

**KIAT-KIAT MEMBIASAKAN PUASA SUNAH
UNTUK MEMOTIVASI BELAJAR SANTRI PADA MATA PELAJARAN
NAHWU SHOROF DI PONDOK PESANTREN AL BIDAYAH
TEGAL BESAR KALIWATES JEMBER**

SKRIPSI



Oleh :

Farid

NIM. 084121317

IAIN JEMBER

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
DESEMBER 2018**

**KIAT-KIAT MEMBIASAKAN PUASA SUNAH
UNTUK MEMOTIVASI BELAJAR SANTRI PADA MATA PELAJARAN
NAHWU SHOROF DI PONDOK PESANTREN AL BIDAYAH
TEGAL BESAR KALIWATES JEMBER**

SKRIPSI

diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jurusan Pendidikan Islam
Program Studi Pendidikan Agama Islam

Oleh :

**Farid
NIM. 084121317**

Disetujui Pembimbing



**Dr. Hj. Mukni'ah, M.Pd.I
NIP. 19640511 199903 2 001**

**KIAT-KIAT MEMBIASAKAN PUASA SUNAH
UNTUK MEMOTIVASI BELAJAR SANTRI PADA MATA PELAJARAN
NAHWU SHOROF DI PONDOK PESANTREN AL BIDAYAH
TEGAL BESAR KALIWATES JEMBER**

SKRIPSI

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Jurusan Pendidikan Islam
Program Studi Pendidikan Agama Islam

Hari : Rabu
Tanggal : 20 Maret 2019

Tim Penguji

Ketua



Musyarofah, M.Pd.

NIP: 19820802 201101 2 004

Sekretaris



Ira Nurmawati, S.Pd., M.Pd.

NUP: 20160370

Anggota :

1. Dr. Sofyan Hadi, M.Pd.



2. Dr. Hj. Mukni'ah, M.Pd.I



Menyetujui

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan



Dr. H. Abdullah, S.Ag. M.H.I.

NIP: 19760203 200212 1 003

ABSTRAK

Farid, 2018: *Kiat-Kiat Membiasakan Puasa Sunah untuk Memotivasi Belajar Santri pada Mata Pelajaran Nahwu Shorof di Pondok Pesantren Al-Bidayah Tegal Besar Jember.*

Puasa secara umum dapat dimaknai sebagai upaya menahan diri dengan tidak melakukan hal-hal yang dikehendaki, berdasarkan hasrat dan hawa nafsu. Ketika ada seorang sedang menahan diri untuk tidak berbicara dan ia tidak berbicara sekataupun maka seorang tersebut sedang menjalankan puasa. Ketika seseorang sedang menahan diri tidak makan, minum dan lain-lain sesuai aturan yang diperintahkan dalam puasa maka orang tersebut juga sedang berpuasa.

Fokus dalam penelitian ini adalah 1) Bagaimana kiat-kiat puasa sunah senin kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran Nahwu Shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember ? 2) Bagaimana kiat-kiat puasa sunah daud untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran Nahwu Shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember ?

Tujuan penelitian ini adalah 1) untuk mendeskripsikan kiat-kiat puasa sunah senin kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran Nahwu Shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember. 2) mendeskripsikan kiat-kiat puasa sunah daud untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran Nahwu Shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, jenis penelitian adalah penelitian deskriptif. Penentuan subyek penelitian menggunakan teknik purposive. Pengumpulan data menggunakan teknik observasi partisipatif, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles Huberman dengan empat tahapan yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Keabsahan data diuji menggunakan triangulasi sumber dan teknik.

Penelitian ini memperoleh kesimpulan: 1) Kiat-kiat membiasakan puasa sunah senin kamis adalah dengan niat puasa karena Allah SWT, memiliki tujuan atau idealisme yang kuat, serta bergabung dengan lingkungan yang memiliki visi yang sama. Santri yang mengamalkan puasa senin kamis, motivasi belajar nahwu shorofnya meningkat, hal ini dilihat berdasarkan ketuntasan hafalan mereka yang selesai dalam jangka waktu kurang lebih delapan bulan, lebih cepat dari pencapaian normal yakni satu sampai tiga tahun. 2) Kiat-kiat membiasakan puasa sunah daud adalah niat berpuasa karena Allah SWT, memiliki tujuan dan idealisme yang kuat, bergabung dengan lingkungan yang memiliki visi yang sama, serta berlatih puasa senin kamis atau puasa sunah yang lain terlebih dahulu bagi yang baru berpuasa sunah daud. Santri yang puasa sunah daud, motivasi belajar nahwu shorofnya meningkat, hal ini dilihat berdasarkan ketuntasan hafalan nahwu shorof santri yang berpuasa daud, yaitu bisa selesai dalam jangka waktu tujuh bulan, ini dinilai lebih cepat jika dibandingkan dengan pencapaian normal yakni satu sampai tiga tahun.

