنَا عَبْدُ اللهِ بْنُ دَاوُدَ ، عَنْ ثَوْرِ بْنِ يَزِيدَ ، عَنْ خَالِدِ بْنِ مَعْدَانَ ، عَنْ رَبِيعَةَ الْجُرَشِيِّ ، عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ : كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَتَحَرَّى صَوْمَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيْسِ (رواه ابن ماجه)

Artinya: "Abu Hafsh Amr bin Ali Al-Fallas menceritakan kepada kami, Abdullah bin Daud memberitahukan kepada kami dari Tsau bin Yazid, dari Khalid bin Ma'dan dan dari Rabi'ah Al-Jurasyi, dari 'Aishah, ia berkata: "Nabi saw bersungguh-sungguh (senantiasa) untuk berpuasa pada hari senin-kamis." (HR Ibnu Majah).¹³

Hadist-hadist di atas menjelaskan bahwa Rasulullah mengerjakan puasa sunat setiap hari Senin dan Kamis. Sebagai umat Rasulullah harus senantiasa

¹² Imam Ad-Darimi, *Sunan Ad-Darimi*; (terjemahan: Ahmad Hotib), (Jakarta: Pustaka Azzam,2007), hal. 45.

¹³ Muhammad Nashiruddin Al-Albani, *Shahih Sunan At-Tirmidzi, jilid I*, (terjemahan: Ahmad Yuswaji), (Jakarta: Pustaka Azzam,2007), hal. 590.

mengikuti apa yang sering dilakukan oleh Rasulullah seperti puasa sunnah Senin dan Kamis.

3. Manfaat Puasa Sunat Senin dan Kamis

a. Manfaat Puasa secara Spiritual

- 1) Menjadi taqwa dan murah rejeki
- 2) Doa akan dikabulkan
- 3) Mendapat petunjuk/perlindungan pada hari kiamat
- 4) Akan diampuni dan mendapat pahala yang besar
- 5) Dijauhkan dari neraka
- 6) Masuk ke Surga dengan pintu khusus.¹⁴

b. Manfaat Puasa Bagi Kesehatan

- 1) Memperbaiki sel yang rusak

Ada keajaiban saat berpuasa. Sel-sel tubuh dibentuk kembali dan didistribusikan sesuai dengan kebutuhan sel, itu semua terjadi saat berpuasa. Pada akhirnya, dengan terbentuknya gugus-gugus baru untuk sel-sel sehingga merenovasi strukturnya dan meningkatkan kemampuan fungsional organ tubuh.

¹⁴ Maryam Kinanthi N, *Dahsyatnya 7 Puasa Wajib, Sunnah, & Thibbun Nabawi*, (Yogyakarta: Ide Segar Media, 2017), hal. 17-18.

2) Membersihkan Tubuh dari Racun

Ketika seseorang berpuasa, lemak-lemak yang disimpan pada tubuh dalam jumlah besar dipindahkan ke hati sehingga dioksidasi dan dimanfaatkan oleh hati. Dalam proses tersebut, racun-racun meleleh dan dikeluarkan, dibersihkan dari kotoran-kotoran tubuh.

3) Meningkatkan Kekebalan Tubuh

Sampel dari beberapa orang yang melakukan puasa dan melakukan uji laboratorium terhadap mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan pengaruh positif puasa yang cukup signifikan terhadap sistem kekebalan tubuh.

4) Menyehatkan Peredaran Darah dan Jantung

Jalal Saour berpendapat bahwa berkurangnya cairan pada puasa akan menurunkan kerja jantung, yang berarti juga pencegahan terhadap penggumpalan darah yang termasuk penyebab serius penyakit jantung.

5) Menyehatkan Persendian

Sebuah penelitian ternyata juga membuktikan bahwa puasa bisa memberikan efek membaiknya radang sendi dan peningkatan kemampuan sel penetral dalam membasmi bakteri.

6) Mengendorkan Ketegangan Jiwa dan Peningkatan Komunikasi Psikososial

Dr Sabah Al-Baqir bersama rekan-rekan penelitiya membuktikan bahwa puasa dapat mengurangi jumlah hormon pemicu stress. atau menimbulkan tekanan syaraf. Di Moskow, ada penelitian juga yang melibatkan seribu penderita kelainan mental, termasuk skizofrenia, Ternyata sekitar 65% terjadi peningkatan kondisi mental dengan berpuasa.

7). Puasa Melancarkan Sistem Pencernaan

Sebuah penelitian dengan melibatkan 100 orang Muslim dilakukan oleh Dr. Muhammad Munib dari Turki. Para sukarelawan ini diambil darahnya sebelum dan sesudah puasa untuk dilakukan analisis dan pengukuran terhadap kandungan protein, total lemak (total lipid), lemak fosfat, asam lemak bebas, kolesterol, albumin, globulin, gula darah, *Tyglycerol*, dan unsur-unsur pembentuk darah lainnya. Hasilnya, terjadi penurunan umum pada kadar gula (*glukosa*) dan *Tryacylglycerol* orang yang berpuasa, namun terjadinya penurunan parsial dan ringan pada berat badan.¹⁵

Selajutnya pelaksanaan puasa Senin dan Kamis juga bermanfaat dalam pembentukan kebahagiaan, karena pada dasarnya kebahagiaan adalah milik pribadi yang mampu diciptakan oleh seseorang individu. Kebahagiaan tidak akan datang dari luar. Kebahagiaan pasti muncul dari dalam, kebahagiaan

¹⁵ Maryam Kinanthi N, *Dahsyatnya 7 Puasa Wajib, Sunnah, & Thibbun Nabawi*,..., hal. 20-26.

bukanlah sesuatu yang bisa dilihat dan raba, namun kebahagiaan adalah apa yang individu pikirkan, rasakan dan lakukan. Kebahagiaan adalah emosi yang dapat dirasakan, tidak tergantung pada kejadian-kejadian eksternal namun pada pikiran tentang kejadian tersebut. Sering kali terjadi suatu hal buruk atau musibah dalam kehidupan, seperti orang lain bersikap egois dan melakukan kesalahan sehingga munculnya kekecewaan.

4. Keutamaan Puasa Sunat Senin dan Kamis

Puasa Senin dan Kamis merupakan puasa sunnah yang sangat istimewa dari sisi pemilihan hari. Puasa tersebut membagi satu minggu menjadi dua bagian. Kedua bagian itu berfungsi memelihara aspek spiritualitas dan kesehatan. Menurut Charis dari sisi logika, bisa dilihat bahwa hari Senin dan Kamis membagi satu minggu menjadi dua bagian yang hampir sama rata. Jadi terlihat sekali bahwa puasa Senin dan Kamis mempunyai fungsi pemeliharaan. Analoginya mungkin sama dengan pembagian waktu minum obat kala sakit. Tentu pada saat sakit minum obat 2x sehari, yaitu satu kali di pagi hari dan satu kali di malam hari. Jika dilihat, waktu dimana minum obat 2x tersebut membagi kurang lebih hari itu menjadi 3 bagian yang sama. Hal ini berlaku juga dengan Senin dan Kamis yang membagi satu minggu menjadi dua bagian. Dengan berpuasa di hari Senin dan Kamis, secara tidak langsung melakukan maintenance (pemeliharaan) untuk diri secara rutin baik dari segi spiritual maupun jasmani.¹⁶

Puasa Senin dan Kamis memiliki keutamaan menjauhkan diri dari perbuatan dosa, seperti su'udzon (berprasangka buruk), mendekati perbuatan zina, memperolok sesama manusia, membicarakan aib orang lain, permusuhan, dan sebagainya. Puasa Senin dan Kamis merupakan metode yang sangat tepat untuk melatih kesabaran manusia. Karena itu, puasa Senin dan Kamis disebut juga sebagai zakat jiwa. Maksudnya, kita dapat terhindar dari perbuatan dosa. Sebab, emosi menjadi lebih stabil yang diiringi peningkatan spiritual. Emosi yang stabil dapat meningkatkan spiritualitas kita. Dengan demikian, puasa sunat dapat dikatakan sebagai sarana untuk menjauhkan diri kita dari api neraka.¹⁷

5. Hikmah Puasa Sunnah Senin Kamis

Ibadah puasa, baik wajib maupun sunnah, memiliki hikmah yang besar bagi si pelaku (orang yang berpuasa). Menurut Yusuf Qardhawi, hikmah dari pelaksanaan puasa sunnah adalah dapat melatih menahan diri dan menjauhi dari dorongan perut dan kemaluan dengan niat mendekati diri kepada Allah.¹⁸ Menurut Muhammad Usman Najati bahwa hikmah dari berpuasa adalah sebagai pendidikan dan penelusuran jiwa dan penyembuhan bagi berbagai penyakit jiwa dalam tubuh.¹⁹ Selanjutnya menurut Ahmad Azhar

¹⁶ Charis Shihab, *11 ibadah yang mengantarkan hidup sukses dan penuh barokah*,..., hal. 266- 267.

¹⁷ Yazid Al-Busthomi, *Cerdas Intelektual dan Spiritual dengan Mukjizat Puasa*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2015), hal.52-53

¹⁸ Yusuf Qardhawi, *Mukjizat Puasa Resep Ilahi Agar Sehat Ruhani-Jasmani*, (Bandung: Mizania, 2007), hal. 18.

¹⁹ Mohammad Usman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, (Bandung: Pustaka, 2004), hal. 316.

Basyir bahwa hikmah berpuasa adalah menjadikan seseorang berjiwa takwa. Takwa berarti menjaga diri jangan sampai sengsara, menjaga diri dilakukan dengan taat menjalankan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya.²⁰

Ibadah puasa, baik yang wajib maupun puasa sunnah mengandung banyak hikmah yang dapat digali dan diraih oleh orang yang mengamalkannya. Hikmah itu dapat diraih dan sangat berguna bagi kehidupannya baik di dunia maupun di akhirat, baik lahir maupun batin, baik perorang dan maupun masyarakat umum.²¹ Puasa mendidik kejujuran kepada Allah, kepada diri sendiri, dan kepada orang lain. Puasa adalah simbiosis kepekaan ritual dan moral. Para pengamal puasa secara langsung merasakan haus, lapar, dan penderitaan seperti yang dialami para fakir-miskin dan kaum dhu'afa.²²

Puasa merupakan ibadah yang mengandung berbagai hikmah bagi yang menjalankannya. Selain melatih jiwa dalam pengendalian nafsu. Puasa juga mengandung hikmah sosial dari penghayatan terhadap kekurangan orang lain. Puasa mengandung hikmah sebagai berikut:

- a. Sarana pendidikan agar bertakwa kepada Allah, patuh pada perintah-Nya dan menghambakan diri kepada-Nya.
- b. Pendidikan jiwa dengan melatih kesabaran serta tahan menghadapi segala penderitaan dalam menaati perintah-perintah-Nya.

²⁰ Ahmad Azhar Basyir, *Falsafah Ibadah dalam Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2003), hal. 103.

²¹ Yunus Hanis Syam, *Puasa Sepanjang Tahun*, (Yogyakarta: Mutiara Media, 2010), hal. 27.

²² Faisal Ismail, *Islam, Konstitusionalisme dan Pluralisme*, (Yogyakarta: Ircisod, 2019), hal. 312.

- c. Sarana menumbuhkan rasa kasih sayang, persaudaraan, dan kesadaran menolong sesamanya, terutama orang-orang yang mendenita dan kekurangan.
- d. Menanamkan rasa takwa kepada Allah dengan senantiasa melaksanakan perintah-Nya, baik secara terang-terangan maupun tersembunyi, serta meninggalkan segala yang dilarang-Nya.²³

Selanjutnya terdapat beberapa hikmah lainnya, yaitu puasa sangatlah berhubungan dengan spiritualitas seseorang, beberapa hubungan antara puasa dengan Spiritualitas seseorang tersebut adalah:

- a. Puasa menjadikan seseorang mampu memperoleh derajat takwa
Takwa memiliki banyak pengertian, di antaranya takut, (yang berarti takut melanggar ketentuan Allah), menjaga atau membentengi diri dari berbagai dorongan yang tercela dan perbuatan mungkar, menjaga diri dari tingkah laku liar dan buas rimbawi.
- b. Puasa meningkatkan keimanan
Dalam berpuasa seseorang dilarang melakukan beberapa hal yang biasanya dilakukan di hari-hari yang lain. Orang yang sudah terbiasa melakukan sesuatu maka tidak mudah untuk meninggalkan kebiasaannya tersebut.
- c. Puasa dapat melatih keikhlasan seseorang

²³ B.Wiwoho, Mutiara Hikmah Puasa, (Jakarta: Guepedia Publisher, 2018), hal. 44.

Puasa merupakan ibadah yang sifatnya rahasia, sifat rahasia puasa inilah yang menjadikan orang yang berpuasa hanya mengharapkan pahala dari Allah semata. Ketika seseorang hanya menyandarkan balasan dari Allah semata inilah yang akan menjadikan keikhlasan di hatinya

d. Puasa memberikan ketenangan jiwa

Puasa memiliki bentuk Ruh (jiwa) dan bentuk. Bentuk dari puasa adalah menahan diri dari makan, minum, dan bersetubuh dari mulai terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari yang disertai dengan niat. Sedangkan ruh dari puasa adalah menahan diri dari melakukan perbuatan dosa dan perbuatan haram, serta mengerjakan amaliah wajib dan sunat. Dengan demikian orang yang berpuasa tidak hanya menjalani bentuk puasa, tetapi harus memiliki ruh dari puasa yang dilakukannya.

e. Puasa melatih seseorang untuk senantiasa merasakan kehadiran Allah

Dari hikmah puasa di atas, maka dapat diketahui bahwa orang yang berpuasa akan terlatih untuk menyadari bahwa ia senantiasa dalam pengawasan-Nya. Karena dalam berpuasa yang mengatahui adalah orang yang berpuasa itu sendiri dan juga Allah.

f. Puasa Melatih Kesabaran

Puasa sangat berperan penting dalam menumbuhkan dan melatih kesabaran seseorang. Orang yang membiasakan puasa dengan

ikhlas karena Allah akan sangat memahami dan menyadari hakikat puasa. Ketika berpuasa harus selalu bersabar untuk mempertahankan kesempurnaan ibadah puasanya.

g. Puasa Medidik Seseorang Memiliki Empati Sosial yang Tinggi

Puasa dapat memperkokoh dan mendidik rasa kasih sayang, karena pada saat berpuasa akan merasakan panasnya lapar. Sehingga menumbuhkan rasa kasih sayang kepada fakir miskin yang tidak mendapati pangan dan bisa menutupi lapar dan dahaganya.

h. Puasa Mendidik Seseorang untuk Berjiwa Besar

Orang yang cerdas ruhaniahnya mampu mema'afkan dan melupakan kesalahan orang lain betapapun pedihnya kesalahan yang pernah diperbuat padanya. Orang yang berpuasa dilatih untuk senantiasa bersabar dalam menghadapi hal-hal yang mampu memancing amarahnya.

i. Puasa Melatih Kejujuran

Puasa adalah sarana paling tepat untuk mendidik orang muslim. Secara otomatis orang-orang yang membiasakan puasa karena Allah akan terlatih bersikap jujur di manapun ia berada.²⁴

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa hikmah dari puasa Senin dan Kamis adalah sebagai bentuk pendidikan takwa

²⁴ Agus Ali, Nurwadjah Ahmad EQ dan Andewi Suhartini, *Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Puasa: Studi Kasus pada Santri Pondok Pesantren Ummul Quro Al-Islami Leuwiliang Bogor Puasa Ramadhan*, Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal, 2022, Vol.4.1, hal. 1-10.

kepada Allah sehingga mampu melatih kesabaran, sebagai sarana menumbuhkan rasa kasih sayang terhadap sesama, memiliki sikap ketakwaan kepada Allah, mampu meningkatkan keimanan kepada Allah, seseorang yang memiliki sikap kecerdasan spiritual yang baik juga cenderung memiliki keikhlasan yang luas, mampu memberikan ketenangan, mampu bersikap simpati serta empati dan puasa mampu membuat seseorang menjadi lebih jujur, baik dalam perkataan maupun perbuatan.

C. Konsep Kecerdasan Spiritual

1. Pengertian Kecerdasan spiritual (SQ)

Secara bahasa kecerdasan berkonotasi dengan intelektualitas. Dalam Kamus Bahasa Indonesia, cerdas diartikan sebagai tajam pikiran dan kecerdasan diartikan dengan perihal cerdas dan ketajaman berpikir.²⁵ Sedangkan spiritual dalam Kamus Bahasa Indonesia diartikan dengan berhubungan dengan atau bersifat kejiwaan (rohani, batin). Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang dipakai untuk merengkuh makna, nilai, tujuan terdalam, dan motivasi tertinggi seseorang. Kecerdasan spiritual adalah cara kita menggunakan makna, nilai, tujuan, dan motivasi itu dalam proses berpikir kita, dalam keputusan-keputusan yang kita buat, dan dalam segala sesuatu yang

²⁵ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hal. 279.

kita perlu patut kita lakukan. Keputusan-keputusan itu mencakup pula cara kita mengumpulkan dan mangalokasikan kekayaan materil.²⁶

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks dan makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lainnya.²⁷ Kecerdasan spiritual menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna atau kreatif dengan menemukan nilai-nilai baru. Ini dikemukakan oleh Zohar dan Marshall bahwa kecerdasan spiritual mempunyai kaitan dengan kreativitas. Namun, kreativitas ini juga terkait dengan masalah nilai. Dikatakan bahwa kecerdasan spiritual memungkinkan manusia mengubah aturan dan situasi, memberi rasa moral, menentukan baik dan buruk dan memberi bayangan atau gambaran kemungkinan yang belum terwujud.²⁸

Sementara itu Marsa Sinetar menjelaskan yang dikutip dalam bukunya Triantoro Safaria yang berjudul *Spiritual Intellegence* bahwa kecerdasan spiritual adalah pemikiran yang terilhami, pemikiran ini di ilhami oleh dorongan dan efektifitas keberadaan atau hidup Ilahiah yang mempersatukan kita sebagai makhluk ciptaan Allah.²⁹

²⁶ Bambang Q-Anees Dan Adang Hambali, *Pendidikan Karakter Berbasis Al-Quran*, (Bandung: Siombisa Rekatama Media, 2009), hal.16.

²⁷ Abd. Wahab Dan Umiarso, *Kepemimpinan Pendidikan Dan Kecerdasan Spiritual*,..., hal. 49.

²⁸ Dedek Pranto Pakpahan, *Kecerdasan Spiritual (SQ) Dan Kecerdasan Intelektual (IQ) Dalam Moralitas Remaja Berpacaran Upaya Mewujudkan Manusia Yang Seutuhnya*, (Malang: CV. Multimedia Edukasi, 2021), hal. 47-48.

Adapun definisi menurut beberapa ahli adalah:

- a. Howard Gardner memandang kecerdasan manusia tidak hanya sekedar kemampuan semata melainkan kemampuan untuk menyesuaikan masalah yang terjadi dalam kehidupan manusia, kemampuan dalam menyelesaikan persoalan-persoalan, kemampuan untuk menciptakan sesuatu atau memberikan penghargaan dalam budaya seseorang.³⁰
- b. Dewantoro mengartikan spiritual adalah sesuatu yang berada di luar fisik, termasuk pikiran, perasaan dan karakter atau dikenal dengan kodrat.³¹
- c. Toto Asmara mendefinisikan kecerdasan spiritual adalah kemampuan seseorang untuk mendengarkan hati nuraninya baik buruk dan rasa moral dalam caranya menempatkan diri dalam pergaulan.³²
- d. Danah Zohar dan Ian Marshal menjelaskan bahwa kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan dalam menghadapi persoalan makna atau value, yakni suatu kecerdasan untuk menempatkan

²⁹ Triantoro Safaria. *Spiritual Intellegence, Metode Pengembangan Kecerdasan Spiritual Anak*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007), hal. 15.