DAFTAR ISI

Hal

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO	Error! Bookmark not defined.
PERSEMBAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Definisi Istilah	6
F. Sistematika Pembahasan	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Penelitian Terdahulu	10
B. Kajian Teori.....	13
BAB III METODE PENELITIAN	47
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	47
B. Lokasi Penelitian	48
C. Subyek Peneltian	48
D. Teknik Pengumpulan Data.....	49
E. Analisis Data	54
F. Keabsahan Data.....	57
G. Tahap – Tahap Penelitian.....	55

BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS	61
A. Gambaran Obyek Pelitian	61
B. Penyajian Data dan Analisis.....	75
C. Pembahasan Temuan.....	86
BAB V PENUTUP	94
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran-saran	95
DAFTAR PUSTAKAN	96
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	
LAMPIRAN - LAMPIRAN	
A. Matrik Penelitian	
B. Formulir Pengumpulan Data	
C. Foto	
D. Gambar Atau Daerah	
E. Surat Keterangan Izin Penelitian	
F. Biodata Peneliti	
PEDOMAN PENELITIAN	

IAIN JEMBER

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sebagian orang berpendapat bahwa berpuasa itu dapat menyebabkan tidak bersemangat untuk beraktivitas, tetapi ternyata Rasulullah SAW dan para sahabatnya justru banyak melakukan perang dibulan Ramadhan atau pada saat beliau sedang berpuasa. Secara teoritis apakah berpuasa memang menyebabkan lemah, tidak semangat, sehingga malas untuk beraktifitas, belajar, bekerja, atau sebaliknya. Menanggapi pernyataan diatas dalam penelitian ini peneliti akan menguraikan tentang puasa sunah khususnya puasa sunah Daud dan Senin Kamis sebagai sarana memotivasi belajar santri di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

Tolak ukur keberhasilan seorang santri dianggap sukses belajar di Pondok Pesantren ialah ketika ia berkualiatas dari segi moralitas dan berkualitas dari segi intelektulitas, dari segi moralitas perilaku dan ucapan selalu dijaga dari hal yang dapat menyakiti perasaan orang lain. Sedangkan berkualitas dari segi intelektulitas bisa diterjemahkan dengan memiliki kemampuan dalam membaca, menerjemah, dan mampu menafsirkan maksud dari teks-teks arab yang tanpa harakat (gundulan). Sehingga pada akhirnya bisa mempraktekkanya dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu menjadi tantangan besar bagi setiap pengelola lembaga Pondok Pesantren untuk terus berusaha memperbaiki metode dan sistem pembelajaran yang diterapkan, supaya tujuan utamanya dalam mencetak santri sehingga bisa menguasai dan

pakar dalam bidang ilmu agama islam itu bisa tercapai.

Berbagai macam upaya telah dilakukan dan diterapkan oleh setiap lembaga pondok pesantren, mulai yang biasa, ringan, berat atau bahkan sangat ekstrim dalam menerapkan metode dan strategi pembelajaran, demi tercapainya sebuah tujuan pembelajaran di lembaga Pondok Pesantren yang di binanya, termasuk di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

Salah satu upaya meningkatkan motivasi belajar para santri di Pondok Pesantren Al Bidayah ini adalah dengan jenis ibadah apa saja asalkan bisa di laksanakan dengan istikamah, mulai dari berpuasa sunah, baca al-Qur'an, membaca shalawat dan lain-lain, hal ini sesuai dengan pedoman yang dijadikan sebuah prinsip di Pondok Pesantren Al Bidayah yang berbunyi "*iso ora iso yang penting hafalan, lalaran, tirakat, sawir kanti istikamah,*" Bisa atau tidak yang terpenting mau berusaha dengan hafalan, saling mengoreksi, menahan hawa nafsu, musyawarah, dengan istikamah insya Allah meskipun sedikit ilmunya bisa barokah dan manfaat dimasyarakat.

Penulis terdorong untuk mengadakan penelitian di Pondok Pesantren Al Bidayah, karena dengan status pesantren yang baru merintis ternyata sudah mampu bersaing dengan lembaga pondok pesantren besar dan terkenal yang lain. Hal ini terbukti dari beberapa prestasi santri-santrinya yang mampu meraih juara dalam lomba baca kitab baik ditingkat Kecamatan, Kabupaten, Provinsi, dan bahkan ditingkat Nasional.

Prestasi lomba terkini yang berhasil diraih yaitu: Juara 1 lomba baca kitab Jurumiyah tingkat Kabupaten 2017, juara 2 Nadzom Imriti tingkat

Nasional 2017, harapan 1 Nadham Alfiyah, juara 2 Fathul Qorib, harapan 2 Tafsir Jalalain, harapan 2 Tafsir Munir, dan Musabaqah Qiraatil Kutub (MQK) yang lain. Menjadi terkesan berbeda karena peraih juara ini baru satu sampai tiga tahun mondok di Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jember. Berdasarkan hasil studi banding di Pondok Pesantren Lirboyo Kediri, Sidogiri Pasuruan, dan Pesantren Amanatul ummah Ploso, bahwa asumsi ketuntasan belajar santrinya ialah 9 tahun, baru bisa baca kitab, dengan alokasi waktu belajar 24 empat jam kegiatan pondok. Sedangkan di Pondok Pesantren Al Bidayah hanya 4 jam pelajaran pondok, selebihnya waktu belajar santri, dihabiskan disekolah formal.

Prestasi yang luar biasa mesti berangkat dari ikhtiar dan usaha yang luar biasa pula. Hasil wawancara dan pengamatan, menunjukkan bahwa ternyata santri Pondok Pesantren Al Bidayah yang berhasil meraih juara, adalah mereka yang istikamah mengamalkan puasa sunah khususnya puasa Daud dan Senin Kamis bahkan pengasuhnya sendiri juga istikamah mengamalkan puasa Daud, yang beliau amalkan sejak masih kuliah S1 sampai sekarang.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis optimis untuk mengadakan penelitian di Pondok Pesantren Al Bidayah dengan judul, “Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut, yang menjadi fokus dalam

penelitian ini adalah :

1. Bagaimana kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember ?
2. Bagaimana kiat-kiat puasa sunah Daud untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk :

1. Mendeskripsikan kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.
2. Mendeskripsikan kiat-kiat puasa sunah Daud untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian berisi tentang kontribusi apa yang akan diberikan setelah selesai melakukan penelitian. Kegunaan dapat berupa kegunaan yang bersifat teoritis dan kegunaan praktis, seperti kegunaan bagi penulis, instansi dan masyarakat secara keseluruhan.¹ Penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat baik dalam pengembangan pengetahuan yang sedang dikaji maupun manfaat bagi penyelenggara pendidikan di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

¹ IAIN Jember, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Jember: IAIN Jember Press, 2018), 45.

Manfaat dari hasil penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu manfaat secara teoritis dan praktis, diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran terkait dengan kiat-kiat berpuasa sunah dalam memotivasi belajar santri khususnya pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini bermanfaat bagi :

- a. Peneliti, melalui penelitian ini akan menjadi salah satu tambahan pengalaman dan ilmu dalam meningkatkan pengetahuan serta tolak ukur kemampuan bagi peneliti khususnya dibidang penulisan karya ilmiah sehingga menjadi panduan dalam penulisan karya ilmiah yang selajudnya.
- b. Pondok Pesantren Al Bidayah, dengan penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam mengambil kebijakan yang berkaitan dengan upaya meningkatkan Motivasi belajar dengan aktifitas puasa sunah terutama bagi santri pemula.
- c. Masyarakat, dengan penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan dan salah satu acuan dalam memupuk kesadaran akan pentingnya puasa sunah. Disamping itu, juga dapat dijadikan sebagai informasi yang penting bagi masyarakat tentang manfaat puasa sunah terhadap peningkatan motivasi belajar santri dalam materi pelajaran nahwu sharaf.

d. Lembaga IAIN, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi atau literatur bagi lembaga IAIN Jember sekaligus memperkaya khasanah keilmuan mahasiswa, khususnya Jurusan Tarbiyah yang ingin mengembangkan kajian tentang puasa sunah.