³⁰ Gardner, Howar, *Multiple Intelligences, Alih bahasa Alexander Sindoro*, (Batam: Interaksara, 2003), hal. 228.

³¹ Muhammdad Yaumi dan Nurdin Ibrahim, *Kecerdasan Jamak (multiple Intellegences) mengidentifikasi dan mengembangkan multitalenta anak*, (Jakarta : Prenadamedia Group, 2016), hal. 22.

³² Toro Asmara, *Kecerdasan Ruhaniah (Transdental Intelegensi: Membentuk Kepribadian yang Bertanggung jawab, Professional dan Berakhlak)*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), hal. 49

perilaku dan hidup dalam konteks makna yang lebih luas. Kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup yang ditempuh seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan orang lain.³³

- e. Rossiter menjelaskan kecerdasan spiritual adalah suatu kearifan organik, kualitas pengetahuan bawaan, diri yang bijaksana yang ada dalam diri kita semua dan menghubungkan kita dengan pertanyaan tentang keberadaan kita.³⁴
- f. Ary Ginanjar Agustian berpendapat bahwa, kecerdasan spiritual sebagai kemampuan untuk memberi makna ibadah terhadap setiap perilaku dan kegiatan, melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah dalam upaya menggapai kualitas hanif dan memiliki pola pemikiran tauhidi, dan berprinsip semata-mata hanya karena Allah.³⁵
- g. Kecerdasan spiritual dalam pandangan Suharsono merupakan kecerdasan yang berasal dari fitrah manusia itu sendiri, yang memancar dari kedalaman manusia tersebut, jika dorongan-dorongan keingintahuan dilandasi kesucian, ketulusan hati, dan

³³ Dana Zohar dan Ian Marshall, *SQ memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berfikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, (Mizan : Bandung, 2001), hal. 4.

³⁴ Muhammad Yaumi, *Pembelajaran Berbasis Multiple Intelligences*, (Jakarta: Dian Rakyat, 2012), hal. 232.

³⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual ESQ*. (Jakarta : Arga, 2001), hal. 58.

tanpa tuntutan egoisme. Kecerdasan ini dapat diaktualisasikan jika hidup manusia didasarkan pada visi dan misi utamanya, yakni sebagai hamba Allah (abid) dan sebagai wakil Allah (khalifah) di bumi.³⁶

Dari beberapa definisi di atas, dapat diketahui adanya perbedaan sudut pandang, Danah Zohar, Ian Marshal dan Rossiter berorientasi pada nilai-nilai kehidupan duniawi. Menurut mereka, kecerdasan spiritual bukanlah doktrin agama yang mengajak manusia untuk cerdas memilih agama, ia merupakan sebuah konsep yang berhubungan bagaimana seseorang mempunyai kecerdasan alam mengelola makna-makna, nilai-nilai dan kualitas spiritualnya. Sedangkan Ary Ginanjar dan Suharsono berorientasi pada agama. Menurut mereka, inti dari kecerdasan spiritual merupakan pemahaman tentang diri manusia itu sendiri yang muaranya menjadi ma'rifat kepada Allah.³⁷

Dapat disimpulkan kecerdasan spiritual adalah salah satu kecerdasan yang dimiliki oleh manusia; kecerdasan spiritual berasal dari dalam hati (berhubungan dengan rohani dan batin) dengan adanya kecerdasan spiritual maka seseorang akan mampu dalam mengatur diri untuk menghadapi dan memecahkan suatu masalah dan mampu menentukan tujuan serta mampu mengambil keputusan terhadap segala sesuatu.

³⁶ Suharsono, *Melejitkan IQ, IE & IS*, (Jakarta : Inisiasi Press, 2001), hal. 133.

³⁷ Alaika M. Bagus Kurnia PS, *Psikologi Pendidikan Islam*, (Sukabumi: Haura Utama, 2020), hal. 20-22.

2. Unsur-unsur Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual (SQ) merupakan kemampuan individu atau siswa dalam mengelola nilai-nilai, norma-norma, dan kualitas kehidupan dengan memanfaatkan kekuatan-kekuatan pikiran bawah sadar atau suara hati. Kecerdasan spiritual memadukan antara kecerdasan intelektual dan emosional menjadi syarat penting agar manusia dapat lebih memaknai hidup dan menjalani hidup penuh berkah.³⁸

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi perilaku atau hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa hidup seseorang lebih bermakna bila dibandingkan dengan yang lain.³⁹

Menurut Zohar dan Marshal terdapat beberapa unsur kecerdasan spiritual yaitu sebagai berikut:

- a. Kemampuan untuk bersikap fleksibel (adaptif spontan dan aktif)
- b. Adanya tingkat kesadaran diri yang tinggi
- c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan
- d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui perasaan sakit
- e. Kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai
- f. Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu

³⁸ Lusi Nuryanti, *Psikologi Anak*, (Jakarta: Indeks Kencana, 2011), hal. 65.

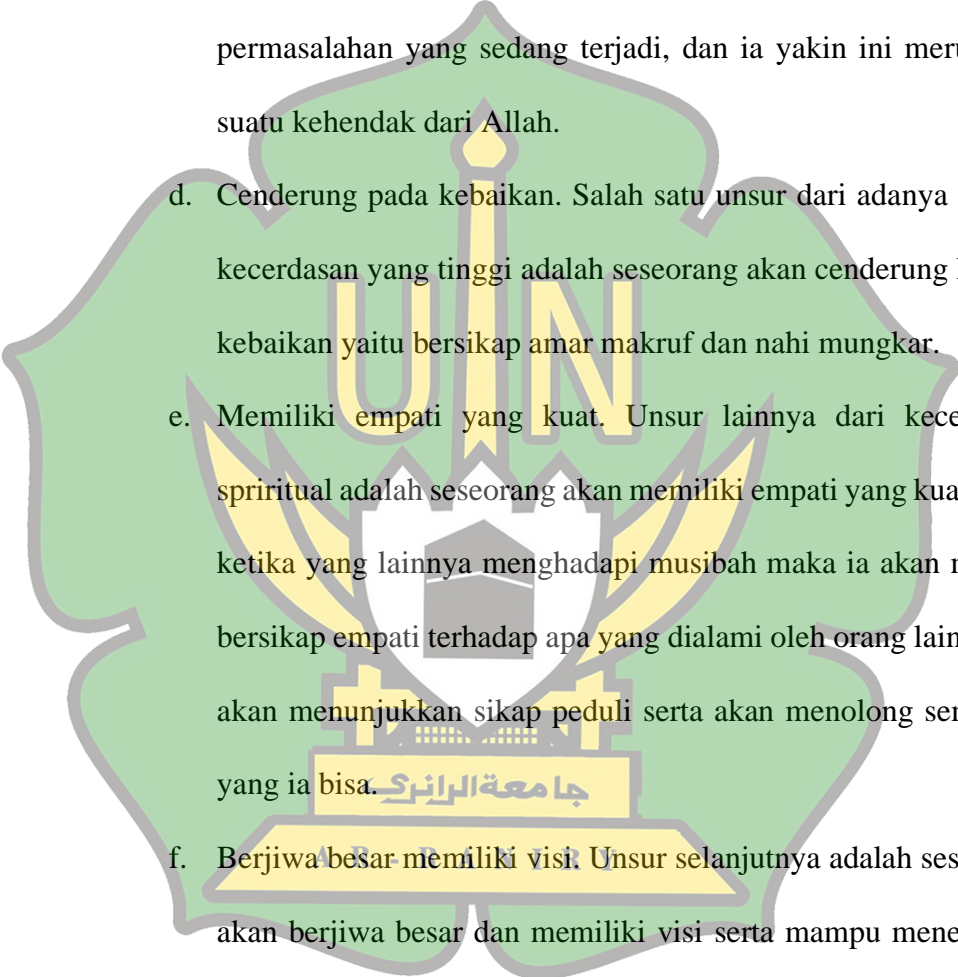
³⁹ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan,...*, hal. 4.

- g. Kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal (berpandangan holistik)
- h. Kecenderungan untuk bertanya “mengapa” atau “bagaimana jika” dan berupaya untuk mencari jawaban-jawaban yang mendasar
- i. Memiliki kemudahan untuk bekerja melawan konvensi.⁴⁰

Sedangkan menurut Toto Tasmara unsur dari kecerdasan spiritual yaitu :

- a. Merasakan kehadiran Allah. Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi, maka ia akan cenderung merasa dekat dengan Allah sehingga ia senantiasa beribadah dan takut melanggar perintah Allah karena ia tahu bahwa Allah adalah Maha mengetahui tentang segala apa yang ia kerjakan. Dan ia cenderung bersikap Tawakal terhadap apapun yang ia kerjakan dan merasa damai serta tentram hatinya.
- b. Berzikir dan berdoa. Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi maka ia cenderung sering berzikir dan berdoa disetiap harinya, ia menjadikan zikir sebagai sesuatu hal yang harus ia lakukan sebagai tanda pengingat kepada Allah, serta selalu berdoa dalam setiap apa yang ia kerjakan.

⁴⁰ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir Integralistik Dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan,...*, hal.14

- 
- c. Memiliki kualitas sabar. Seseorang yang memiliki tingkat spiritual yang tinggi maka ia akan cenderung memiliki kualitas sabar yang lebih baik, yaitu ia mampu sabar dengan berbagai keadaan yang ia jalani dan sabar dengan seberat apapun permasalahan yang sedang terjadi, dan ia yakin ini merupakan suatu kehendak dari Allah.
- d. Cenderung pada kebaikan. Salah satu unsur dari adanya tingkat kecerdasan yang tinggi adalah seseorang akan cenderung kepada kebaikan yaitu bersikap amar makruf dan nahi mungkar.
- e. Memiliki empati yang kuat. Unsur lainnya dari kecerdasan spriritual adalah seseorang akan memiliki empati yang kuat, yaitu ketika yang lainnya menghadapi musibah maka ia akan mampu bersikap empati terhadap apa yang dialami oleh orang lain dan ia akan menunjukkan sikap peduli serta akan menolong semampu yang ia bisa. جامعة البرائري
- f. Berjiwa besar memiliki visi. Unsur selanjutnya adalah seseorang akan berjiwa besar dan memiliki visi serta mampu menetapkan tujuan yang baik dalam perjalanan hidupnya sehingga ia akan mampu menata kehidupan dengan baik.
- g. Bagaimana melayani. Sikap kecerdasan spriritual seseorang akan terlihat dari bagaimana ia melayani orang lain, yaitu bagaimana

dalam ia bersikap dan bertindak ketika berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain.⁴¹

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa unsur dari kecerdasan spiritual adalah mampu bersikap fleksibel, memiliki kesadaran yang tinggi dan sabar menghadapi masalah, tidak mau berbuat masalah, memiliki rasa empati yang kuat, dan terus berusaha meningkatkan kualitas hidup.

3. Ciri-ciri Kecerdasan Spiritual

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshall ciri-ciri kecerdasan spiritual itu adalah:⁴²

- a. Kemampuan bersikap fleksibel, dapat menempatkan diri dan menerima pendapat orang lain secara terbuka, Orang yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi ditandai dengan sikap hidupnya yang fleksibel atau luwes.
- b. Tingkat Kesadaran diri yang tinggi, tingkat kesadaran diri yang tinggi seperti kemampuan autocriticism dan mengerti tujuan serta visi hidupnya.
- c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, kemampuan seseorang dalam menghadapi penderitaan dan

⁴¹ Toto Tasmara, Kecerdasan Ruhaniah, (*Transcendental Intelligence: Membentuk Kepribadian Yang Bertanggung Jawab, Professional, Dan Berakhlak*),..., hal. 138.

⁴² Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Kecerdasan Spiritual*, (Bandung : Mizan, 2007), hal. 14.

menjadikan penderitaan yang dialami sebagai motivasi untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik dikemudian hari serta tetap tersenyum dan bersikap tenang.

- d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit, kemampuan seseorang dimana di saat dia mengalami sakit, dia akan menyadari keterbatasan dirinya, dan menjadi lebih dekat dengan Tuhan dan yakin bahwa hanya Tuhan yang akan memberikan kesembuhan serta kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit ini ditandai dengan munculnya sikap ikhlas dan pemaaf.
- e. Kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, kualitas hidup seseorang yang didasarkan pada tujuan hidup yang pasti dan berpegang pada nilai-nilai yang mampu mendorong untuk mencapai tujuan tersebut, seperti prinsip dan pegangan hidup dan berpijak pada kebenaran.
- f. Berpikir secara holistik, kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal atau memiliki pandangan yang holistik yakni mampu untuk berpikir secara logis dan berlaku sesuai dengan norma sosial.
- g. Kecenderungan untuk bertanya mengapa dan bagaimana jika untuk mencari jawaban-jawaban yang mendasar, kecenderungan menanyakan "mengapa" atau "bagaimana" jika akan mencari

jawaban-jawaban yang mendasar dan memiliki kemampuan untuk berimajinasi serta memiliki rasa ingin tahu yang tinggi.

- h. Menjadi pribadi mandiri, mudah untuk bekerja melawan konvensi (adat dan kebiasaan sosial), seperti mau memberi dan tidak mau menerima dan tidak tergantung dengan orang lain.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri dari kecerdasan spiritual yaitu mampu bersikap fleksibel aktif dan spontan, memiliki kesadaran diri yang kuat, mampu menghadapi penderitaan, dapat berpikir secara baik dan menyeluruh, enggan menyebabkan kerugian, berfikir secara logis sesuai norma, memiliki kualitas hidup yang tinggi, menjadi pribadi yang mandiri, mampu menghadapi permasalahan dengan baik serta memiliki keinginan dan kemampuan untuk berbuat baik.

4. Manfaat Kecerdasan Spiritual

Dalam sebuah disiplin ilmu pastinya mempunyai manfaat tersendiri bagi mereka yang memilikinya, hal inipun sama dengan kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual akan memberikan manfaat yang luar biasa bagi mereka yang mampu mempunyai kecerdasan spiritual. Manfaat kecerdasan spiritual diantaranya adalah:

- a. Orang Islam yang cerdas spiritualnya bekerja hanya untuk Allah. Kalau bekerja kepada manusia, berapapun besar gajinya, masih bisa dihitung dan sangat terbatas. Berbeda

dengan bekerja untuk Allah yang mempunyai kekayaan yang tidak terbatas.

- b. Muslim yang mempunyai kecerdasan tinggi akan berusaha keras mempunyai akhlak mulia, akhlak seperti sifat Nabi Muhammad. Sifat tersebut adalah jujur, cerdas, menyampaikan dan dapat dipercaya.
- c. Orang yang memiliki kecerdasan spiritual akan selalu merasa dilihat Allah, sehingga ketika merasa selalu dilihat oleh Allah maka seseorang tersebut akan merasa kecil dihadapan Allah yang maha besar, sehingga kekuatan intelektual dan emosi akan saling mengisi yang kemudian akan muncul kekuatan dahsyat berupa tindakan positif dengan seketika.
- d. Orang yang memiliki kecerdasan spiritual cenderung menjadi pemimpin yang penuh pengabdian, yaitu seorang yang bertanggung jawab untuk membawakan visi dan nilai yang lebih tinggi kepada orang lain dan memberikan petunjuk penggunaannya.⁴³

Orang yang memiliki kecerdasan spiritual dapat dengan mudah menguasai kecerdasan sebelumnya yaitu kecerdasan intelektual dan emosional,

⁴³ Ahmad Fahrissi, *Kecerdasan Spiritual Dan Pendidikan Islam*, (Guepedia, 2020), hal. 25.

karena merupakan kecerdasan yang mampu menyinergikan kecerdasan intelektual dan emosional secara komprehensif.⁴⁴

5. Metode Meningkatkan Kecerdasan Spiritual

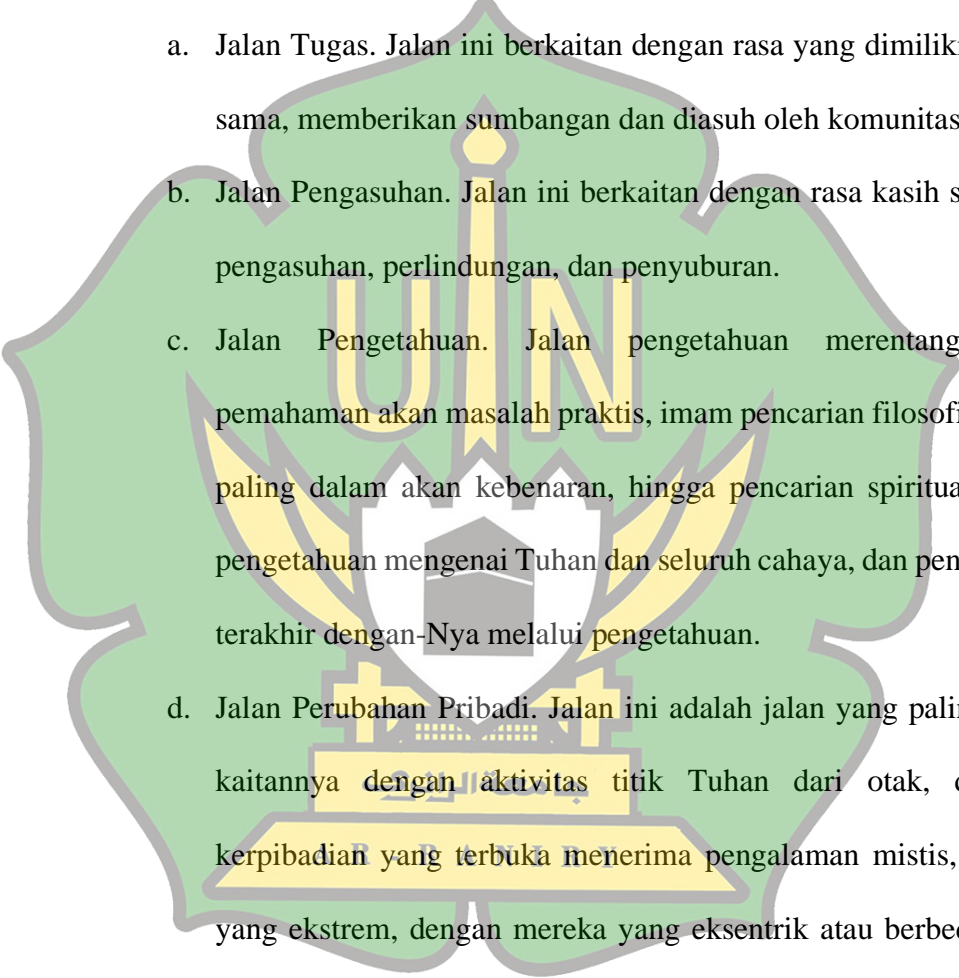
Abdul Wahab mengemukakan tujuh langkah untuk meningkatkan kecerdasan spiritual, yakni sebagai berikut:

- a. Seseorang harus menyadari dimana dirinya sekarang. Langkah ini menuntut seseorang menggali kesadaran diri yang pada gilirannya menuntut menggali kebiasaan merenungkan pengalaman.
- b. Merasakan dengan kuat bahwa dia ingin berubah. Setelah renungan mendorong untuk merasakan bahwa perilaku, hubungan, kehidupan, atau hasil kerja dapat lebih baik maka harus ingin berubah.
- c. Seseorang harus mampu mengenali diri sendiri secara menyeluruh, serta mengetahui motivasi paling dalam yang ada di dalam dirinya.
- d. Menemukan dan mengatasi rintangan.
- e. Menggali banyak kemungkinan untuk melangkah maju.
- f. Menetapkan hati pada sebuah jalan.

⁴⁴ Ahmad Fahrissi, *Kecerdasan Spiritual Dan Pendidikan Islam,...*, hal.25-28.