E. Definisi Istilah

Definisi istilah ini berisi tentang pengertian istilah-istilah penting yang menjadi titik perhatian peneliti dalam judul penelitian. Tujuannya agar tidak terjadi kesalah pahaman terhadap makna istilah sebagaimana dimaksud oleh peneliti.² Adapun istilah-istilah yang terdapat dalam penelitian ini sebagaimana berikut :

1. Kiat-Kiat

Kiat dalam kamus bahasa Indonesia adalah cara melakukan atau taktik, pada kata kiat-kiat terdapat pengulangan kata yang sama dengan bentuk kata dasarnya, hal ini menurut depdiknas 2008 disebut dengan pengulangan murni yang bermakna menyatakan bermacam-macam pekerjaan.³

Maksud kiat-kiat dalam penelitian ini adalah tata cara atau tips yang di laksanakan oleh santri al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember untuk memotivasi belajar mereka khususnya pada pelajaran nahwu shorof.

2. Puasa Sunah

Puasa sunah menurut bahasa berarti menahan dengan niat ibadah,⁴ sedangkan menurut Abu Bakar Jabir Al-Jazairi menjelaskan maksud

² IAIN Jember, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah* (Jember: IAIN Jember Press, 2018), 45.

³ Desy Anwar, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Terbaru* (Surabaya: Amalia Surabaya, 2003), 237.

⁴ M. Quraish Shihab, *Membumikan al-Qur'an (Fungsi dan peran wahyu dalam kehidupan masyarakat)* (Bandung: Mizan Media Utama, 2009), 479.

menahan disini yaitu menahan nafsu dari hal-hal yang disukai, berupa makan, minum, bersetubuh, serta menahan dari hal-hal yang dapat mengurangi pahala dalam berpuasa, sejak terbitnya fajar kedua sampai terbenamnya matahari dengan mengharap rida Allah SWT.⁵

Puasa sunah yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ibadah puasa selain puasa Ramadhan (puasa wajib) yang sering dikerjakan oleh Nabi Muhammad SAW, serta ibadah puasa yang disenangi oleh beliau yaitu puasa sunah Nabi Daud as dan puasa sunah Senin Kamis yang dilaksanakan oleh para santri pondok Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

3. Motivasi Belajar

Motivasi adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang secara sadar atau tidak sadar untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu.⁶ Sedangkan belajar berarti berusaha berlatih, untuk mendapat pengetahuan.

Motivasi belajar yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu dorongan yang timbul pada diri para santri pondok Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember secara sadar untuk lebih semangat dalam belajar pelajaran nahwu dan sharaf, dengan mengamalkan puasa sunah.

4. Nahwu Shorof

Nahwu adalah ilmu yang mempelajari tentang perubahan harakat huruf akhir dari suatu kata serta membahas tentang hukum dan

⁵ Abu Bakr Jabir al-Jazairi, Penerjemah Fadhli Bahri, Lc. *Ensiklopedi Muslim* (Jakarta: Timur, PT. Darul Falah, 2006), 413.

⁶ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi ke IV* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008), 930.

kedudukannya di dalam sebuah tek Arab. Oleh sebab itu nahwu merupakan ilmu yang paling utama dipelajari terlebih dahulu, karena bahasa arab tanpa menggunakan ilmu nahwu tidak bisa difahami.⁷

Nahwu shorof yang dimaksud dalam penelitian ini adalah ilmu yang dijadikan sarana oleh santri Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember untuk bisa membaca dan memahami kitab yang bernuansa arab seperti al-Qur'an, Al Hadits, dan kitab-kitab atau buku-buku klasik yang bertuliskan bahasa arab dan tanpa harakat.

Berdasarkan definisi tersebut maka yang dimaksud pada judul kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember, adalah tips atau tata cara berpuasa sunah yang di amalkan oleh para santri Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember supaya bisa istikamah mengerjakannya sehingga dengan keutamaan puasa tersebut dapat menambah motivasi belajar santri khususnya pada pelajaran nahwu shorof.