- g. Menetapkan hati pada sebuah jalan dipilih sendiri, harus tetap sadar bahwa masih ada jalan-jalan yang lain.⁴⁵

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshal, keberadaan kecerdasan spiritual bisa ditingkatkan, yaitu dengan cara sebagai berikut:

- 
- a. Jalan Tugas. Jalan ini berkaitan dengan rasa yang dimiliki, kerja sama, memberikan sumbangan dan diasuh oleh komunitas.
 - b. Jalan Pengasuhan. Jalan ini berkaitan dengan rasa kasih sayang, pengasuhan, perlindungan, dan penyuburan.
 - c. Jalan Pengetahuan. Jalan pengetahuan merentang dari pemahaman akan masalah praktis, imam pencarian filosofis yang paling dalam akan kebenaran, hingga pencarian spiritual akan pengetahuan mengenai Tuhan dan seluruh cahaya, dan penyatuan terakhir dengan-Nya melalui pengetahuan.
 - d. Jalan Perubahan Pribadi. Jalan ini adalah jalan yang paling erat kaitannya dengan aktivitas titik Tuhan dari otak, dengan kerpibadian yang terbuka menerima pengalaman mistis, emosi yang ekstrem, dengan mereka yang eksentrik atau berbeda dari kebanyakan orang, dengan mereka yang sering harus berperang mempertahankan (dan sering kehilangan) kewarasan mereka.

⁴⁵ Abdul Wahab Dan Umiarso, *Kepemimpinan Pendidikan Dan Kecerdasan Spiritual,...*, hal. 47.

- e. Jalan Persaudaraan. Jalan persaudaraan dapat menjadi salah satu jalan yang paling maju secara spiritual untuk ditempuh dalam kehidupan.
- f. Jalan Kepemimpinan Yang Penuh Pengabdian. Untuk menjadi seorang pemimpin yang efektif, seorang biasanya memiliki sikap ramah dan percaya diri.⁴⁶

Jadi dapat disimpulkan bahwa metode untuk meningkatkan kecerdasan spiritual adalah seseorang harus menyadari dimana dirinya sekarang, yakni memiliki kesadaran terhadap dirinya sendiri, keinginan untuk berubah menjadi lebih baik, harus mampu mengerti tentang dirinya sendiri secara baik, baik baka, minat dan keinginan dan kebutuhan, menemukan, menetapkan hati dan mengatasi rintangan, menggali banyak kemungkinan untuk melangkah maju, dan menetapkan hati pada sebuah jalan yang akan dipilih, mencari pengetahuan kecerdasan spiritual, yang terakhir adalah harus mampu memiliki sikap kepemimpinan yang baik, cenderung ramah dan percaya diri dalam memimpin.

6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Spiritual

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan spiritual, diantaranya terdapat faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor internal

⁴⁶ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan, ...*, hal. 200-227.

Faktor- faktor internal yang mempengaruhi kecerdasan spiritual yang pertama, *inner value* (nilai-nilai sipiritual dari dalam) yang berasal dari dalam diri (suara hati), seperti keterbukaaan, tanggung jawab, kepercayaan, keadilan, dan kepedulian sosial. Faktor yang kedua, *drive* yaitu dorongan dan usaha untuk mencapai kebenaran dan kebahagiaan, selanjutnya adanya ketidakseimbangan antara id, ego dan super ego, serta adanya luka jiwa yang menggambarkan pengalam menyangkut perasaan bersalah, terasing dan merasa tidak berharga. Faktor internal lainnya adalah potensi kalbu, terdapat beberapa potensi kalbu, yaitu *Fu'ad*, *fu'ad* merupakan potensi qalbu yang berkaitan dengan indrawi, mengolah informasi yang sering dilambangkan berada dalam otak manusia (fungsi rasio, kognitif). *Fu'ad* mempunyai tanggung jawab intelektual yang jujur kepada apa yang dilihatnya. Potensi ini cenderung dan selalu merujuk pada objektivitas, kejujuran dan jauh dari sikap kebohongan. Selanjutnya *shadr*, *shard* merupakan potensi kalbu yang berperan untuk merasakan dan menghayati atau mempunyai fungsi emosi (marah, benci, cinta, indah, afektif). Potensi shadr adalah dinding hati yang menerima limpahan cahaya keindahan, sehingga mampu menerjemahkan segala sesuatu serumit apapun menjadi indah dari karyanya. Terakhir *hawaa*, *hawaa* merupakan potensi kalbu yang menggerakkan kemauan. Di dalamnya ada ambisi, kekuasaan, pengaruh, dan keinginan untuk dunia (fungsi conative). Potensi

hawa selalu cenderung untuk membumi dan merasakan nikmat dunia yang bersifat fana.⁴⁷

b. Faktor eksternal

Terdapat faktor lain yang mempengaruhi kecerdasan spiritual, diantaranya faktor lingkungan, baik itu lingkungan social maupun lingkungan keluarga. Kapasitas atau potensi kecerdasan yang sudah terberikan pada diri setiap anak tidak akan berarti apa-apa jika lingkungan sama sekali tak berperan dalam merangsang serta mengasah potensi tersebut. pada sini ada empat faktor lingkungan yang dapat mengasah potensi anak yaitu lingkungan rumah. Lingkungan keluarga adalah faktor pendukung terpenting bagi kecerdasan anak. dalam lingkungan keluarga anak menghabiskan waktu pada masa perkembangannya. impak lingkungan tempat tinggal ini berkaitan juga dengan persoalan stimulus. buat menjadikan anak cerdas, faktor stimulus sebagai sangat penting, baik yang berkaitan menggunakan fisik maupun mental/emosi anak. Orang tua dapat menyampaikan stimulus semenjak anak masih pada kandungan, waktu lahir, sampai dia tumbuh besar. Tentu saja menggunakan intensitas dan bentuk stimulasi yang pula pada setiap termin perkembangan. contohnya saat masih pada kandungan, stimulus lebih diarahkan di pendengaran memakai irama musik serta tuturan mak dan ayah. sehabis

⁴⁷ Toto Tasmara, Kecerdasan Rohaniyah Transcendental Intelegensi, (Depok : Gema Insani Pers, cet. Ke-3, 2003), hal. 94.

anak lahir, stimulus ini diperluas menjadi pada kelima indra maupun sensori-motoriknya. Begitu stimulasi lainya yang bisa merangsang dan mengembangkan kemampuan kognisinya juga kemampuan lain.⁴⁸



⁴⁸ Siti Sofiyah, Kecerdasan Spiritual Anak; Dimensi, Urgensi dan Edukasi, EL-BANAT: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam Volume 9, Nomor 2, 2019. Hal. 230.

BAB III

METODELOGI PENELITIAN

A. Fokus dan Ruang Lingkup Penelitian

Fokus dalam penelitian ini adalah dampak puasa sunnah terhadap kecerdasan spiritual Siswa. Sedangkan ruang lingkup dari penelitian ini adalah seluruh Siswa dan guru pada SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec. Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar.

B. Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metodologi deskriptif kualitatif, yaitu suatu penelitian yang melibatkan pengumpulan data di lapangan, mengolah, dan menganalisisnya, kemudian memaparkannya secara sistematis dan komprehensif.¹

Penelitian kualitatif merupakan pengumpulan data pada suatu latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci. Penelitian kualitatif disebut sebagai penelitian ilmiah karena mementingkan pemahaman situasi secara alami yang dilihat dari partisipan dan lingkungannya, kemudian proses penelitian sesuai dengan keadaan fakta di lapangan. Oleh karena itu, penelitian kualitatif ini bukan dari asumsi, dugaan maupun manipulasi fakta sebenarnya. Penelitian kualitatif banyak digunakan dalam penelitian di bidang sosial. Penelitian kualitatif

¹ Suharsimo Arikunto, *Management Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), hal.106.

merupakan suatu penelitian yang hasil penelitiannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau metode kuantifikasi yang lain. Peneliti biasanya menggunakan pendekatan naturalistik untuk memahami suatu fenomena tertentu.²

Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, secara *holistic*, dan dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Pendekatan kualitatif banyak digunakan untuk meneliti fenomena-fenomena yang marak terjadi di masyarakat. Sehingga penelitian kualitatif sangat tepat untuk mencari suatu informasi dengan pengamatan dan juga melakukan sebuah wawancara terhadap semua yang terkait dengan penelitian yang dilakukan.³

Adapun jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah penelitian lapangan (*field research*), yaitu penelitian atau studi yang dilakukan dengan mendatangi langsung pada lokasi penelitian untuk mendapatkan data yang dibutuhkan. *Field research* adalah penelitian lapangan atau penelitian di lapangan.⁴

² Albi Anggito & Johan Setiawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jawa Barat: CV Jejak, 2018), hal.7

³ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), hal. 6.

⁴ Bungaran Antonius Simanjuntak dan Soedjiti Sodrodiharjo, *Metode Penelitian Sosial*, (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014), hal. 12.

C. Informan Penelitian

Informan penelitian adalah subjek yang memahami informasi objek penelitian sebagai pelaku maupun orang lain yang memahami objek penelitian.⁵ Informan penelitian adalah orang-orang yang akan memberikan data dan informasi kepada peneliti dengan selengkap-lengkapnyanya serta relevan sehingga memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian.

Dalam penelitian ini, peneliti menentukan informan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pemilihan informan dengan pertimbangan tertentu dan pemilihan informan secara tidak acak namun memiliki tujuan.⁶ Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan kriteria atau karakteristik tertentu dalam memilih informan. Pertimbangan tertentu ini adalah informan yang dianggap paling tahu tentang apa yang diharapkan peneliti serta akan memudahkan peneliti menjelajah objek atau situasi sosial yang diteliti. Kriteria yang ditetapkan peneliti adalah:

1. Siswa kelas 8 dan kelas 9. Kelas 8 terdapat 2 kelas dan pada masing-masing kelas diambil informan sejumlah 2 orang dan kelas 9 terdapat 2 kelas, diambil 2 orang informan.
2. Siswa yang rutin melaksanakan puasa Senin dan Kamis

Dalam hal ini alasan peneliti memilih kriteria siswa yang rutin melaksanakan puasa sunnah Senin Kamis adalah karena

⁵ Burhan Bugin, *Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2007), hal. 76.

⁶ Mamik, *Metode Kualitatif*, (Surabaya: Zifatama Jawara, 2015), hal. 53.

fokus dalam penelitian ini adalah dampak puasa sunnah terhadap kecerdasan spiritual siswa, sehingga peneliti merasa melihat dampak puasa dapat diketahui dengan sering atau tidaknya puasa sunnah dilakukan, dan bagaimana mengetahui dampak puasa sunnah apabila informan tidak sering melakukan puasa Sunnah atau bahkan tidak pernah melaksanakannya.

3. Siswa yang memiliki tingkat simpati dan empati yang tinggi, serta terlihat memiliki tingkat kesabaran yang tinggi dan cenderung selalu berbuat kebaikan dan mampu melayani sekitarnya dengan baik
4. Siswa yang mengikuti kelas pembelajaran secara baik, mampu berpikir secara jernih serta memiliki sikap kesadaran yang tinggi dalam belajar
5. Kepala sekolah.
6. Ustadz/Ustadzah yang bertanggung jawab terhadap program puasa sunnah Senin dan Kamis.

Dalam hal ini, peneliti mengambil informan sebanyak 10 orang, terdiri dari 8 orang siswa, 1 orang kepala sekolah dan 1 orang guru (ustadz dan ustadzah) pada guru pada SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec. Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau fakta-fakta yang ada di lapangan.⁷ Pada penelitian kualitatif, pengumpulan datanya dilakukan dengan kondisi alamiah, sumber data primer, dan teknik pengumpulan datanya yaitu observasi, wawancara serta dokumentasi.⁸ Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi.

1. Observasi

Metode observasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian melalui pengamatan peneliti. Observasi terdiri dari beberapa bentuk yaitu observasi berperan serta (*participant observation*) dan observasi non partisipan (*nonparticipant observation*). (*participant observation*) adalah pengamatan yang dilakukan secara langsung oleh peneliti terhadap objek yang diobservasikan. Pengamatan tidak menggunakan "media-media transparan." Penelitian ini dilakukan secara langsung dengan mengamati apa yang terjadi pada objek penelitian dengan observasi non partisipan (*nonparticipant observation*).⁹ Jadi dalam penelitian

⁷ Muhammad Ramdhan, *Metode Penelitian*, (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2021), hal. 14.

⁸ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D cet ke-27*, (Bandung: Alfabeta, 2018), hal. 68.

⁹ Humrati dan Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep dalam Penelitian Pendidikan*, (Makassar: Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2020), hal. 73.

ini, peneliti menggunakan observasi *non partisipan* yaitu peneliti tidak terlibat secara langsung dengan kegiatan yang akan diteliti.

2. Wawancara

Wawancara adalah kegiatan bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu dan dengan wawancara, peneliti akan mengetahui hal-hal yang lebih mendalam tentang informan dalam menginterpretasikan situasi dan fenomena yang terjadi yang tidak mungkin bisa ditemukan melalui observasi.

Adapun jenis-jenis adalah:

a. Wawancara terstruktur

Pada wawancara ini, peneliti telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawaban telah disiapkan, responden diberi pertanyaan yang sama kemudian pengumpul mencatatnya. Alat bantu yang digunakan biasanya tape recorder, gambar, brosur, dan material lain yang dapat membantu pelaksanaan wawancara menjadi lancar.

b. Wawancara semiterstruktur.

Pelaksanaan wawancara menggunakan model ini lebih bebas daripada wawancara terstruktur yaitu narasumber diminta pendapat dan ide-idenya karena tujuan wawancara ini untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka.

c. Wawancara tidak berstruktur

Wawancara tidak berstruktur adalah wawancara yang bebas, peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara hanya menggunakan garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.¹⁰

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis wawancara terstruktur, yaitu peneliti telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan hal yang akan diteliti, hal ini untuk mempermudah peneliti dalam menjangkau dan membatasi masalah serta mempermudah penelitian.

3. Dokumentasi

Teknik dokumentasi adalah pengambilan data yang diperoleh melalui dokumen-dokumen.¹¹ Data yang dikumpulkan dengan teknik dokumentasi cenderung merupakan data sekunder yaitu berisi surat-surat, catatan harian, laporan-laporan maupun teori-teori para ahli.¹²

Peneliti mengambil data dokumentasi berupa dokumen, foto, hingga rekaman pada waktu penelitian di SMP IT Luqmanul Hakim Aceh Besar.

¹⁰ Humrati dan Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif*,..., hal. 80.

¹¹ Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial, Edisi Kedua*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hal. 69.

¹² Burhan Bungin, *Penelitian Kualitatif*,..., hal. 125.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data kualitatif adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesis, menyusun ke dalam pola-pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.¹³

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisis data model Millen dan Huberman, yaitu:

1. Data Reduksi (*Data Reduction*)

Data yang diperoleh di lapangan sangat banyak dan kompleks dan harus dicatat semua oleh peneliti. Oleh karena itu adanya data reduksi untuk merangkum dan memilih mana data yang penting dan pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting. Dengan demikian akan memudahkan penulis dalam memperoleh hasil yang ingin dicapai.

2. Penyajian Data (*Data Display*)

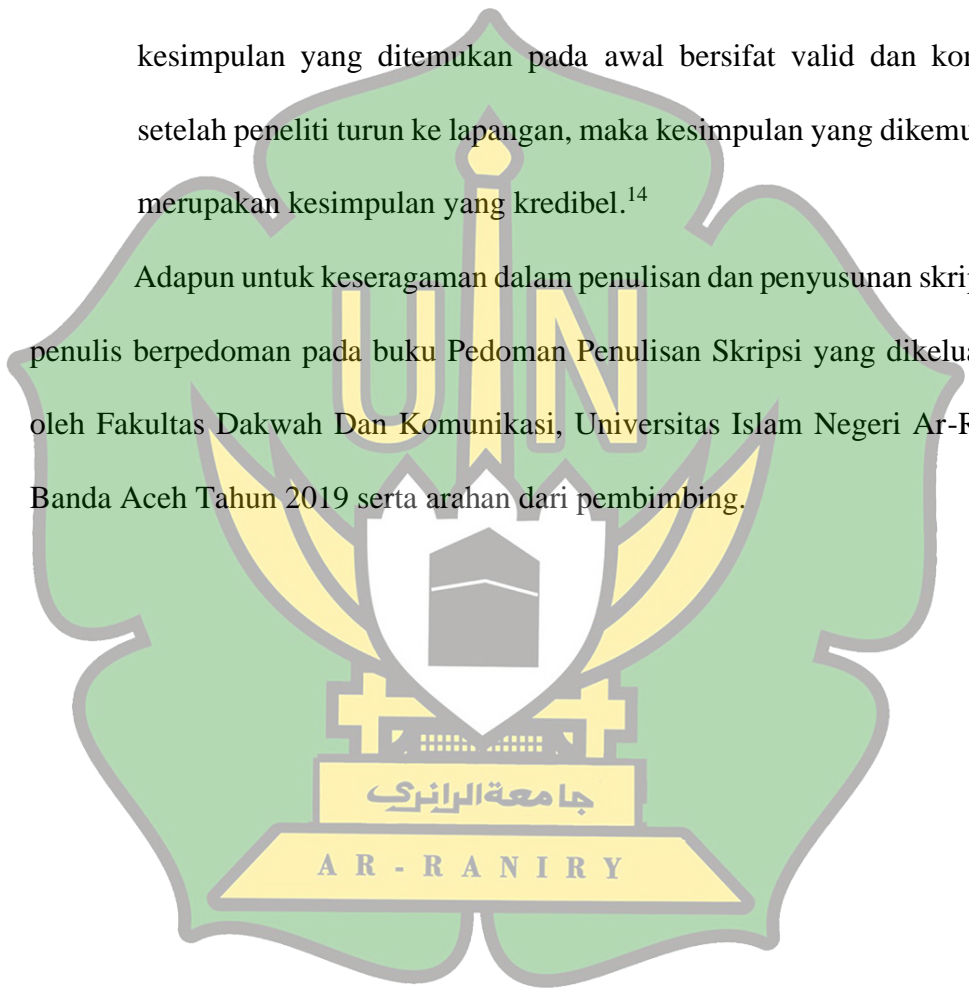
Setelah reduksi data, langkah selanjutnya adalah penyajian data. Penyajian data dapat dilakukan dengan membuat pola, tabel, atau sejenisnya dari focus masalah, agar data yang disajikan tersusun rapi dan saling berkaitan. Hal ini akan memudahkan penulis untuk memahami data yang telah di dapatkan.

¹³ Humrati dan Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif*,..., hal. 85.

3. Penarikan Kesimpulan (*Conclusion*)

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Apabila kesimpulan yang ditemukan pada awal bersifat valid dan konsisten setelah peneliti turun ke lapangan, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.¹⁴

Adapun untuk keseragaman dalam penulisan dan penyusunan skripsi ini, penulis berpedoman pada buku Pedoman Penulisan Skripsi yang dikeluarkan oleh Fakultas Dakwah Dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh Tahun 2019 serta arahan dari pembimbing.



¹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif ,...*, hal. 245-252

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Hasil Penelitian

Objek dari penelitian ini adalah SMP IT Luqmanul Hakim Banda Aceh. Gambaran umum yang akan dibahas tentang objek penelitian ini yaitu 1) Sejarah singkat SMP IT Luqmanul Hakim 2) Struktur kepemimpinan SMP IT Luqmanul Hakim 3) Keadaan siswa dan fasilitas sekolah 4) Visi dan Misi SMP IT Luqmanul Hakim.