F. Sistematika Pembahasan

Pada bagian ini merupakan gambaran singkat terkait dengan alur pembahasan skripsi, mulai dari pendahuluan hingga penutup, agar mudah dalam memberikan pemahaman bagi pembaca, yaitu sebagaimana berikut:

Bab satu merupakan pendahuluan yang berisi tentang mekanisme penelitian yaitu menguraikan secara berurutan kegiatan penelitian mulai dari latar belakang masalah, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat

⁷ Ibrahim Ibnu Muhammad, *Fathu al-Rubba al-Bariya* (Mesir: al-Hidayah, 1808), 5.

penelitian, definisi istilah, serta sistematika penelitian.

Bab dua membahas tentang kajian terdahulu dan kajian teori. Pada pembahasan ini peneliti mencantumkan beberapa hasil penelitian terdahulu yang materinya masih ada keterkaitan dengan penelitian yang hendak dilakukan. Sedangkan pada kajian teori berisi pembahasan tentang teori yang dijadikan sebagai perspektif atau sudut pandang dalam penelitian, serta memiliki relevansi dengan judul skripsi. Oleh karena itu kajian kepustakaan ini meliputi pembahasan tentang berpuasa sunah sebagai motivasi belajar.

Bab tiga berisi tentang pembahasan pendekatan penelitian yang digunakan, lokasi penelitian, subyek penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, keabsahan data, serta bagaimana tahap-tahap penelitian.

Bab empat memaparkan secara empiris tentang gambaran obyek penelitian, penyajian dan analisis data, serta pembahasan mengenai temuan.

Bab lima merupakan pembahasan paling akhir dari skripsi ini, yang berisi tentang penutup atau kesimpulan dari keseluruhan pembahasan mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan, serta berisi tentang saran atau masukan bagi penulis.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Selanjutnya pada bagian ini peneliti mencantumkan beberapa hasil penelitian terdahulu, tujuannya untuk mengetahui sejauh mana orisinalitas serta posisi penelitian ini.

Beberapa hasil penelitian terdahulu dalam bentuk skripsi yang berkaitan dengan penelitian ini terutama pada pembahasan puasa sunah, diantaranya:

1. Skripsi yang di buat oleh saudara Ahmad Ikhsan Dimiyati. Yang berjudul *“Urgensi puasa dalam meningkatkan kehidupan beragama santri di Pondok Pantren al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember”*.

Skripsi tersebut mengungkapkan puasa dari segi urgensi dalam hubungannya dengan peningkatan kehidupan beragama khususnya di lingkup warga pondok pesantren dalam hal ini santri dan lingkungan masyarakat disekitarnya.

2. Skripsi yang kedua ditulis oleh Fathonah Desy Anna. 2011. *Pengaruh rutinitas puasa Senin Kamis terhadap pengendalian diri studi pada santriwati Ponpes Manar Bener Tanggerang Semarang*

Hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa, rutinitas puasa Senin Kamis mempunyai pengaruh positif terhadap pengendalian diri santriwati Pondok Pesantren Manar Bener Tanggerang Semarang. Hal ini terbukti dari analisis uji hipotesis dengan mengkonsultasikan nilai rxy dengan nilai

rt. Hasilnya adalah nilai r_{xy} (0,658) > r_t 5% (0,254) dan r_t 1% (0,330).

Skripsi yang disusun oleh Umi Masitoh. 2014. *Peranan puasa sunah Senin Kamis dalam meningkatkan kecerdasan spritual (SQ) siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Nurul Ummah Yogyakarta.*

Skripsi ini menjelaskan bahwa pelaksanaan puasa Senin Kamis memiliki peranan yang penting dalam meningkatkan kecerdasan spiritual siswa yang mengamalkannya, hal ini dapat dilihat dari perilaku siswa dalam berkomunikasi, berfikir, dan perilaku serta bersikap yang fleksibel, tanggap, memiliki rasa ingin tau yang tinggi, jujur, sabar, dermawan, kasih sayang, cinta damai, sederhana. yang hal tersebut tidak dimiliki oleh siswa yang lain.

3. Skripsi yang disusun oleh Afifah Kurniawati. 2010. *Pengaruh aktivitas puasa sunah Dawud dan Senin-Kamis terhadap motivasi berprestasi pada siswa kelas xi man-temanggung tahun ajaran 2009/2010*

Skripsi ini menjelaskan bahwa aktivitas puasa sunah Daud dan puasa sunah Senin Kamis yang dilakukan oleh para siswa kelas XI MAN Temanggung sangat berpengaruh terhadap motivasi berprestasi mereka. Bahkan siswa yang mengamalkan puasa sunah Daud prestasinya lebih menonjol dari pada siswa yang mengamalkan puasa sunah Senin Kamis.

Selanjutnya supaya lebih memudahkan dalam memahami dibawah ini peneliti menggunakan tabel persamaan dan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini, yaitu sebagaimana berikut:

Tabel 2.1
Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti dan Judul	Fokus Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Ahmad Ikhsan Dimiyati Urgensi puasa dalam meningkatkan kehidupan beragama santri di Pondok Pantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember	Bagaimana urgensi puasa dalam meningkatkan kehidupan beragama khususnya dalam lingkup pesantren atau perilaku keseharian santri selama ada dipondok pesantren.	Persamaanya yaitu pada metode penelitian dengan menggunakan pendekatan penelitian kualitatif deskriptif	Penelitian yang dilakukan saudara Ahmad Ikhsan Dimiyati mengkaji puasa secara umum kaitannya dengan peningkatan kehidupan beragama santri
2	Fathonah Desy Anna Pengaruh rutinitas puasa Senin Kamis terhadap pengendalian diri studi pada santriwati Ponpes Manar Bener Tanggerang Semarang	Bagaimana pengaruh puasa Senin Kamis terhadap pengendalian diri	Kesamaanya pada pendekatan penelitian yang digunakan yaitu menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dan membahas tentang puasa sunah	Penelitian yang dilakukan saudari Fathonah Desy Anna Mengkaji puasa sunah Senin Kamis sebagai pengendalian diri
3	Umi Masitoh Peranan puasa sunah Senin Kamis dalam meningkatkan kecerdasan spritual (SQ) siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Nurul Ummah Yogyakarta.	Bagaimana pengaruh puasa Senin Kamis dalam meningkatkan kecerdasan spiritual	Pendekatan penelitian juga menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dan membahas tentang puasa sunah	Penelitian yang dilakukan saudari Umi Masitoh Mengkaji puasa sunah Senin Kamis kaitannya dengan kecerdasan spritual
5	Affiah Kurniawati Pengaruh aktivitas puasa sunah dawud dan senin-kamis terhadap motivasi berprestasi pada siswa kelas xi man-temanggung tahun ajaran 2009/2010	Bagaimana pengaruh aktivitas puasa sunah dawud dan senin-kamis terhadap motivasi berprestasi pada siswa kelas xi	Membahas puasa sunah dawud dan senin-kamis	Penelitian yang penulis susun mengkaji tentang puasa sunah Daud dan Senin Kamis kaitannya dengan motivasi berprestasi

		man-temanggung tahun ajaran 2009/2010		
4	Farid Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember	Bagaimana kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dan membahas tentang puasa sunah	Penelitian yang penulis susun mengkaji tentang puasa sunah Daud dan Senin Kamis kaitannya dengan motivasi belajar

Berdasarkan uraian tentang persamaan dan perbedaan tersebut, dapat diketahui bahwa posisi penelitian ini merupakan pengembangan penelitian terdahulu.

B. Kajian Teori

Sebelum masuk pada pembahasan tentang puasa sunah Daud dan sunah Senin Kamis, pada bagian ini peneliti akan membahas sedikit tentang puasa sunah. Puasa sunah adalah puasa yang dilakukan pada selain puasa Ramadhan, puasa Nazar, dan puasa untuk membayar Kafarat.⁸ Sama halnya dengan puasa wajib, puasa sunah juga bermacam - macam sesuai dengan keterangan hadis Nabi Muhammad SAW, diantaranya sebagai mana berikut :

1. Puasa enam hari dalam bulan Syawal.
2. Puasa sepuluh hari pertama bulan Zulhijah.
3. Puasa hari Arafah (tanggal 9 bulan haji) kecuali orang yang sedang mengerjakan ibadah haji, maka tidak disunahkan.
4. Puasa bulan Muharam
5. Puasa enam hari Asyura (tanggal 10 Muharam)
6. Puasa bulan Syak·ban
7. Puasa hari senin dan hari kamis
8. Puasa tiga hari tiap bulan
9. Puasa Daud (sehari puasa sehari tidak puasa)⁹

Kata puasa dalam bahasa arab disebut dengan “*Shiyam*” dan kata

⁸ M. Abdul Mujieb, Mabruki Tholhah, dan syafi'ah AM, *Kamus Istilah Fiqih* (Jakarta: PT Pustaka Firdaus, 1994), 266.