1. Sejarah Singkat SMP IT Luqmanul Hakim

Sekolah Mengengah Pertama Islam Terpadu (SMP IT) Luqmanul Hakim didirikan pada bulan Juni 2011. SMP IT Luqmanul Hakim memiliki luas tanah sebesar 520 M², SMP IT Luqmanul Hakim beralamat di desa Lamtheun Kecamatan Darul Imarah Kabupaten Aceh Besar. SMP IT Luqmanul Hakim menerapkan kurikulum SMP 2013 dengan penyelenggaraan sekolah selama lima hari dalam seminggu. Sumber listrik yang digunakan bersumber dari PLN setempat dengan daya listrik 17 Watt, SMP IT Luqmanul Hakim tidak memiliki akses internet atau jaringan Wifi.¹

SMP IT Luqmanul Hakim dipimpin oleh kepala sekolah bernama Alfajri Kamal Ayu. Jumlah keseluruhan Pendidik, tim manajemen dan staf berjumlah

¹ Dokumentasi SMP IT Luqmanul Hakim

23 orang, dengan jumlah siswa sebanyak 86 orang, yang terdiri dari 43 siswa laki-laki dan 43 siswa perempuan. SMP IT Luqmanul Hakim dahulu berada dibawah naungan Yayasan Komite Kemanusiaan Indonesia Untuk Aceh (KKIA) dan sekarang diganti dengan Yayasan Pendidikan Luqmanul Hakim. Sekolah Menengah Pertama Islam Terpadu (SMP IT) Luqmanul Hakim adalah sekolah yang menjadikan pesan-pesan Islam sebagai inspirator pada semua bidang pelajaran. SMP Islam Terpadu Luqmanul Hakim selalu berupaya menjadikan nilai-nilai dan pesan-pesan al-Qur'an dan As-Sunnah sebagai rujukan pertama dan utama dalam kegiatan belajar. Dengan demikian aktifitas kegiatan belajar mengajar di kelas maupun di luar kelas selalu dalam bingkai-bingkai Rabbaniyah.²

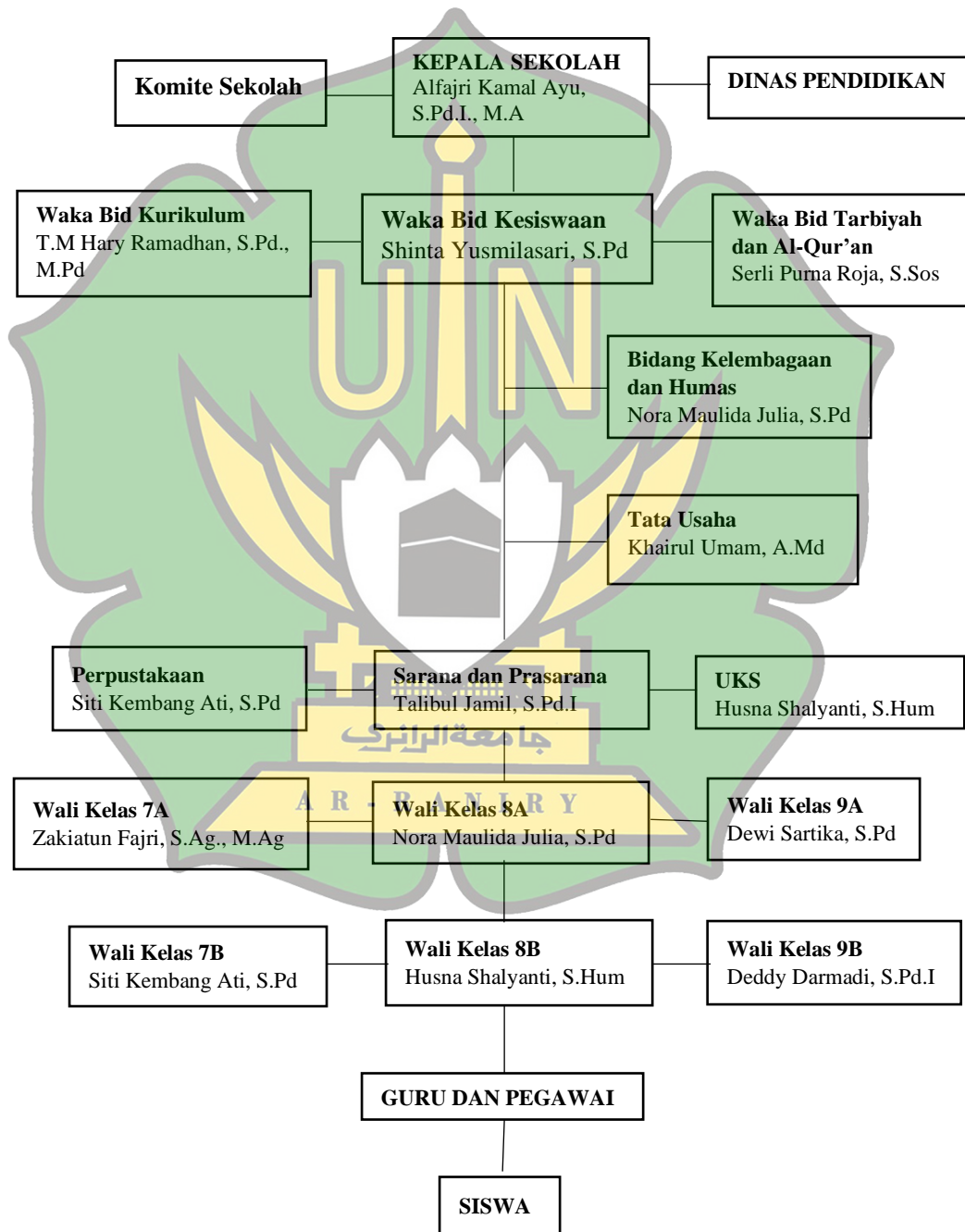
SMP IT Luqmanul Hakim memadukan bidang pelajaran umum dengan bidang pelajaran agama secara seimbang bahkan memasukan pesan-pesan Illahi diseluruh bidang studi sekolah, juga mengkondisikan siswa pada lingkungan kehidupan yang penuh dengan nuansa Islam, dengan menjadikan mesjid sebagai sentral kegiatan ibadah dan pemantapan nilai-nilai ruhiyah. SMP IT Luqmanul Hakim berupaya mengintegrasikan secara optimal aspek kognitif, afektif dan psikomotorik dalam proses kegiatan belajar mengajar. SMP IT Luqmanul Hakim juga berupaya melibatkan peran orang tua dan masyarakat dalam pembinaan dan pendidikan para siswa.³

² Dokumentasi SMP IT Luqmanul Hakim

³ Dokumentasi SMP IT Luqmanul Hakim

2. Struktur Kepemimpinan Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim

Bagan 4.1
Struktur Kepemimpinan Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim



Sumber: Dokumentasi SMP IT Luqmanul Hakim

Berdasarkan bagan di atas maka dapat digambarkan personalia pengurus SMP IT Luqmanul Hakim adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2
Tentang Jumlah Personalia Pengurus SMP IT Luqmanul Hakim

No.	PENGURUS	JUMLAH
1.	Kepala Sekolah	1 Orang
2.	Waka Bid	4 Orang
3.	Tata Usaha	1 Orang
4.	Perpustakaan	1 Orang
5.	kelembagaan dan Humas	1 Orang
6.	UKS	1 Orang
7.	Wali Kelas	6 Orang
JUMLAH TOTAL		15 Orang

Sumber: data bulanan sekolah

Berikut nama-nama pegawai SMP IT Luqmanul Hakim beserta lulusan pendidikan terakhir pegawai SMP IT Luqmanul Hakim sebagai Berikut:

Tabel 4.3
Daftar Nama Pegawai SMP IT Luqmanul Hakim Tahun Pelajaran 2023/2024

No	NAMA	L/P	LULUSAN	
			UNIVERSITAS	FAKULTAS/ JURUSAN
1	Alfajri Kamal Ayu, S.Pd.I., M.A	L	UIN Ar-Raniry	Pascasarjana / S2 Ilmu Agama Islam

2	T.M Hary Ramadhan, S.Pd., M.Pd	L	Syiah Kuala	Pascasarjana / S2 IPA
3	Shinta Yusmilasari, S.Pd	P	Syiah Kuala	S1 Pendidikan Fisikia
4	Serli Purna Roja, S.Sos	P	UIN Ar-Raniry	S1 Manajemen Dakwah
5	Deddy Darmadi, S.Pd.I	L	UIN Ar-Raniry	S1 Pendidikan Agama Islam
6	Khairul Umam, A.Md	L	Syiah Kual	S1 Manajemen Informatika
7	Putri Wildani	P	LIPIA Banda Aceh	I'dad Lughoh
8	Siti Kembang Ati, S.Pd	P	Syiah Kuala	S1 Pendidikan Geografi
9	Nanda, S.Pd.I	P	UIN Ar-Raniry	S1 Pendidikan Agama Islam
10	Miftahul Jannah, S.Pd	P	UIN Ar-Raniry	S1 Bahasa Inggris
11	Thalibul Jamil, S.Pd.I	P	UIN Ar-Raniry	S1 Bahasa Inggris
12	Aqsamia Galidha, S.Pd	P	Syiah Kuala	S1 Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan
13	Fusrida, S.Pd	P	Serambi Mekkah	S1 Pendidikan Bahasa Sastra dan Daerah

14	Sarah Nadia, S.Pd	P	Syiah Kuala	S1 Pendidikan Matematika
15	Husna Shalyanti, S.Hum	P	UIN Ar-Raniry	S1 Sejarah Kebudayaan Islam
16	Nora Maulidia Julia, S.Pd	P	UIN Ar-Raniry	S1 Pendidikan Agama Islam
17	Rana Almukarramah, S.Pd	P	UIN Ar-Raniry	S1 Pendidikan Agama Islam
18	Dewi Sartika, S.Pd	P	UIN Ar-Raniry	S1 Pendidikan Biologi
19	Ikhlasul Amal, S.E	P	UIN Ar-Raniry	S1 Ekonomi dan Bisnis Islam
20	Zakiatun Fajri, S.Ag., M.Ag	P	UIN Ar-Raniry	Pascasarjana / S2 Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
21	Ratna Sari Dewi, S.Mat	P	Syiah Kuala	S1 Matematika
22	April Yanti	P	UIN Ar-Raniry	S1 Sejarah Kebudayaan Islam
23	Ulfa Nursafitri, S.Pd	P	UIN Ar-Raniry	S1 Pendidikan Agama Bahasa Arab

Sumber: Laporan bulanan SMP IT Luqmanul Hakim

Berdasarkan tabel di atas dapat, maka dapat kita ketahui bahwa jumlah guru terhitung ada sebanyak 23 orang. Diantaranya guru lulusan UIN Ar-Raniry ada 14 orang, guru lulusan Unsyiah ada 7 orang, guru lulusan Serambi Mekkah

1 orang dan guru lulusan LIPIA 1 orang. Kemudian guru pegawai berjumlah 15 orang dan guru kontrak berjumlah 8 orang. Guru di SMP IT Luqmanul Hakim terdiri dari 6 orang guru laki-laki dan 17 orang guru perempuan.

3. Keadaan Siswa dan Fasilitas sekolah

Jumlah siswa/siswi yang terdaftar di SMP IT Luqmanul Hakim tahun pelajaran 2023/2024 adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4
Siswa/Siswi SMP IT Luqmanul Hakim

Kelas	Jumlah Siswa		Jumlah
	L	P	
VII A	-	14	14
VII B	13	-	13
VIII A	-	15	15
VII B	15	-	15
IX A	-	14	14
IX B	15	-	15
Jumlah	43	43	
Total			86

Sumber: Dokumentasi SMP IT Luqmanul Hakim

Jadi jumlah keseluruhan siswa/siswi yang sedang mengikuti pendidikan di SMP IT Luqmanul Hakim Aceh Besar tahun pelajaran 2023/2024 adalah berjumlah 86 orang.

Fasilitas yang ada di sekolah SMP IT Luqmanul Hakim yaitu:

Tabel 4.5

Tabel Fasilitas Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim

No	Jenis Ruangan	Jumlah
1.	Ruang kelas	6
2.	Ruang Guru	1
3.	Ruang kepala sekolah	1
4.	Perpustakaan	1
5.	Kantin	1
6.	lapangan	1
7.	Mushalla	1
TOTAL		12

Sumber: Dokumentasi SMP IT Luqmanul Hakim

4. Visi Misi SMP IT Luqmanul Hakim

Visi SMP IT Luqmanul Hakim adalah:

“Mewujudkan Generasi Qur’ani dan modern yang berwawasan Global”

Sementara Misinya adalah:

- a. Menyelenggarakan pendidikan Islam dengan prinsip Tashfiah dan Tarbiyah
- b. Menanamkan aqidah dan ibadah shahihah serta ahklaqul qarimah
- c. Meningkatkan program pembinaan dan pembiasaan bahasa Arab dan Inggris
- d. Menumbuhkan kreativitas dan kemandirian
- e. Menerapkan proses pembelajaran berbasis teknologi
- f. Membantu siswa untuk mengembangkan potensi diri dan bermasyarakat.⁴

B. Hasil Penelitian

1. Latarbelakang sekolah menerapkan program pembiasaan puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim

Sebagaimana yang disampaikan oleh Bapak AK selaku Kepala Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim:

“Program ini sudah diterapkan mulai dari awal sekolah ini didirikan, kalau dihitung mundur sejak 2011 pada bulan Juli dan sekarang sudah 13 tahun. Hanya saja itu masih dalam anjuran, belum seperti sekarang sudah menjadi program rutin setiap tahun pembelajaran. Tiga tahun belakangan sudah ada regulasi tertulis, dan ini sudah menjadi program rutin diantara 12 sunnah harian di sekolah. Yang melatar belakangi program ini adalah bahwa sekolah Islam, sekolah IT yaitu Islam Terpadu. Bisa dikatakan semi pesantren. jadi ingin membiasakan siswa untuk terbiasa mengikuti sunnah Nabi, puasa sebuah anjuran, maka diterapkan program ini. Tujuannya yang pertama yaitu menggambarkan ciri sekolah Islam, kedua ingin memberikan pendidikan sambil beribadah, yaitu melihat nilai-nilai kejujuran pada siswa, kemudian juga untuk mencontoh Nabi, dan

⁴ Dokumentasi SMP IT Luqmanul Hakim

tentunya juga untuk kesehatan, karena puasa ini sangat berpengaruh terhadap kesehatan, selanjutnya membiasakan siswa menjadi produktif.”⁵

Program ini sudah diterapkan semenjak awal sekolah ini berdiri yaitu pada tahun 2011 hingga sekarang terdapat regulasi tertulis dan ini sudah menjadi program sekolah yaitu berdasarkan surat edaran Nomor: 01/EDR/SMPIT-LH/VII/2022 tentang pelaksanaan Gerakan Ihyaus Sunnah (GIS) di Lingkungan SMP IT Luqmanul Hakim. Tujuan program ini untuk membiasakan dan melatih anak-anak untuk terbiasa berpuasa. Cara sekolah dalam melakukan sosialisasi yang pasti pada awal proses pendaftaran atau pada saat penerimaan siswa baru, program ini mulai dilakukan seminggu sebelum proses pembelajaran efektif. Sebelum penerapan pihak sekolah mengundang orang tua siswa dan menjelaskan mengenai program ini, bahwa terdapat program puasa Senin Kamis. Bagi orang tua yang ingin anaknya bersekolah di SMP Luqmanul Hakim harus menyatakan kesiapan anak bahwa mengikuti semua program yang diterapkan oleh sekolah.⁶

H selaku salah satu siswa SMP Luqmanul Hakim pada kelas 9A menyatakan:

“Pandangan saya terhadap penerapan program puasa Senin dan Kamis adalah satu program yang sangat bagus karena bisa melatih diri siswa dan siswi untuk belajar berpuasa. Saya merasa senang dan tidak terganggu sama sekali dengan program tersebut karena itu merupakan program yang penting karena membiasakan kami berpuasa sehingga nanti waktu puasa

⁵ Hasil Wawancara dengan Bapak AK selaku Kepala Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 07 November 2023 pada Pukul 09.00-10.05 Wib.

⁶ Hasil Wawancara dengan Ibu SP Selaku Guru Pembina Program Puasa Senin Kamis SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 08 November 2023 pada Pukul 10.20-11.30 Wib.

Ramadhan sudah terbiasa. Alhamdulillah orang tua juga sangat mendukung dan sangat senang dengan program ini.”⁷

Sama halnya dengan yang disampaikan oleh N Kelas 9A:

“Menurut saya adalah satu program yang bagus karena melatih kedisiplinan dan saya juga sangat merasa senang dengan puasa Senin Kamis karena menurut saya itu sangat penting, karena kita bisa melatih kesabaran. Selama ini orang tua sangat mendukung dan orang tua sangat senang dengan program yang diterapkan oleh sekolah.”⁸

Program puasa Senin dan Kamis adalah program yang sangat baik karena sangat bagus untuk diterapkan di sekolah dan program ini sama sekali tidak mengganggu karena memang ini satu ibadah. Program puasa Senin dan Kamis itu sangat penting untuk dilakukan karena merupakan satu ibadah yang sangat dianjurkan. Dalam proses pelaksanaan orang tua sangat mendukung dan senang dengan program puasa Senin Kamis.⁹

Selanjutnya FA selaku siswa kelas 9B Menyatakan:

“Menurut saya program yang bagus sekali untuk diterapkan karena puasa merupakan salah satu ibadah, saya juga merasa senang dengan penerapan program ini dan tidak merasa terganggu karena memang tidak mengganggu aktivitas pembelajaran sama sekali. Saya katakan sangat penting untuk diterapkan manfaatnya sangat luar biasa. Apalagi ada dukungan dari orang tua saya melakukan puasa Senin dan Kamis.”¹⁰

⁷ Hasil Wawancara dengan H selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 09.10-10.00 Wib.

⁸ Hasil Wawancara dengan N selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.20-11.15 Wib.

⁹ Hasil Wawancara dengan FR selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.00-11.15 Wib.

¹⁰ Hasil Wawancara dengan FA selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 11.15-12.00 Wib.

AN selaku siswa kelas 8A menyatakan:

“Ini merupakan program yang penting untuk diterapkan karena dapat membiasakan diri saya untuk berpuasa tidak hanya pada bulan Ramadhan. Saya sangat senang dengan program ini dan sama sekali tidak merasa terganggu baik itu terganggu proses pembelajaran atau pun akan terganggu dengan hal hal lainnya. Puasa Senin Kamis itu merupakan suatu ibadah bukan hanya sekedar program dari sekolah dan alhamdulillah selama ini orang tua sangat mendukung, mungkin tanpa saya mengikuti program sekolah pun orang tua saya pasti mengajarkan saya untuk berpuasa.”¹¹

Program puasa Senin Kamis adalah program yang sangat bagus karena membiasakan diri untuk berpuasa dan saya merasa senang dengan berpuasa Senin dan Kamis karena memang tidak membebankan sama sekali dan tidak merasa terganggu. Pada dasarnya puasa salah satu ibadah, jadi sangat penting untuk dilaksanakan, alhamdulillah orang tua sangat mendukung bahkan orang tua sangat senang karena anaknya berpuasa Senin dan Kamis.¹²

Berdasarkan hasil observasi yang telah peneliti lakukan peneliti melihat bahwa penerapan program puasa Senin dan Kamis diterapkan bagi seluruh siswa dan guru di sekolah. Penerapan puasa Senin merupakan kewajiban bagi seluruh siswa dan akan diabsen sekaligus dievaluasi pelaksanaannya, sedangkan pada hari Kamis pelaksanaan puasa hanya berupa anjuran, yaitu tidak diberlakukan absen serta evaluasi dalam pelaksanaannya. Karena pada hari Kamis pihak sekolah juga menerapkan program pramuka bagi siswa. Selama pelaksanaan

¹¹ Hasil Wawancara dengan AN selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 09.20-10.10 Wib.

¹² Hasil Wawancara dengan AS selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.20-11.15 Wib.

puasa dari pagi hingga kelas berakhir, tidak terdapat siswa yang makan sembarangan serta bagi siswi yang sedang haid maka mereka diharuskan makan di ruang tertutup dan tidak dilihat oleh siswa dan siswi lain yang sedang melaksanakan puasa.¹³

Kemudian SH selaku siswa kelas 8B menyatakan :

“Pandangan saya tentang puasa Senin Kamis bahwa program ini yang sangat bagus untuk dilakukan karena salah satu bentuk ibadah, jadi kita terbiasa berpuasa sunah selain puasa ramadhan. Saya merasa senang dengan program ini dan sama sekali tidak terganggu karena sudah sering berpuasa. Apalagi orang tua menyuruh saya untuk berpuasa sunah salah satunya pada hari Senin dan Kamis.”¹⁴

Kemudian RZ selaku siswa kelas 8B menyatakan :

“Saya sangat senang dengan adanya program puasa Senin Kamis, karena ini akan melatih saya untuk terbiasa berpuasa dan melatih saya untuk selalu berbuat baik. Dengan adanya program ini, saya sama sekali tidak merasa terganggu, karena ini merupakan suatu ibadah yang sangat baik bagi kita. Alhamdulillah juga selama ini orang tua sangat senang dan mendukung saya untuk selalu berpuasa pada hari Senin Kamis.”¹⁵

2. Dampak puasa Senin Kamis terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim

Sebagaimana yang disampaikan oleh Bapak AK selaku Kepala Sekolah

SMP IT Luqmanul Hakim:

¹³ Hasil Observasi di Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023.

¹⁴ Hasil Wawancara dengan SH selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 11.10-12.05 Wib.

¹⁵ Hasil Wawancara dengan RZ selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.00-11.00 Wib.

“Tentu ada dampak terhadap kecerdasan spiritualnya, dengan adanya program ini, maka siswa akan shalat tepat waktu, bisa melatih ketenangan dan fokus. Dengan adanya puasa siswa lebih mampu menahan diri dan sabar, dan terlihat siswa antusias sejauh ini terhadap program ini. Dengan adanya program ini, siswa menjadi mencintai sunnah Nabi, selanjutnya siswa menjadi pribadi yang jujur dan disiplin dalam hal beribadah maupun pembelajaran.”¹⁶

Selanjutnya Ibu SP selaku guru yang bertanggung jawab dalam pelaksanaan program puasa Senin dan Kamis:

“Kecerdasan spiritual itu sangat penting, bahwa kecerdasan spiritual merupakan hubungan hamba dengan Allah, jadi kalau siswa tidak memiliki kesadaran tentang itu bagaimana mereka bisa menjalankan ibadah. Menurut saya pasti ada perubahan perilaku yang positif, anak-anak lebih diam, tidak ribut, lebih teratur. Kita terus membimbing siswa secara pelan-pelan, biasakan setiap hari. Pasti ada perubahan perilaku, seperti anak-anak lebih terlatih untuk sabar, lebih produktif. Puasa ini memang merubah sikap manusia, jika apabila manusia mau berubah. Perubahannya memang tidak terlalu signifikan, yang paling terlihat itu seperti pendewasaan diri pada anak-anak. Dengan anak-anak berpuasa mereka lebih tertib dan teratur. Yang diharapkan pihak sekolah dengan adanya penerapan program ini adalah meningkatkan hubungan mereka dengan Allah, diharapkan anak-anak lebih bisa mengontrol diri, seperti menjaga tutur kata. Bagi anak-anak yang tidak ada perubahan perilaku maupun peningkatan kecerdasan spiritual, tidak mengapa, karena ini bisa terbentuk tidak hanya dengan puasa. Tetapi yang menjadi tanggung jawab kami dari pihak sekolah adalah bagaimana terus membina anak-anak agar ada perubahan perilaku yang positif serta meningkatnya kecerdasan spiritual mereka.”¹⁷

Sama halnya dengan yang disampaikan oleh N Kelas 9A:

“Sebetulnya saya kurang tahu kecerdasan spiritual itu seperti apa tapi menurut saya ada perubahan dalam diri saya seperti lebih tenang menghadapi permasalahan selanjutnya lebih sabar dan lebih mudah

¹⁶ Hasil Wawancara dengan Bapak AK selaku Kepala Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 07 November 2023 pada Pukul 09.00-10.05 Wib.

¹⁷ Hasil Wawancara dengan Ibu SP Selaku Guru Pembina Program Puasa Senin Kamis SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 08 November 2023 pada Pukul 10.20-11.30 Wib.

mengatur emosi. Kalo perubahan perilaku tentu ada seperti sholat lima waktu juga tepat waktu dan tidak suka bolong bolong lagi sholatnya.”¹⁸

Kemudian yang disampaikan oleh H selaku siswa kelas 9A:

“Kalau kecerdasan spiritual pastinya ada berubah sedikit mungkin lebih mudah mengatur diri dan meningkatkan kesabaran. Kalau perubahan perilaku tentunya ada, seperti misalnya tidak suka marah-marah, lebih senang belajar dan lebih terkontrol semua perilaku sehari-hari. Menurut saya karena puasa Senin Kamis itu kan dapat melatih kesabaran, dan dapat membuat kita belajar untuk menahan diri sehingga hal ini tentuberpengaruh buat kecerdasan spiritual ini bagaimana mendekatkan diri kepada Allah.”¹⁹

Menurut SH selaku siswa kelas 8B menyatakan:

“Perubahan atau peningkatan kecerdasan spiritual ada seperti akan lebih merasa dekat dengan Allah selanjutnya saya lebih sabar dan mau kalau untuk perubahan perilaku seperti tidak gampang marah marah. Intinya lebih terkontrol apapun yang dilakukan setiap hari karena dengan berpuasa kita dapat mengontrol diri tidak mau berbohong atau melakukan hal hal lainnya yang bersifat negatif.”²⁰

Kemudian RZ selaku siswa kelas 8B menyatakan:

“Ada perubahan atau peningkatan kecerdasan spiritual, seperti saya menjadi lebih sabar, lebih mudah mengontrol diri. Kalau perubahan perilaku mungkin lebih tertata selanjutnya lebih menjaga diri dan selama ini juga dengan berpuasa maka sholatnya jadi lebih sering tepat waktu. Menurut saya bisa terjadi seperti ini karena puasa Senin Kamis bisa membuat kita disiplin baik disiplin dalam belajar maupun disiplin dalam ibadah.”²¹

¹⁸ Hasil Wawancara dengan N selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.20-11.15 Wib.

¹⁹ Hasil Wawancara dengan H selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 09.10-10.00 Wib.

²⁰ Hasil Wawancara dengan SH selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 23 November 2023 pada Pukul 11.10-12.05 Wib.

²¹ Hasil Wawancara dengan RZ selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.00-11.00 Wib.

Pastinya ada peningkatan kecerdasan spriritual. Contohnya seperti lebih mudah mengatur diri, lebih sabar, tidak cepat marah, merasa lebih dekat dengan Allah. Puasa Senin Kamis ini juga berpengaruh pada perubahan perilaku, seperti dengan berpuasa kita terkontrol untuk tidak berbohong atau pun tidak melakukan hal hal yang negatif karena ketika berpuasa kita tidak melakukan hal hal yang tidak baik karena takut pahalanya berkurang.²²

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan, peneliti melihat bahwa dampak puasa Senin dan Kamis sangatlah signifikan terhadap kecerdasan spriritual siswa. Hal ini terlihat pada siswa sangat antusias dalam melaksanakan kegiatan keagamaan yang dilaksanakan oleh pihak sekolah, diantaranya adalah muhadharah asyik, kegiatan menghafal al-Qur'an dan pelaksanaan shalat Dhuha rutin yang dilaksanakan setiap hari di sekolah. Shalat Dhuha juga menjadi salah satu program dari SMP IT Luqmanul Hakim yang dilaksanakan setiap hari, serta para siswa terlihat antusias dalam pelaksanaannya.²³

Berikut kegiatan observasi yang berhasil peneliti dokumentasikan di SMP IT Luqmanul Hakim: **A R - R A N I R Y**

²² Hasil Wawancara dengan AS selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.20-11.15 Wib.

²³ Hasil Observasi di SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023.



Dokumentasi kegiatan muhadharah asyik di SMP IT Luqmanul Hakim



Dokumentasi kegiatan menghafal Al-Qur'an di SMP IT Luqmanul Hakim



Dokumentasi kegiatan sholat dhuha di SMP IT Luqmanul Hakim

Seperti yang disampaikan oleh SH kelas 8B

“Dengan adanya puasa Senin Kamis saya dapat menjaga diri dari berbuat maksiat, diri menjadi lebih tenang, menjadi lebih jujur, takut untuk berbuat salah dan takut untuk menyontek, kalau berbohong dapat membuat pahala puasa menjadi berkurang, dan yang paling terlihat itu menjadi lebih sabar.”²⁴

²⁴ Hasil Wawancara dengan SH selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 11.10-12.05 Wib.

3. Kendala-kendala dalam penerapan program puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim

Sebagaimana yang disampaikan oleh Bapak AK selaku Kepala Sekolah

SMP IT Luqmanul Hakim:

“Tidak ada kendala yang berarti, karena secara biaya, ini sama sekali tidak ada biaya. Salah satu kendala mungkin anak-anak ada yang tidak bangun sahur, dan orang tua tetap koordinasi dengan meminta izin agar anak tersebut tidak berpuasa pada hari itu, tapi ada juga anak-anak yang tetap berpuasa. Mengenai sanksi, karena ini sudah menjadi program wajib dan rutin, jadi ini lebih ke sanksi siswa dalam melanggar peraturan sekolah, sanksinya tidak dalam bentuk hukuman fisik seperti dipukul, atau dijemur. Sanksi yang diberikan juga harus bersifat positif, yaitu menghafal al-Qur’an dan menulis ayat-ayat al-Qur’an. Hal ini bertujuan untuk memperbanyak hafalan, memperbaiki bacaan dan memperbagus tulisan Arab (al-Qur’an) pada siswa. Cara pihak sekolah dalam mengontrol dengan memberi catatan, di catat dan sangat terdata. Misalnya A dalam semester ini berapa hari ada berpuasa, berapa hari tidak berpuasa, dan apa alasannya, jadi sangat dikontrol dan data dengan baik. Setiap semester akan kita cek dan berikan raport kepada orang tua wali mengenai program puasa Senin Kamis.”²⁵

Selanjutnya Ibu SP selaku guru yang bertanggung jawab dalam pelaksanaan program puasa Senin dan Kamis:

“Mengenai kendala, menurut saya tidak ada kendala, karena diadakannya program puasa senin kamis ini merupakan bentuk ibadah orang muslim, selama pelaksanaan program tidak ada kendala yang terjadi. Seperti yang telah saya sebutkan di awal tadi bahwasanya ini merupakan puasa sunnah jadi memang tidak ada sanksi yang berat ataupun signifikan karena memang tujuan dari program ini adalah untuk membiasakan anak-anak dalam berpuasa jadi sanksi yang diterapkan pun harus ada positif terhadap mereka. Jika mengenai sanksi, sanksi yang kami berikan adalah apabila terdapat anak yang tidak berpuasa selama tiga hari, maka kami

²⁵ Hasil Wawancara dengan Bapak AK selaku Kepala Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 07 November 2023 pada Pukul 09.00-10.05 Wib.

akan memerintahkan anak tersebut untuk menulis al-Qur'an, memberikan hafalan, itu saja sanksi yang di terapkan tetapi tetap diharapkan anak-anak sadar dan ikhlas melaksanakan program ini, Karena bagi saya untuk apa menerapkan sanksi pada hal kebaikan. Meskipun tidak ada sanksi yang berat, kami tetap melakukan penguatan setiap hari, seperti menjelaskan manfaat puasa Senin dan Kamis. Dan kita harap orang tua bekerja sama, karena ini memang sangat positif untuk anak-anak. Untuk mengontrol siswa, yang pertama kita selalu mengingatkan dalam grup, baik itu grup khusus siswa dan juga grup khusus wali murid. Kemudian bagi siswa perempuan yang sedang haid, ketika mereka ingin makan, sudah kita jelaskan untuk makan di tempat yang tidak di lihat oleh anak-anak yang lain. Untuk evaluasi kita adakan sebulan sekali yaitu kita seperti membuat rekapan atas seperti absen untuk mendata anak anak yang melakukan puasa ataupun yang tidak singgah kan itu bisa terlihat jelas siswa yang berpuasa ataupun yang tidak berpuasa.”²⁶

Kemudian H selaku siswa kelas 9A menyatakan bahwa:

“Tentunya sudah terbiasa dari awal sekolah, karena memang sudah menjadi program di sekolah, jadi pasti akan senantiasa terbiasa selanjutnya mengenai kendala mungkin hany susah untuk bangun sahur. Kalau menghadapi kendala nya tentu meminta bantuan orang tua selalu membangunkan sahur dan memasang alarm, sejauh ini saya belum pernah melanggar program puasa Senin Kamis, karena ini juga merupakan bentuk ibadah saya kepada Allah.”²⁷

Selanjutnya menurut N selaku siswa kelas 9A menyatakan bahwa:

“Jika untuk membiasakan diri mungkin lambat laun pasti akan terbiasa dengan program yang diterapkan di sekolah, mengenai kendala kadang-kadang sulit bangun sahur dan lapar saat siang hari atau emosi mungkin bisa menjadi kendala, untuk mengatasinya misalnya lupa sahur tetap

²⁶ Hasil Wawancara dengan Ibu SP Selaku Guru Pembina Program Puasa Senin Kamis SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 08 November 2023 pada Pukul 10.20-11.30 Wib.

²⁷ Hasil Wawancara dengan H selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 09.10-10.00 Wib.

berpuasa seperti biasanya dan lebih belajar untuk mengontrol diri. Sejauh ini saya belum pernah sama sekali melanggar program puasa Senin dan Kamis.”²⁸

FR selaku siswa kelas 9B menyatakan bahwa:

“Mungkin tidak perlu ada upaya apapun karena pada saat mulai masuk sekolah sudah diterapkan program tersebut sehingga memang akan terbiasa dengan sendirinya, untuk kendala yaitu susah untuk bangun bangun sahur, dalam mengatasi kendala itu saya meminta orang tua sayang untuk selalu membangunkan sahur dan jika saya tidak terbangun maka saya akan tetap melaksanakan puasa. Dari awal masuk sekolah sampai sekarang saya belum pernah melanggar program puasa Senin dan Kamis karena itu juga membiasakan diri berpuasa.”²⁹

Selanjutnya FA selaku siswa kelas 9B menyebutkan:

Dari awal mendaftar di SMP IT Luqmanul Hakim memang sudah dijelaskan mengenai program puasa Senin Kamis, sehingga memang dari awal sudah siap untuk menjalankan program ini, jadi lambat laun akan terbiasa, apalagi kita sebagai umat muslim, puasa adalah suatu ibadah dan selalu kita lakukan pada bulan Ramadhan. Kendala yang saya hadapi dalam pelaksanaan program ini adalah kesulitan dalam bangun sahur bahkan sering juga tidak terbangun, tetapi saya tentunya meminta bantuan orang tua untuk membangunkan, agar dapat melaksanakan puasa setiap hari Senin Kamis.³⁰

Selanjutnya AN selaku siswa kelas 8A menyatakan:

“Cara membiasakan diri mungkin terbiasa sendiri karena puasa sudah sering kita lakukan di bulan Ramadhan, jadi jika misalnya berpuasa di bulan-bulan yang lain tentunya sudah terbiasa apalagi puasa Senin dan

²⁸ Hasil Wawancara dengan N selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.20-11.15 Wib.

²⁹ Hasil Wawancara dengan FR selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.00-11.15 Wib.

³⁰ Hasil Wawancara dengan FA selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 11.15-12.00 Wib.

Kamis pasti sangat banyak orang yang melaksanakannya. Kendalanya yaitu susah bangun sahur dan haus di siang hari, cara mengatasinya yaitu untuk bangun sahur memasang alarm serta meminta orang tua untuk membangunkan. Selama pelaksanaan program ini dari awal sekolah sampai sekarang saya belum pernah sama sekali melanggar program ini, karena tidak memberatkan sama sekali, karna termasuk ibadah.”³¹

AS selaku siswa kelas 8A menyatakan bahwa:

“Untuk membiasakan diri mungkin memang terbiasa sendiri jadi tidak perlu ada hal hal lain yang dilakukan karena kita sudah sering berpuasa jadi memang akan terbiasa sendiri, pasti ada kendala dalam melaksanakan puasa seperti sama juga dengan teman teman yang lain yaitu susah untuk bangun sahur karena mungkin kalau tidak puasa kita tidak bangun di jam jam seperti itu dan cara mengatasinya pasang alarm agar terbangun pada jam sahur. Dan selama penerapan puasa Senin Kamis dari awal sekolah sampai sekarang saya belum pernah melanggar karena ini juga demi kebaikan.”³²

Selanjutnya SH selaku siswa kelas 8B menyebutkan:

“Dalam membiasakan diri, saya memang sudah terbiasa, karena sudah sering berpuasa Ramadhan ini memang terbiasa untuk berpuasa di hari hari yang lain, jika untuk kendala yaitu sulit untuk bangun sahur dan terkadang lupa jika sedang berpuasa sehingga makan atau minum pada saat lagi berpuasa, tetapi tetap melanjutkan puasa dan pada saat malam saya selalu memasang alarm agar terbangun sahur. Selama sekolah sampai sekarang saya belum pernah melanggar program puasa Senin Kamis karena itu juga bermanfaat bagi saya karena puasa salah satu bentuk ibadah.”³³

³¹ Hasil Wawancara dengan AN selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 09.20-10.10 Wib.

³² Hasil Wawancara dengan AS selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.20-11.15 Wib.

³³ Hasil Wawancara dengan SH selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 11.10-12.05 Wib.

Selanjutnya RZ selaku siswa kelas 8B menyebutkan:

Untuk membiasakan diri saya rasa sangat mudah, karena sudah sering melaksanakan puasa saat bulan Ramadhan. Mengenai kendala, kendala yang saya hadapi adalah kesulitan dalam bangun sahur tetapi untuk mengatasi kendala itu saya meminta bantuan orang tua untuk membangunkan saya sahur dan juga memasang alarm agar terbangun. selanjutnya alhamdulillah sampai dengan saat ini saya belum pernah melanggar adanya program ini karena ini juga merupakan suatu kebaikan untuk diri sendiri.³⁴

Berkaitan dengan evaluasi Gerakan Gemar Puasa Sunnah data dokumentasi yang peneliti gunakan di lapangan dapat dilihat pada dokumentasi berikut:

Dokumentasi I

TABEL EVALUASI GERAKAN GEMAR PUASA SUNNAH (GPS) SMP IT LUQMANUL HAKIM SEMESTER 1 (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2022/2023 KELAS : 8-A																
NO	NAMA	NIS	L/P	TANGGAL PELAKSANAAN / KEIKUTSERTAAN												TOTAL
				JULI	AGUSTUS			SEPTEMBER	OKTOBER		NOVEMBER		DESEMBER			
1	Aira Putri Fazilla	21.11.03	P	-	1	15	29	-	12	17	31	14	28	-	-	3
2	Almira Syarifata Ramadhana	21.11.04	P	-	Haid	Sakit	Haid	1	Haid	Sakit	Sakit	1	Haid	Sakit	-	1
3	Andyani Clara Milla Sasmita	21.11.05	P	-	1	Sakit	1	1	Sakit	Haid	1	1	-	-	-	5
4	Azzisa Naufan Shabrina	21.11.06	P	-	1	1	1	1	Haid	1	Haid	1	Haid	1	-	6
5	Fathya Rizka Shabrina	21.11.10	P	-	Haid	1	1	-	1	Sakit	Haid	1	1	-	-	5
6	Haura Adhikya Afrizal	21.11.11	P	-	1	1	1	-	1	Sakit	1	Haid	1	-	-	6
7	Kayla Amanta Ramadhani	21.11.12	P	-	Haid	Sakit	1	-	1	1	1	1	1	-	-	6
8	Nadharani Qahira	21.11.18	P	-	Haid	1	1	-	Haid	1	1	1	1	-	-	6
9	Neyza Aay Syifa	21.11.20	P	-	Haid	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	7
10	Raiyya Fadhlilah	21.11.21	P	-	1	Haid	1	-	1	1	1	1	1	-	-	7
11	Rainissha Alya Jazifa	21.11.22	P	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	Haid	-	6
12	Shaqina Dara Pratiwi	21.11.23	P	-	1	1	1	-	1	Haid	1	Haid	1	-	-	6
13	Silvia Khairunnisa	21.11.24	P	-	1	1	1	-	1	Izin	1	Haid	1	-	-	6
14	Silvia Putri Halqis	21.11.25	P	-	1	Haid	1	-	Haid	Haid	1	Haid	1	-	-	4
15	Siti Shazia Hawra	21.11.26	P	-	Haid	1	1	-	1	1	1	1	Haid	-	-	6

Sumber: Dokumentasi I di atas merupakan Tabel Evaluasi Gerakan Gemar Puasa Sunnah SMP IT Luqmanul Hakim Semester 1 (Ganjil) Tahun Pelajaran 2022/2023 di bulan Juli sampai dengan November pada kelas 8-A.

³⁴ Hasil Wawancara dengan RZ selaku Siswa SMP IT Luqmanul Hakim pada Tanggal 09 November 2023 pada Pukul 10.00-11.00 Wib.

Dokumentasi II

TABEL EVALUASI GERAKAN GEMAR PUASA SUNNAH (GPS) SMP IT LUQMANUL HAKIM SEMESTER 1 (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2022/2023																
KELAS : 8-B																
NO	NAMA	NIS	L.P	TANGGAL PELAKSANAAN / KEIKUTSERTAAN												TOTAL
				JULI	AGUSTUS		SEPTEMBER		OKTOBER		NOVEMBER		DESEMBER			
				-	1	15	29	-	12	17	31	14	28	-	-	
1	Abdul Muttaqin	21.11.01	L	-	1	1	1	-	1	1	Sakit	1	1	-	-	7
2	Ahmad Ridha Nurillah	21.11.02	L	-	Tdk Puasa	1	1	-	1	1	Sakit	1	1	-	-	6
3	Daffa Adrian	21.11.07	L	-	1	1	1	-	1	1	Sakit	1	1	-	-	7
4	Ersyahq Yafi	21.11.08	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	8
5	Eusenza Nuril Quransique	21.11.09	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	8
6	M. Ardabili	21.11.14	L	-	1	1	1	-	1	1	Sakit	1	Tdk Puasa	-	-	6
7	Muhammad Rafi	21.11.15	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	8
8	Muhammad Reyhan Octomo	21.11.16	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	8
9	Muhammad Siddiq	21.11.17	L	-	1	1	Tdk Puasa	-	1	1	Sakit	1	1	-	-	6
10	Teuku Faris Arkan	21.11.27	L	-	1	1	1	-	1	1	Sakit	1	1	-	-	7
11	Ziyad Ilanin	21.11.28	L	-	Tdk Puasa	1	1	-	Sakit	1	1	1	1	-	-	6
12	Muhammad Faiz Mubhammad	21.11.29	L	-	1	1	1	-	1	1	Sakit	1	Tdk Puasa	-	-	6
13	Muhammad Faiz	21.11.30	L	-	Sakit	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	7
14	Tian Shermata Bahsan	21.11.31	L	-	Tdk Puasa	1	1	-	1	Tdk Puasa	1	1	Sakit	-	-	5
15	Sultan Muhammad Alfarah	21.11.32	L	-	1	1	Tdk Puasa	-	1	1	1	Sakit	1	-	-	6
16	Rizky Adhya	22.11.33	L	-	-	Tdk Puasa	1	-	1	1	Izin	1	Sakit	-	-	4

Sumber: Dokumentasi II di atas merupakan Tabel Evaluasi Gerakan Gemar Puasa Sunnah SMP IT Luqmanul Hakim Semester 1 (Ganjil) Tahun Pelajaran 2022/2023 di bulan Juli sampai dengan November pada kelas 8-B.

Dokumentasi III

TABEL EVALUASI GERAKAN GEMAR PUASA SUNNAH (GPS) SMP IT LUQMANUL HAKIM SEMESTER 1 (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2022/2023																
KELAS : 9-A																
NO	NAMA	NIS	L.P	TANGGAL PELAKSANAAN / KEIKUTSERTAAN												TOTAL
				JULI	AGUSTUS		SEPTEMBER		OKTOBER		NOVEMBER		DESEMBER			
				-	1	15	29	-	12	17	31	14	28	-	-	
1	Amisa Rayyan	20.10.03	P	-	1	1	1	-	1	Sakit	Haid	1	Sakit	-	-	5
2	Amisa Rizka	20.10.04	P	-	Haid	1	1	-	Haid	Haid	1	Haid	1	-	-	4
3	Amisa Rizky	20.10.05	P	-	1	1	1	-	1	1	Haid	1	Haid	-	-	6
4	Azzegilna Az Zukinal Prayogi	20.10.06	P	-	1	1	1	-	1	Tdk Puasa	Sakit	1	1	-	-	5
5	Filza Arana Zahra	20.10.09	P	-	Haid	1	1	-	1	1	1	Haid	1	-	-	5
6	Hasya Rahmama	20.10.11	P	-	Haid	1	Sakit	-	Tdk Puasa	Haid	1	Haid	Sakit	-	-	2
7	Keysha Hafniqa	20.10.12	P	-	Sakit	Haid	1	-	1	1	Sakit	Haid	1	-	-	4
8	Nayla Zabwa	20.10.22	P	-	1	1	1	-	1	1	Haid	1	1	-	-	7
9	Rannan Amira Mulya	20.10.25	P	-	Haid	1	1	-	1	1	Haid	Sakit	Tdk Puasa	-	-	3
10	Ratu Nadyne Bhhima	20.10.26	P	-	1	1	1	-	1	1	1	1	Haid	-	-	7
11	Sara Adhla Amayya	20.10.27	P	-	Haid	1	1	-	Tdk Puasa	Tdk Puasa	1	1	1	-	-	5
12	Syifa Airlina Jankovic	20.10.28	P	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	8
13	Tirta Nanda Sari	20.10.30	P	-	1	1	1	-	1	1	1	Haid	1	-	-	6
14	Syira Syifa	20.10.32	P	-	Sakit	Sakit	Sakit	-	1	1	Izin	Sakit	Haid	-	-	2

Sumber: Dokumentasi III di atas merupakan Tabel Evaluasi Gerakan Gemar Puasa Sunnah SMP IT Luqmanul Hakim Semester 1 (Ganjil) Tahun Pelajaran 2022/2023 di bulan Juli sampai dengan November pada kelas 9-A.

Dokumentasi IV

TABEL EVALUASI																
GERAKAN GEMAR PUASA SUNNAH (GPS) SMP IT LUQMANUL HAKIM																
SEMESTER 1 (GANJIL) TAHUN PELAJARAN 2022/2023																
KELAS : 9-B																
NO	NAMA	NIS	LP	TANGGAL PELAKSANAAN / KEKUTSERTAAN										TOTAL		
				JULI	AGUSTUS		SEPTEMBER		OKTOBER		NOVEMBER		DESEMBER			
1	Daffa Riwangga Dzaki Fizaahlah	20.10.07	L	-	1	15	29	-	12	17	31	14	28	-	-	7
2	Erbang Syaqa	20.10.08	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	3	-	8
3	Hafidh Rahmadi	20.10.10	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	8
4	M. Dzaki Aulis	20.10.14	L	-	1	Sakit	Sakit	-	1	1	1	1	1	-	-	6
5	M. Fakhri Aribaya	20.10.15	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	-	-	8
6	M. Thoriq Nazhar	20.10.16	L	-	1	1	Sakit	-	1	1	1	1	1	3	-	7
7	Muhammad Hukman Alhuf	20.10.17	L	-	Sakit	1	1	-	1	1	1	1	1	3	-	7
8	Muhammad Bisan Fauzi	20.10.18	L	-	1	1	1	-	Sakit	1	Tdk Puasa	1	1	3	-	6
9	Muhammad Khilifi Atfah Ma'rif	20.10.19	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	3	-	8
10	Muhammad Zhyia Ur-Ranadban	20.10.20	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	3	-	8
11	Makhsal Mina	20.10.21	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	3	-	8
12	Qaidi Rafiqi	20.10.23	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	3	-	8
13	Rafif An Nabil	20.10.24	L	-	1	1	1	-	1	Tdk Puasa	1	1	1	3	-	7
14	Tasdu Farhin Afr Arayyan	20.10.29	L	-	1	1	Sakit	-	1	1	1	1	1	3	-	5
15	Zulhanayah	20.10.31	L	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	3	-	7

Sumber: Dokumentasi IV di atas merupakan Tabel Evaluasi Gerakan Gemar Puasa Sunnah SMP IT Luqmanul Hakim Semester 1 (Ganjil) Tahun Pelajaran 2022/2023 di bulan Juli sampai dengan November pada kelas 9-B.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil wawancara, observasi dan dokumentasi, maka hasil dari penelitian ini terdiri dari 3 aspek yaitu: 1) Latarbelakang sekolah menerapkan program pembiasaan puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim, 2) Dampak puasa Senin Kamis terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim dan 3) Kendala-kendala dalam penerapan program puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim

1. Latarbelakang sekolah menerapkan program pembiasaan puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim

Berdasarkan hasil penelitian, latar belakang sekolah menerapkan program puasa Senin dan Kamis adalah bahwa sekolah SMP IT Luqmanul Hakim merupakan sekolah Islam, yaitu sekolah Islam terpadu sehingga program yang diterapkan juga bernuansa Islami. Salah satunya seperti penerapan program

puasa Senin dan Kamis. Program ini sudah diterapkan sejak awal sekolah berdiri, yaitu pada tahun 2011 dan di berlakukan bagi seluruh siswa dengan menerapkan absen serta evaluasi dalam pelaksanaannya. Program ini diterapkan dengan tujuan salah satunya yaitu untuk meningkatkan kecerdasan spriritual siswa, yang kemudian tercermi dari sikap serta perilaku siswa yang menunjukkan sikap sabar dan cenderung kepada kebaikan.

Pelaksanaan program puasa Senin dan Kamis didukung penuh oleh seluruh orang tua murid, orang tua murid juga menjadi bagian dalam pelaksanaannya, orang tua juga bekerjasama dalam upaya mendukung siswa seperti membangunkan siswa sahur. Bagi para siswa, program puasa Senin dan Kamis merupakan program yang sangat bagus dan sangat baik, karena berpuasa adalah bentuk ibadah kepada Allah, para siswa sangat senang dengan program ini, hal ini karena dapat melatih siswa dalam membiasakan berpuasa dan mengikuti sunnah Nabi, dapat membuat siswa menjadi disiplin serta membiasakan siswa berbuat baik. Program puasa Senin Kamis sama sekali tidak mengganggu proses pembelajaran di sekolah.

Program puasa Senin dan Kamis menjadi salah satu program unggulan pada SMP IT Luqmanul Hakim, sehingga program ini disosialisasikan secara menyeluruh kepada warga sekolah. Di awal pendaftaran pihak sekolah telah memberikan informasi awal tentang pelaksanaan puasa Senin dan Kamis. Pelaksanaan puasa Senin dan Kamis di sosialisasikan oleh pihak sekolah kepada orang tua siswa dan juga siswa, pertama saat awal pendaftaran sekolah serta disosialisasikan secara terus menerus melalui grup WhatsApp.

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana yang telah peneliti lakukan, peneliti mendapati beberapa unsur dari kecerdasan spiritual. Dan peneliti mendapati bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara puasa sunat Senin dan Kamis. Kecerdasan spiritual sendiri adalah kecerdasan untuk menghadapi perilaku atau hidup dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa hidup seseorang lebih bermakna bila dibandingkan dengan yang lain.

Menurut Zohar dan Marshal terdapat beberapa unsur kecerdasan spiritual yaitu sebagai berikut:

- a. Kemampuan untuk bersikap fleksibel (adaptif spontan dan aktif)
- b. Adanya tingkat kesadaran diri yang tinggi
- c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan
- d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui perasaan sakit
- e. Kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai
- f. Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu
- g. Kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal (berpandangan holistik)
- h. Memiliki kemudahan untuk bekerja melawan konvensi.³⁵

³⁵ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan,....*, hal. 14.

Sedangkan menurut Selain itu kecerdasan spiritual menurut Toto Tasmara unsur dari kecerdasan spiritual yaitu :

- a. Merasakan kehadiran Allah
- b. Berzikir dan berdoa
- c. Memiliki kualitas sabar

Puasa sangat erat kaitnya dengan kesabaran seseorang, karena dengan berpuasa kita akan terlatih untuk sabar. Cenderung pada kebaikan.

- d. Berjiwa besar memiliki visi.³⁶

2. Dampak puasa Senin Kamis terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa dampak pelaksanaan puasa Senin dan Kamis adalah meningkatkan ketakwaan kepada Allah, meningkatkan kesabaran siswa, melatih siswa untuk dapat mengontrol diri, mengontrol emosi siswa, melatih kejujuran, menjadikan siswa lebih produktif, menjadikan siswa memiliki rasa kasih sayang terhadap sesama, membuat siswa disiplin salah satunya disiplin dalam pelaksanaan sholat, melatih fokus siswa, menjadikan siswa lebih tenang, serta menjadikan siswa takut untuk berbuat salah.

³⁶ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Intelligence: Membentuk Kepribadian Yang Bertanggung Jawab, Professional, Dan Berakhlak),...*, hal. 138.

Sebagaimana yang peneliti dapati dalam penelitian ini, terdapat berbagai manfaat dari puasa sunat Senin dan Kamis, hal ini sejalan dengan pendapat dari B. Wihono:

Puasa merupakan ibadah yang mengandung berbagai hikmah bagi yang menjalankannya. Selain melatih jiwa dalam pengendalian nafsu. Puasa juga mengandung hikmah sosial dari penghayatan terhadap kekurangan orang lain. Puasa mengandung hikmah sebagai berikut:

- a. Sarana pendidikan agar bertakwa kepada Allah, patuh pada perintah-Nya dan menghambakan diri kepada-Nya.
- b. Pendidikan jiwa dengan melatih kesabaran serta tahan menghadapi segala penderitaan dalam menaati perintah-perintah-Nya.
- c. Sarana menumbuhkan rasa kasih sayang, persaudaraan, dan kesadaran menolong sesamanya, terutama orang-orang yang mendenita dan kekurangan.
- d. Menanamkan rasa takwa kepada Allah dengan senantiasa melaksanakan perintah-Nya, baik secara terang-terangan maupun tersembunyi, serta meninggalkan segala yang dilarang-Nya.³⁷

Selanjutnya terdapat beberapa hikmah lainnya, yaitu puasa sangatlah berhubungan dengan spiritualitas seseorang, beberapa hubungan antara puasa dengan Spiritualitas seseorang tersebut adalah:

- a. Puasa menjadikan seseorang mampu memperoleh derajat takwa

³⁷ B. Wiwoho, *Mutiara Hikmah Puasa*,..., hal. 44.

Takwa memiliki banyak pengertian, di antaranya takut, (yang berarti takut melanggar ketentuan Allah), menjaga atau membentengi diri dari berbagai dorongan yang tercela dan perbuatan mungkar, menjaga diri dari tingkah laku liar dan buas rimbawi.

b. Puasa meningkatkan keimanan

Dalam berpuasa seseorang dilarang melakukan beberapa hal yang biasanya dilakukan di hari-hari yang lain. Orang yang sudah terbiasa melakukan sesuatu maka tidak mudah untuk meninggalkan kebiasaannya tersebut.

c. Puasa dapat melatih keikhlasan seseorang

Puasa merupakan ibadah yang sifatnya rahasia, sifat rahasia puasa inilah yang menjadikan orang yang berpuasa hanya mengharapkan pahala dari Allah semata. Ketika seseorang hanya menyandarkan balasan dari Allah semata inilah yang akan menjadikan keikhlasan di hatinya

d. Puasa memberikan ketenangan jiwa

Puasa memiliki bentuk Ruh (jiwa) dan bentuk. Bentuk dari puasa adalah menahan diri dari makan, minum, dan bersetubuh dari mulai terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari yang disertai dengan niat. Sedangkan ruh dari puasa adalah menahan diri dari melakukan perbuatan dosa dan perbuatan haram, serta mengerjakan amaliah wajib dan sunat. Dengan demikian orang yang berpuasa tidak hanya

menjalani bentuk puasa, tetapi harus memiliki ruh dari puasa yang dilakukannya.

- e. Puasa melatih seseorang untuk senantiasa merasakan kehadiran Allah

Dari hikmah puasa di atas, maka dapat diketahui bahwa orang yang berpuasa akan terlatih untuk menyadari bahwa ia senantiasa dalam pengawasan-Nya. Karena dalam berpuasa yang mengatahui adalah orang yang berpuasa itu sendiri dan juga Allah.

- f. Puasa Melatih Kesabaran

Puasa sangat berperan penting dalam menumbuhkan dan melatih kesabaran seseorang. Orang yang membiasakan puasa dengan ikhlas karena Allah akan sangat memahami dan menyadari hakikat puasa. Ketika berpuasa harus selalu bersabar untuk mempertahankan kesempurnaan ibadah puasanya.

Puasa sangat erat kaitnya dengan kesabaran seseorang, karena dengan berpuasa kita akan terlatih untuk sabar. Sebagaimana dalam hadis Nabi, yaitu:

وَالصَّوْمُ نِصْفُ الصَّبْرِ وَالطُّهُورُ نِصْفُ الْإِيمَانِ

Artinya: “Puasa itu setengah dari kesabaran dan kesucian itu setengahnya iman” (Hadis Riwayat Tirmidzi).³⁸

³⁸ Riwayat at-Tirmidzi, Kitab ad-Da’awat, No 3519.

g. Puasa Medidik Seseorang Memiliki Empati Sosial yang Tinggi

Puasa dapat memperkuat dan mendidik rasa kasih sayang, karena pada saat berpuasa akan merasakan panasnya lapar. Sehingga menumbuhkan rasa kasih sayang kepada fakir miskin yang tidak mendapati pangan dan bisa menutupi lapar dan dahaganya.

h. Puasa Mendidik Seseorang untuk Berjiwa Besar

Orang yang cerdas ruhaniahnya mampu mema'afkan dan melupakan kesalahan orang lain betapapun pedihnya kesalahan yang pernah diperbuat padanya. Orang yang berpuasa dilatih untuk senantiasa bersabar dalam menghadapi hal-hal yang mampu memancing amarahnya.

i. Puasa Melatih Kejujuran

Puasa adalah sarana paling tepat untuk mendidik orang muslim. Secara otomatis orang-orang yang membiasakan puasa karena Allah akan terlatih bersikap jujur di manapun ia berada.³⁹

3. Kendala-kendala dalam penerapan program puasa Senin Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim

Kendala-kendala dalam pelaksanaan puasa Senin dan Kamis tidaklah terlalu signifikan. Kendala yang dihadapi berupa kesulitan siswa dalam bangun

³⁹ Agus Ali Nurwadjah Ahmad dan Andewi Suhartini, *Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Puasa: Studi Kasus pada Santri Pondok Pesantren Ummul Quro Al-Islami Leuwiliang Bogor Puasa Ramadhan,...*, hal. 1-10.

sahur serta kesulitan dalam menahan haus pada siang hari, tentunya itu bukan merupakan suatu kendala yang sangat berarti. Orang tua sangatlah mendukung pelaksanaan program puasa Senin dan Kamis serta orang tua juga melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dalam pelaksanaan program ini sehingga kendala tersebut dapat diatasi. Baik pihak sekolah maupun orang tua sangatlah mengetahui bahwa pelaksanaan program puasa Senin dan Kamis ini memberikan banyak keuntungan bagi siswa, diantaranya dapat meningkatkan kesabaran serta meningkatkan kecerdasan spiritual siswa.

Puasa Senin dan Kamis memiliki keuntungan menjauhkan diri dari perbuatan dosa, seperti su'udzon (berprasangka buruk), mendekati perbuatan zina, memperolok sesama manusia, membicarakan aib orang lain, permusuhan, dan sebagainya. Puasa Senin dan Kamis merupakan metode yang sangat tepat untuk melatih kesabaran manusia. Karena itu, puasa Senin dan Kamis disebut juga sebagai zakat jiwa. Maksudnya, kita dapat terhindar dari perbuatan dosa. Sebab, emosi kita menjadi lebih stabil yang diiringi peningkatan spiritual. Emosi yang stabil dapat meningkatkan spiritualitas kita. Dengan demikian, puasa sunat dapat dikatakan sebagai sarana untuk menjauhkan diri kita dari api neraka.⁴⁰

Sejauh ini, selama pelaksanaan program puasa Sunnah Senin dan Kamis tidak terdapat kendala internal atau kendala dari pihak sekolah itu sendiri, karena ini merupakan program yang sudah diterapkan dari awal sekolah didirikan. Kendala eksternal dari pelaksanaan puasa Senin dan Kamis adalah seperti

⁴⁰ Yazid Al-Busthomi, *Cerdas Intelektual dan Spiritual dengan Mukjizat Puasa*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2015), hal.52-53.

adanya kunjungan kerja ke sekolah pada hari Senin maupun Kamis, namun selama pelaksanaannya, pihak sekolah tetap tegas menjalankan program ini, dan menjelaskan kepada tamu bahwa pada hari Senin dan Kamis SMP IT Luqmanul Hakim telah menerapkan program puasa sunnah Senin dan Kamis.

Terdapat beberapa kendala internal dari pihak siswa sendiri seperti yang telah disebutkan di atas, seperti keterlambatan serta tidak bangun sahur, namun apabila ini tidak konsisten dilakukan oleh siswa, maka akan terdapat kendala internal lainnya seperti timbulnya rasa malas melaksanakan puasa Senin dan Kamis. Kendala eksternal yang mungkin terjadi selama proses pelaksanaannya adalah kurangnya dukungan serta motivasi dari pihak keluarga terutama orang tua, apalagi orang tua hendaknya harus bekerjasama dengan pihak sekolah agar program ini dapat terlaksana dengan baik.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait dampak puasa sunnah Senin dan Kamis terhadap kecerdasan spiritual siswa, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Latar belakang SMP IT Luqmanul Hakim menerapkan program puasa sunnah Senin dan Kamis adalah, *pertama* SMP IT Luqmanul Hakim adalah sekolah Islam Terpadu, sehingga pihak sekolah ingin menerapkan berbagai program yang bernuansa Islami, salah satunya adalah puasa Sunnah Senin dan Kamis. Program puasa sunnah Senin dan Kamis mulai diterapkan pada awal sekolah berdiri, yaitu pada tahun 2011. *Kedua*, pihak sekolah ingin melahirkan siswa-siswa yang dapat mengikuti sunnah Nabi dan untuk membiasakan serta melatih siswa untuk berpuasa, sehingga siswa akan cenderung pada kebaikan dan meningkatnya kecerdasan spiritualnya. Pelaksanaan puasa Sunnah Senin dan Kamis di evaluasi setiap per semester dengan tabel evaluasi dan program ini juga bekerja sama dengan orang tua siswa.

Terdapat beberapa dampak puasa Senin dan Kamis terhadap kecerdasan spiritual siswa, yaitu: meningkatkan ketakwaan siswa kepada Allah, meningkatkan kesabaran siswa, melatih siswa untuk dapat mengontrol diri, mengontrol emosi siswa, melatih kejujuran, menjadikan siswa lebih produktif, menjadikan siswa memiliki rasa kasih sayang terhadap sesama, membuat siswa disiplin salah satunya disiplin dalam pelaksanaan shalat, melatih fokus siswa,

menjadikan siswa lebih tenang, serta menjadikan siswa takut untuk berbuat salah. Selanjutnya siswa juga antusias dalam mengikuti program keagamaan lain yang diterapkan di sekolah, seperti muhadharah asyik, kegiatan menghafal Al-Qur'an dan shalat dhuha rutin.

Terdapat beberapa kendala dalam pelaksanaan puasa sunnah Senin dan Kamis, namun kendala bukanlah kendala yang berarti. Kendala yang didapati adalah, kesulitan dalam bangun sahur, namun itu dapat teratasi dengan bantuan orang tua dalam membangunkan siswa untuk sahur, dan siswa memasang alarm pada jam sahur. Kendala selanjutnya adalah terkadang siswa merasa haus pada siang hari dan ada siswa yang masih sulit mengontrol emosi saat berpuasa Senin dan Kamis. Sanksi yang diterapkan dalam pelaksanaan puasa Senin dan Kamis adalah menulis dan menghafal ayat-ayat al-Qur'an. Upaya yang dilakukan pihak sekolah dalam mengontrol siswa adalah dengan melakukan sosialisasi dan pengingatan dalam grup WhatsApp siswa dan orang tua siswa. Pelaksanaan puasa Senin dan Kamis akan di evaluasi dan diberikan raport per semester kepada siswa dan orang tua siswa.

B. Saran

Disini penulis akan mengemukakan beberapa saran bagi pembaca, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi pihak sekolah, agar konsisten dalam penerapan program puasa sunnah Senin dan Kamis. Pihak sekolah diharapkan konsisten dalam menjalankan sanksi yang positif terhadap siswa yang melanggar

berupa menulis dan menghafal ayat-ayat al-Qur'an. Selanjutnya pihak sekolah dapat mensosialisasikan secara terstruktur mengenai program puasa sunnah Senin dan Kamis, sehingga pelaksanaan program puasa sunnah Senin dan Kamis dapat terus berjalan.

2. Bagi siswa, semoga dapat mengikuti program puasa sunnah Senin dan Kamis sebagaimana yang diterapkan oleh pihak sekolah. Diharapkan siswa selalu melaksanakan puasa sunnah Senin dan Kamis dan tidak melanggar, karena ini juga merupakan ibadah kepada Allah. Serta diharapkan dengan adanya program puasa sunnah Senin dan Kamis, siswa diharapkan mampu menampilkan perilaku yang positif yang merupakan manifestasi dari kecerdasan spiritualnya.
3. Bagi orang tua, diharapkan orang tua dapat mendukung penuh program puasa sunnah Senin dan Kamis yang diterapkan oleh pihak sekolah, serta orang tua diharapkan dapat berkoordinasi secara baik dengan pihak sekolah terkait pelaksanaan puasa Senin dan Kamis oleh siswa. Dan diharapkan para orang tua siswa juga dapat ikut melaksanakan program puasa sunnah Senin dan Kamis.
4. Bagi prodi Bimbingan dan Konseling Islam diharapkan penelitian ini dapat menjadi suatu acuan untuk mengembangkan pengetahuan tentang kecerdasan spiritual, agar mahasiswa prodi Bimbingan dan Konseling Islam dapat mengetahui kecerdasan spiritual dan bagaimana cara mengembangkannya.

5. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan mampu meneliti secara mendalam terkait dampak puasa sunnah Senin Kamis terhadap kecerdasan spiritual. Diharapkan peneliti selanjutnya dalam melakukan observasi partisipan, yakni terlibat langsung dalam proses yang diteliti, dalam hal ini yaitu turut serta melaksanakan puasa sunnah Senin Kamis, agar peneliti dapat merasakan dengan sendirinya dampak puasa sunnah Senin Kamis terhadap peningkatan kecerdasan spiritual, sehingga hasil penelitian tentunya akan menjadi lebih akurat.



DAFTAR PUSTAKA

- Abd. Wahab dan Umiarso, *Kepemimpinan Pendidikan dan Kecerdasan Spiritual*, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011.
- Agus Ali, Nurwadjah Ahmad EQ dan Andewi Suhartini, *Kecerdasan Spiritual Santri Melalui Puasa: Studi Kasus pada Santri Pondok Pesantren Ummul Quro Al-Islami Lewuwiliang Bogor Puasa Ramadhan*, Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal, 2022, Vol.4.1, hal. 1-10.
- Ahmad Azhar Basyir, *Falsafah Ibadah dalam Islam*, Yogyakarta: UII Press, 2003.
- Ahmad Fahrissi, *Kecerdasan Spiritual Dan Pendidikan Islam*, Guepedia, 2020.
- Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*, Jakarta: Gema Insani Press, 2003.
- Alaika M. Bagus Kurnia PS, *Psikologi Pendidikan Islam*, Sukabumi: Haura Utama, 2020.
- Albi Anggito & Johan Setiawan, *Metode Penelitian Kualitatif*, Jawa Barat: CV Jejak, 2018.
- Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual ESQ*, Jakarta : Arga, 2001.
- Bambang Q-Anees Dan Adang Hambali, *Pendidikan Karakter Berbasis Al-Quran*, Bandung: Siombisa Rekatama Media, 2009.
- Bungaran Antonius Simanjuntak dan Soedjiti Sodrodiharjo, *Metode Penelitian Sosial*, Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2014.
- Burhan Bugin, *Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2007.
- B. Wiwoho, *Mutiara Hikmah Puasa*, Jakarta: Guepedia Publisher, 2018.
- Charis Shihab, *11 ibadah yang mengantarkan hidup sukses dan penuh barokah*, Bandung: Mitra Pres, 2013.
- Dana Zohar dan Ian Marshall, *SQ memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berfikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, Mizan : Bandung, 2001.
- Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Kecerdasan Spiritual*, Bandung: Mizan Pustaka, 2007.
- Daryanto, *Kamus Bahasa Indonesia Lengkap*, Surabaya: Apollo, 2006.

- Dedek Pranto Pakpahan, *Kecerdasan Spiritual (SQ) Dan Kecerdasan Intelektual (IQ) Dalam Moralitas Remaja Berpacaran Upaya Mewujudkan Manusia Yang Seutuhnya*, Malang: CV. Multimedia Edukasi, 2021.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia*, Jakarta: Pusat Bahasa, 2008.
- Desmita, *Psikologi Perkembangan*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2010.
- Faisal Ismail, Islam, *Konstitusionalisme dan Pluralisme*, Yogyakarta: Ircisod, 2019.
- Faisal Ismailo, *Pencerahan Spiritualitas Islam di Tengah Kemelut Zaman Edan*, Yogyakarta: Titian Wacana, 2008.
- Gardner, Howar, *Multiple Intelligences*, Alih bahasa Alexander Sindoro, Batam: Interaksara, 2003.
- Humrati dan Hengki Wijaya, *Analisis Data Kualitatif Teori Konsep dalam Penelitian Pendidikan*, Makassar: Sekolah Tinggi Theologia Jaffray, 2020.
- Husaini Usman dan Purnomo Setiady Akbar, *Metodologi Penelitian Sosial, Edisi Kedua*, Jakarta: Bumi Aksara, 2014.
- Imam Ad-Darimi, *Sunan Ad-Darimi; (terjemahan: Ahmad Hotib)*, Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Jakarta: Rajawali Pers, cet. ke-1, 1989.
- Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011.
- Lusi Nuryanti, *Psikologi Anak*, Jakarta: Indeks Kencana, 2011.
- Mamik, *Metode Kualitatif*, Surabaya: Zifatama Jawara, 2015.
- Maryam Kinanthi N, *Dahsyatnya 7 Puasa Wajib, Sunnah, & Thibbun Nabawi*, Yogyakarta: Ide Segar Media, 2017
- Mimi Doe dan Marsha Walch, *10 Prinsip Spiritual Parenting: Bagaimana Menumbuhkan dan Merawat Sukma Anak dan Ansa*, Bandung: Kaifa, 2001.
- Mohammad Usman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, Bandung: Pustaka, 2004.
- Muhammad Fuad Abdyl Baqi, *Shahih Muslim jilid 2*, Jakarta: Pustaka As-Sunnah, 2010.

- Muhammad Habibillah, *Kitab Terlengkap Panduan Ibadah Muslim Sehari-hari*, Yogyakarta: Saufa, 2015.
- Muhammad Nashiruddin Al Albani, *Shahih Sunan Ibnu Majah* (Terjemah: Ahmad Taufiq Abdurrahman), Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- Muhammad Nashiruddin Al-Albani, *Shahih Sunan At-Tirmidzi, jilid I*, (terjemahan: Ahmad Yuswaji), Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- Muhammad Ramdhan, *Metode Penelitian*, Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2021.
- Muhammad Yaumi, *Pembelajaran Berbasis Multiple Intelligences*, Jakarta: Dian Rakyat, 2012.
- Muhammad Yaumi dan Nurdin Ibrahim, *Kecerdasan Jamak (multiple Intelligences) mengidentifikasi dan mengembangkan multitalenta anak*, Jakarta : Prenadamedia Group, 2016.
- Nur Solikin, *Buku Pintar Puasa Wajib dan Sunnah*, Yogyakarta: Kaktus, 2018.
- Renitha Aprilia, *Urgensi Pembiasaan Puasa Sunnah Senin Kamis Dalam Pembentukan Karakter Islami Siswa (Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar, Skripsi, (Program Studi S1 Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh)*, 2019.
- Ridwan Malik, *Barokah Puasa Senin Kamis*, Jakarta: Kuta Bina, 2008.
- Riwayat at-Tirmidzi, *Kitab ad-Da'awat*, No 3519.
- Rizem Aizid, *Super Jenius Dengan Puasa Senin Kamis*, Yogyakarta: Safira, 2015
- Siti Nur Aidah, *Panduann Praktis Menjalankan Puasa Sunnah*, Yogyakarta: KMB Indonesia, 2021.
- Siti Sofiyah, *Kecerdasan Spiritual Anak; Dimensi, Urgensi dan Edukasi*, EL-BANAT: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam Volume 9, Nomor 2, 2019.
- Sri Suhandjuati Sukri, *Ensiklopedia Islam dan Perempuan*, Bandung: Nuansa, 2009.
- Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D cet ke-27*, Bandung: Alfabeta, 2018.
- Suharsimo Arikunto, *Management Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Suharsono, *Melejitkan IQ, IE & IS*, Jakarta : Inisiasi Press, 2001.

- Teguh Sulistyowati, *Puasa wajib dan sunnah*, Jakarta: Kunci Iman, 2013.
- Toro Asmara, *Kecerdasan Ruhaniah (Transdental Intelegensi: Membentuk Kepribadian yang Bertanggung jawab, Professional dan Berakhlak)*, Jakarta: Gema Insani Press, 2001.
- Toto Tasmara, *Kecerdasan Rohaniyah Transcendental Intelegensi*, Depok : Gema Insani Pers, cet. Ke-3, 2003.
- Triantoro Safaria. *Spiritual Intelligence, Metode Pengembangan Kecerdasan Spiritual Anak*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2007.
- Vera Okta Vunna, *Peran Musyrifah Dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Siswi Boarding (di SMP Al-Fityan School Aceh)*, Skripsi, (Program Studi S1 Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh), 2022.
- W.J.S, MPOer Wadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Departemen Pendidikan Nasional, Edisi ke-3, Jakart5a: Balai Pustaka. 2007.
- Yazid Al-Busthomi, *Cerdas Intelektual dan Spiritual dengan Mukjizat Puasa*, Yogyakarta: DIVA Press, 2015.
- Yulia Citra, *Konsep Shaum Dalam Konteks Al-Qur'an Untuk Membentuk Kepribadian Muslim*, Skripsi, (Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh), 2022.
- Yunus Hanis Syam, *Puasa Sepanjang Tahun*, Yogyakarta: Mutiara Media, 2010.
- Yusuf Qardhawi, *Mukjizat Puasa Resep Ilahi Agar Sehat Ruhani-Jasmani*, Bandung: Mizania, 2007.

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Tentang Pembimbing Skripsi Mahasiswa
- Lampiran 2 : Surat Penelitian Ilmiah Mahasiswa Dari Dekan Fakultas Dakwah
Dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh
- Lampiran 3 : Surat Balasan Telah Melakukan Penelitian dari SMP IT
Luqmanul Hakim
- Lampiran 4 : Lembar Surat Edaran Tentang Pelaksanaan Gerakan Ihyaus
Sunnah (GIS)
- Lampiran 5 : Lembar Pedoman Wawancara
- Lampiran 6 : Lembar Foto Dokumentasi
- Lampiran 7 : Daftar Riwayat Hidup



SURAT KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI UIN AR-RANIRY

Nomor: B.1263/Un.08/FDK/Kp.00.4/05/2023

Tentang

**PEMBIMBING SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
SEMESTER Genap Tahun Akademik 2022/2023**

DEKAN FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

- Menimbang : a. Bahwa untuk kelancaran bimbingan Skripsi mahasiswa pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, maka dipandang perlu menunjuk Pembimbing Skripsi yang dituangkan ke dalam Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.
b. Bahwa yang namanya tercantum dalam Surat Keputusan ini dipandang mampu dan cakap serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan sebagai Pembimbing Skripsi.
- Mengingat : 1. Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005, tentang Guru dan Dosen;
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012, tentang Pendidikan Tinggi;
4. Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2005, tentang Standar Pendidikan Nasional;
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009, tentang Dosen;
6. Peraturan Pemerintah Nomor 4 Tahun 2014, tentang Penyelenggara Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
7. Peraturan Pemerintah Nomor 53 Tahun 2010, tentang Disiplin Pegawai Negeri Sipil;
8. Peraturan Presiden RI Nomor 64 Tahun 2013, tentang Perubahan IAIN Ar-Raniry Banda Aceh menjadi UIN Ar-Raniry Banda Aceh;
9. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 12 Tahun 2014, tentang organisasi dan tata kerja UIN Ar-Raniry;
10. Keputusan Menteri Agama No.89 Tahun 1963, tentang Penetapan Pendirian IAIN Ar-Raniry;
11. Keputusan Menteri Agama No. 153 Tahun 1968, tentang Penetapan Pendirian Fakultas Dakwah IAIN Ar-Raniry;
12. Keputusan Menteri Agama Nomor 40 tahun 2008 tentang Statuta IAIN Ar-Raniry;
13. Surat Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry No. 01 Tahun 2015 tentang Pendelegasian Wewenang kepada Dekan dan Direktur PPs dalam Lingkungan UIN Ar-Raniry;
14. DIPA UIN Ar-Raniry Nomor: 025.04.2.423925/2023, Tanggal 30 November 2022.
- MEMUTUSKAN**
- Menetapkan : Surat Keputusan Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry sebagai Pembimbing Skripsi Mahasiswa.
- Pertama : Menunjuk Sdr. 1). **Dr. Arifin Zain, M.Ag.** (Sebagai Pembimbing Utama)
2). **Azhari, MA** (Sebagai Pembimbing Kedua)
- Untuk membimbing Skripsi:
Nama : Putri Sayyidah
NIM/Jurusan : 180402061/Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)
Judul : Dampak Puasa Sunnah Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa : Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar
- Kedua : Kepada Pembimbing yang tercantum namanya di atas diberikan honorarium sesuai dengan peraturan yang berlaku;
- Ketiga : Pembiayaan akibat keputusan ini dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Tahun 2023;
- Keempat : Segala sesuatu akan diubah dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam Surat Keputusan ini.
- Kutipan : Surat Keputusan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di: Banda Aceh

Pada Tanggal: 30 Mei 2023

10 Dzulqad'ah 1444 H

an. Rektor UIN Ar-Raniry Banda Aceh

Dekan,

Kusumawati Hatta

Tembusan:

1. Rektor UIN Ar-Raniry;
2. Kabag. Keuangan dan Akuntansi UIN Ar-Raniry;
3. Pembimbing Skripsi;
4. Mahasiswa yang bersangkutan;

Keterangan: SK berlaku sampai dengan tanggal: 1 Januari 2024



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**

Jl. Syaikh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh
Telepon : 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : B.2961/Un.08/FDK-I/PP.00.9/11/2023
Lamp : -
Hal : **Penelitian Ilmiah Mahasiswa**

Kepada Yth,
Sekolah SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Aceh Besar
Assalamu'alaikum Wr.Wb.
Pimpinan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **PUTRI SAYYIDAH / 180402061**
Semester/jurusan : **XI / Bimbingan dan Konseling Islam**
Alamat sekarang : **Jl Raja Pakeh, No.9D, Punge Ujong, Kec Meuraxa, Banda Aceh**

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul **Dampak Puasa Sunat Terhadap Kecerdasan Spirirtual Siswa (Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar)**

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 06 November 2023
an. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan,

A R - R A N I R Y



Berlaku sampai : 30 Desember
2023

Dr. Mahmuddin, M.Si.



SMP IT LUQMANUL HAKIM

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

Nomor: 45/KET/SMPIT-LH/XI/2023

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala SMP IT Luqmanul Hakim, menerangkan bahwa :

Nama : Putri Sayyidah
 NIM : 180402061
 Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi
 Jenjang : S-1

Benar yang namanya tersebut di atas telah melakukan penelitian dan pengumpulan data dalam rangka penulisan Skripsi, sesuai dengan surat dari Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Ar-Raniry Nomor: B.2961/Un.08/FDK-I/PP.00.9/11/2023 Tanggal 06 November 2023 Tentang Izin pengumpulan Data dengan judul **"Dampak Puasa Sunat Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa (Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtehun, Kec, Darul Imarah, Kab, Aceh Besar)"**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Aceh Besar, 27 November 2023
 Kepala SMP IT Luqmanul Hakim

ALFAJRI KAMAL AYU S.Pd.I, M.A
 NIK. 19860501 201101 1 001



SMP IT LUQMANUL HAKIM

- 3.2 Seluruh pegawai, guru, dan siswa SMP IT Luqmanul Hakim **wajib** mengikuti program puasa sunnah sesuai schedule yang ditetapkan, kecuali bagi pegawai, guru, dan siswa yang sakit, dan atau karena alasan lain yang dapat diterima;
- 3.3 Diharapkan kepada orangtua/wali siswa untuk dapat memberikan motivasi kepada siswa untuk melaksanakan puasa sunnah sebagaimana yang dimaksud pada poin 3.1 dan 3.2;
- 3.4 Pada saat pelaksanaan puasa sunnah kantin dan pemesanan catering ditutup.

4. Pelaksanaan Gerakan Infaq Jum'at
Seluruh pegawai, guru, dan siswa dianjurkan untuk gemar berinfaq, khususnya di hari Jum'at.

5. Ketentuan ini berlaku sejak tanggal 25 Juli 2022 sampai dengan 30 Juni 2023 dengan ketentuan apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan akan diadakan pembetulan seperlunya.

F. Penutup

Demikian Surat Edaran ini disampaikan untuk ditindaklanjuti dan dilaksanakan dengan sebaik-baiknya.

Ditetapkan di : Aceh Besar
Pada tanggal : 25 Juli 2022
Kepala SMP IT Luqmanul Hakim

امعة الرانيري

ALFAJRI KAMAL AYU, S.Pd.I., M.A.
NIK. 19860501 201101 1 001

AR - RANIRY


SMP IT LUQMANUL HAKIM

Kepada Yth:

1. Pegawai dan Guru
2. Orang Tua/Wali Siswa
3. Siswa

di-

Lingkungan SMP IT Luqmanul Hakim

SURAT EDARAN

Nomor: 01/EDR/SMPIT-LH/VII/2022

TENTANG

PELAKSANAAN GERAKAN IHYAUS SUNNAH (GIS) DI LINGKUNGAN SMP IT LUQMANUL HAKIM

A. Umum

Dalam rangka pelaksanaan Gerakan Ihyaus Sunnah (GIS) di lingkungan SMP IT Luqmanul Hakim secara efektif, maka perlu diatur tata cara pelaksanaan Gerakan Ihyaus Sunnah (GIS) bagi pegawai, guru, dan siswa di lingkungan SMP IT Luqmanul Hakim.

B. Maksud dan Tujuan

1. Maksud
Maksud diterbitkannya surat edaran ini sebagai dasar mekanisme pelaksanaan Gerakan Ihyaus Sunnah (GIS) bagi pegawai, guru, dan siswa di lingkungan SMP IT Luqmanul Hakim.
2. Tujuan
Tujuan diterbitkan surat edaran ini adalah untuk mengatur pelaksanaan Gerakan Ihyaus Sunnah (GIS) bagi pegawai, guru, dan siswa di lingkungan SMP IT Luqmanul Hakim. Serta terlaksananya rutinitas tersebut secara efektif.

C. Ruang Lingkup

Ruang lingkup surat edaran ini meliputi mekanisme pelaksanaan Gerakan Ihyaus Sunnah (GIS) bagi pegawai, guru, dan siswa di lingkungan SMP IT Luqmanul Hakim setiap hari.

D. Dasar

1. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Peraturan Pemerintah Nomor 4 tahun 2022 tentang Perubahan atas Peraturan Pemerintah Nomor 57 Tahun 2021 tentang Standar Nasional Pendidikan;
3. Peraturan Pemerintah Nomor 55 Tahun 2007 tentang Pendidikan Agama dan Pendidikan Keagamaan;
4. Surat Keputusan Kepala SMP IT Luqmanul Hakim Nomor 47/SK/SMPIT-LH/VII/2022 Tentang Penetapan Rencana Kerja Tahunan (RKT) SMP IT Luqmanul Hakim Tahun Pelajaran 2022/2023.

Jalan Teuku Malik, Gampong Lamtheun, Kecamatan Datul Imarah, Kabupaten Aceh Besar, Provinsi Aceh

NSS : 202060111065

NPSN : 60729114

☎ (0651) 46006

📮 23352 (Kode Pos)

✉ smpit_lh@yahoo.co.id



SMP IT LUQMANUL HAKIM

E. Ketentuan

- Seluruh pegawai, guru, dan siswa SMP IT Luqmanul Hakim dianjurkan untuk melaksanakan Gerakan Ihyaus Sunnah (GIS) setiap harinya;
- Gerakan Ihyaus Sunnah (GIS) sebagaimana dimaksud pada point 1 adalah sebagai berikut :

No.	Ibadah Harian	Target Pelaksanaan
1.	Menjaga Wudhu	Minimal 1 Kali Setiap Hari di luar pelaksanaan wudhu shalat
2.	Shalat Fardhu 5 Waktu	
	2.1. Shalat Shubuh	2 Rakaat; di Rumah / di Mesjid
	2.2. Shalat Dzuhur	4 Rakaat; di Rumah / di Mesjid
	2.3. Shalat Asar	4 Rakaat; di Rumah / di Mesjid
	2.4. Shalat Maghrib	3 Rakaat; di Rumah / di Mesjid
	2.5. Shalat Isya	4 Rakaat; di Rumah / di Mesjid
3.	Shalat Sunnat Rawatib (Qabliyah/Ba'diyah)	
	3.1. Shalat Sunnat Sebelum Shubuh	2 Rakaat
	3.2. Shalat Sunnat Sebelum Dzuhur	2 / 4 Rakaat
	3.3. Shalat Sunnat Sesudah Dzuhur	2 Rakaat
	3.4. Shalat Sunnat Sesudah Maghrib	2 Rakaat
	3.5. Shalat Sunnat Sesudah Isya	2 Rakaat
4.	Shalat Tahiyatul Mesjid dan atau Shalat Sunnat Wudhu'	Minimal 2 Rakaat Setiap Hari
5.	Shalat Dhuha	Minimal 2 Rakaat Setiap Hari
6.	Shalat Tahajjud & Witir	Minimal 1 Kali Setiap Pekan
7.	Tilawah Al-Qur'an	Minimal 1 Halaman Setiap Hari
8.	Puasa Senin – Kamis	Minimal 2 Kali Setiap Bulan
9.	Puasa Ayyamul Bidh (Puasa setiap Tanggal 13, 14, dan 15 Hijriyah)	Minimal 1 hari
10.	Infaq	Minimal 1 Kali Setiap Pekan
11.	Zikir	
	11.1. Zikir Sesudah Shalat	Minimal 1 Kali Setiap Hari
	11.2. Zikir Al-Ma'surat (Pagi dan Sore)	Minimal 1 Kali Setiap Hari
12.	Shalawat	Minimal 1 Kali Setiap Hari

- Pelaksanaan Puasa Sunnah
 - Seluruh pegawai, guru, dan siswa SMP IT Luqmanul Hakim sangat berkomitmen dalam Pelaksanaan Puasa Sunnah dihari efektif pembelajaran sekolah, sebagai bentuk pembiasaan dan pembelajaran bagi siswa-siswi SMP IT Luqmanul Hakim;

PEDOMAN WAWANCARA

Dengan Judul : Dampak Puasa Sunnah Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa
(Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul
Imarah, Kabupaten Aceh Besar)

Nama : Putri Sayyidah
NIM : 180402061
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

A. **Pertanyaan wawancara untuk kepala sekolah SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar**

I. **Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Bagaimana latarbelakang pihak sekolah dalam menerapkan program pembiasaan puasa Senin dan Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim?”**

1. Sejak kapan program puasa Senin dan Kamis diterapkan?
2. Apakah ada peraturan atau regulasi tertulis mengenai program puasa Senin dan Kamis?
3. Apa yang melatarbelakangi pihak sekolah untuk menerapkan program puasa Senin dan Kamis?
4. Apa tujuan pihak sekolah dengan adanya penerapan program puasa Senin dan Kamis?

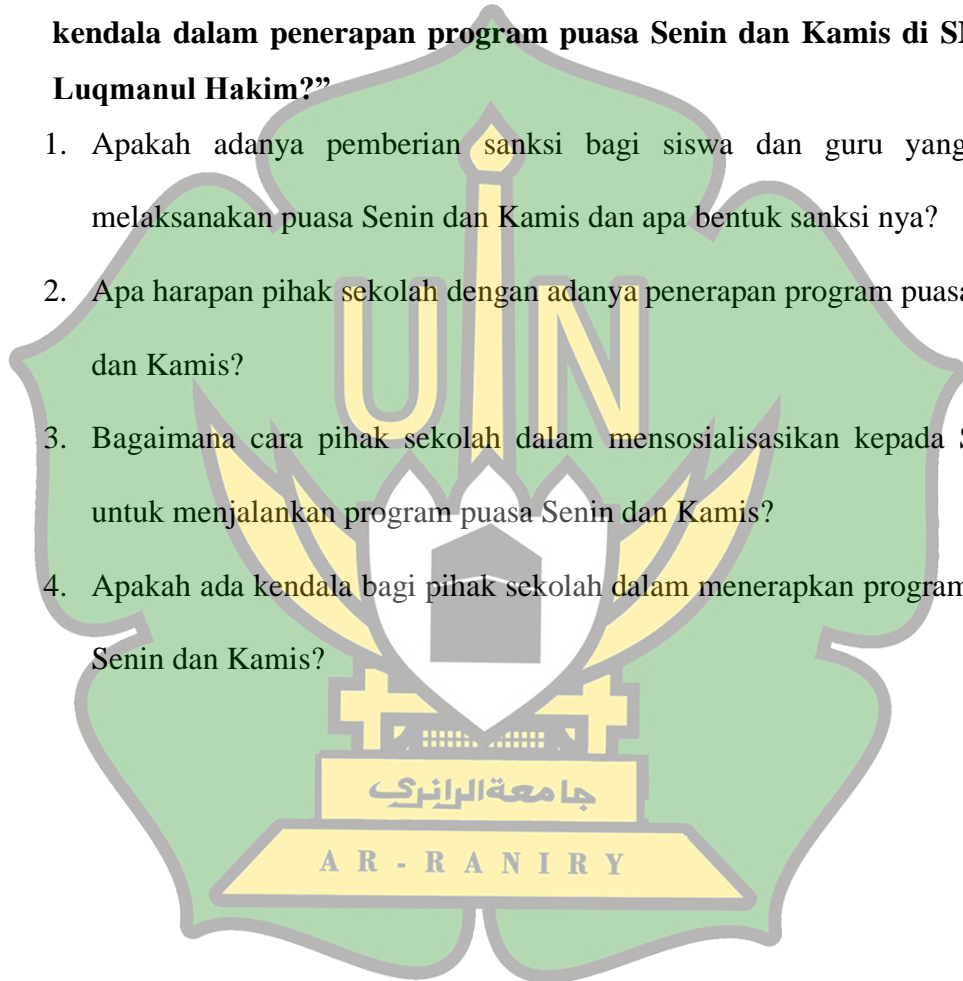
II. **Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Bagaimana dampak puasa Senin dan Kamis terhadap kecerdasan spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim?”**

1. Apakah terdapat perubahan perilaku siswa setelah penerapan program puasa Senin Kamis?
2. Menurut anda apakah dampak yang paling signifikan terhadap kecerdasan spiritualitas siswa setelah penerapan program puasa Senin Kamis?

3. Kecerdasan spiritual seperti apa yang ingin dibentuk kepada siswa melalui penerapan program puasa Senin Kamis?

III. Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Apa saja kendala-kendala dalam penerapan program puasa Senin dan Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim?”

1. Apakah adanya pemberian sanksi bagi siswa dan guru yang tidak melaksanakan puasa Senin dan Kamis dan apa bentuk sanksinya?
2. Apa harapan pihak sekolah dengan adanya penerapan program puasa Senin dan Kamis?
3. Bagaimana cara pihak sekolah dalam mensosialisasikan kepada Siswa/i untuk menjalankan program puasa Senin dan Kamis?
4. Apakah ada kendala bagi pihak sekolah dalam menerapkan program puasa Senin dan Kamis?



PEDOMAN WAWANCARA SKRIPSI

Dengan Judul : Dampak Puasa Sunnah Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa
(Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul
Imarah, Kabupaten Aceh Besar)

Nama : Putri Sayyidah

NIM : 180402061

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

B. Pertanyaan wawancara untuk Ustadz/Ustadzah sekolah SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar

I. Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Bagaimana latarbelakang pihak sekolah dalam menerapkan program pembiasaan puasa Senin dan Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim?”

1. Sejak kapan program puasa Senin dan Kamis diterapkan?
2. Apakah ada peraturan atau regulasi tertulis mengenai program puasa Senin dan Kamis?
3. Bagaimana cara pihak sekolah dalam mensosialisasikan kepada Siswa/i untuk menjalankan program puasa Senin dan Kamis?
4. Bagaimana cara pihak sekolah dalam membiasakan Siswa/i untuk menjalankan program puasa Senin dan Kamis?
5. Bagaimana cara pihak sekolah dalam mengatasi kendala-kendala yang dialami dalam penerapan pogram puasa Senin dan Kamis?
6. Apa hasil yang diperoleh pihak sekolah setelah mengatasi kendala-kendala yang dialami dalam penerapan pogram puasa Senin dan Kamis?
7. Dalam pelaksanaan program puasa Senin dan Kamis bagaimana evaluasi yang dilakukan pihak sekolah?

II. Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Bagaimana dampak puasa Senin dan Kamis terhadap kecerdasan spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim?”

1. Apakah terdapat perubahan atau peningkatan kecerdasan spiritual selama penerapan program puasa Senin dan Kamis?
2. Seberapa penting kecerdasan spiritual bagi diri Siswa/i sekolah?
3. Menurut anda selaku pengajar di sekolah, apakah penerapan program puasa Senin dan Kamis berdampak bagi perubahan perilaku ke arah yang positif?
4. Kecerdasan spiritual seperti apa yang ingin dibentuk atau ditumbuhkan melalui penerapan program puasa Senin dan Kamis?
5. Apa tanggapan pihak sekolah apabila ada siswa yang kecerdasan spiritualnya tidak ada peningkatan meskipun sdah menjalankan puasa Senin dan Kamis?

III. Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Apa saja kendala-kendala dalam penerapan program puasa Senin dan Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim?”

1. Apakah adanya pemberian sanksi bagi Siswa dan guru yang tidak melaksanakan puasa dan apa bentuk sanksinya?
2. Bagaimana cara pihak sekolah dalam melakukan kontrol terhadap pelaksanaan puasa Senin dan Kamis pada Siswa?
3. Bagaimana cara pihak sekolah dalam membiasakan siswa terhadap pelaksanaan puasa Senin dan Kamis?
4. Apa saja kendala yang dihadapi dalam penerapan pogram puasa Senin dan Kamis?

5. Bagaimana cara pihak sekolah dalam mengatasi kendala-kendala yang dialami dalam penerapan pogram puasa Senin dan Kamis?



PEDOMAN WAWANCARA SKRIPSI

Dengan Judul : Dampak Puasa Sunnah Terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa
(Studi di SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul
Imarah, Kabupaten Aceh Besar)

Nama : Putri Sayyidah
NIM : 180402061
Prodi : Bimbingan Konseling Islam

C. Pertanyaan wawancara untuk Siswa/I SMP IT Luqmanul Hakim, Lamtheun, Kec Darul Imarah, Kabupaten Aceh Besar

I. Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Bagaimana latarbelakang pihak sekolah dalam menerapkan program pembiasaan puasa Senin dan Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim?”

1. Apa pandangan atau pendapat anda tentang penerapan pogram puasa Senin dan Kamis di sekolah anda?
2. Apakah anda merasa senang atau terganggu dengan adanya program puasa Senin dan Kamis?
3. Menurut anda seberapa penting program puasa Senin dan Kamis ini untuk dijalankan?
4. Apakah ada dukungan dari pihak keluarga dalam menjalankan program puasa Senin dan Kamis?

II. Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Bagaimana dampak puasa Senin dan Kamis terhadap kecerdasan spiritual Siswa di SMP IT Luqmanul Hakim?”

1. Apakah ada perubahan dan peningkatan kecerdasan spiritual setelah anda menjalankan program puasa Senin dan Kamis?

2. Setelah anda terbiasa melaksanakan program puasa Senin dan Kamis di sekolah, kecerdasan spiritual seperti apa yang meningkat atau terbentuk dalam diri anda?
3. Menurut anda apakah terdapat perubahan perilaku seelah anda terbiasa melaksanakan program puasa Senin dan Kamis?
4. Menurut anda mengapa pembiasaan puasa Senin dan Kamis dapat meningkatkan kecerdasan spiritual anda?

III. Pertanyaan untuk menjawab rumusan masalah “Apa saja kendala-kendala dalam penerapan program puasa Senin dan Kamis di SMP IT Luqmanul Hakim?”

1. Bagaimana anda dalam membiasakan diri melaksanakan program puasa Senin dan Kamis?
2. Apa saja kendala yang anda hadapi dalam pelaksanaan program puasa Senin dan Kamis di sekolah?
3. Bagaimana anda dalam mengatasi kendala yang anda hadapi dalam pelaksanaan program puasa Senin dan Kamis di sekolah?
4. Apakah anda pernah melanggar program puasa Senin dan Kamis?

DOKUMENTASI

Wawancara dengan kepala sekolah SMP IT: Bapak AK



Wawancara dengan Guru SMP IT: Ibu SP



Wawancara dengan Siswi SMP IT



Wawancara dengan Siswa SMP IT

AR - RANIRY

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Putri Sayyidah
2. Tempat / Tgl. Lahir : Banda Aceh, 13 September 2000
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. NIM : 180402061
6. Kebangsaan : Indonesia
7. Alamat : Punge Ujong
 - a. Kecamatan : Meuraxa
 - b. Kabupaten : Banda Aceh
 - c. Provinsi : Aceh
8. No. Telp/HP : 085227786396
9. Email : putrisayyidahkahiriyyah@gmail.com

Riwayat Pendidikan

- | | | |
|----------------------|------------------------|------------------|
| 10. SD/MI | : SD N 2 Kota Bakti | Tahun Lulus 2012 |
| 11. SMP/MTS | : SMP N 17 Banda Aceh | Tahun Lulus 2015 |
| 12. SMA/MA | : MAN 2 Banda Aceh | Tahun Lulus 2018 |
| 13. Perguruan Tinggi | : UIN Ar-Raniry B.Aceh | Tahun Lulus |

Orang Tua/Wali

14. Nama Ayah : Syarifuddin
15. Nama Ibu : Warnidah Aprianingrum
16. Pekerjaan Orang Tua : TNI-AD
17. Alamat Orang Tua : A R - R Jl. Sultan Iskandar Muda, No.9d, Punge Ujong,
Kec.Meuraxa.Banda Aceh.

Banda Aceh, 19 Desember 2023

Peneliti

(Putri Sayyidah)