⁹ Sulaiman Rasjid, *Fiqih Islam* (Yogyakarta: Sinar Baru Algensindo, 1954), 240.

“*Shaum*”, yang keduanya adalah bentuk masdar yang menurut bahasa mempunyai arti “menahan diri” sedang menurut syara’ menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa dengan disertai niat tertentu yang dimulai sejak sebelum terbitnya fajar hingga terbenamnya matahari.

Puasa adalah upaya menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa, seperti makan, minum, dan lain sebagainya dari terbit fajar hingga terbenam matahari. Selama berpuasa, tentunya tubuh kita tidak mendapatkan asupan makanan dan minuman dari pagi hingga saatnya berbuka.

Keadaan ini juga berarti tidak ada asupan glukosa dalam tubuh kita selama berpuasa. Sedangkan glukosa merupakan senyawa yang sangat dibutuhkan oleh otak manusia. Otak yang memiliki jutaan sel saraf memproses kognisi yang meliputi berbagai proses mental untuk memperoleh pengetahuan, di antaranya adalah berpikir, mengingat, memutuskan sesuatu, dan memecahkan masalah.

Ketika memproses semua itu, otak sangat membutuhkan glukosa yang diambil dari asupan makanan, namun kerja otak yang sangat membutuhkan glukosa ini tidak akan terpengaruhi pada saat berpuasa, karena Allah SWT menciptakan tubuh manusia dengan penuh kesempurnaan. Di dalam tubuh kita ada sistem pengaturan energi yang sangat canggih. Jadi, apabila terjadi hal-hal yang menyebabkan keseimbangan tubuh terganggu, tubuh akan mulai bereaksi dengan cepat. Reaksi ini terus terjadi untuk mengembalikan keseimbangan tubuh seperti semula. Oleh karena itu, jika tubuh merasakan kekurangan glukosa, maka tubuh akan segera bereaksi untuk menghasilkan glukosa dari sumber lainnya.

Pada saat keadaan tidak ada pembakaran dalam tubuh dan mulai merasa kekurangan energi, tubuh mendorong otak untuk bereaksi agar memaksa kelenjar pankreas mengeluarkan glikogen. Ia kemudian membakar glikogen tersebut menjadi glukosa. Namun, bila glukosa yang dihasilkan belum tercukupi, dimulailah pembakaran lemak di dalam tubuh.

Kesediaan glukosa dalam otak pun menjadi normal dan seimbang. Jadi otak akan tetap berjalan normal sekalipun tubuh kekurangan makanan. Pada saat tidak ada asupan makanan ke dalam tubuh, usus akan beristirahat, saat usus beristirahat sari makanan akan berkurang. Jadi beban darah yang membawanya akan berkurang. Itu sebabnya darah yang ada dalam otak tidak perlu lagi dikerahkan untuk membawa sari makanan dari dalam usus. Ketika itulah pikiran akan merasa tenang dan segar, oleh karena itu seorang santri yang mengamalkan puasa akan lebih semangat dalam belajar karena ibadah puasa yang di amalkannya.

Ibadah puasa sebenarnya memiliki ruh dan bentuk. Bentuk dari puasa adalah menahan diri dari makan, minum, dan bersetubuh mulai dari terbit fajar sampai terbenamnya matahari yang disertai dengan niat. Sedangkan ruh dari puasa adalah menahan diri dari melakukan perbuatan dosa dan perbuatan haram serta mengerjakan amalan fardhu dan sunah. Dengan demikian, orang yang berpuasa tidak hanya menjalani bentuk puasa, tetapi harus memiliki ruh dari puasa yang dilakukannya. Karena puasa yang dilakukannya akan diterima oleh Allah SWT, dan menjadikannya termasuk orang-orang yang memiliki jiwa yang suci. Sebab orang-orang seperti itulah yang dapat mengontrol jiwa dan perilakunya. Secara otomatis orang yang terbiasa berpuasa akan mampu

mengendalikan diri dan jiwanya, ia akan merasakan kedamaian dan ketenangan hidup.

1. Kajian teori tentang puasa Senin Kamis

a. Pengertian puasa Senin Kamis

Puasa Senin Kamis adalah berpuasa yang dilakukan pada hari Senin Kamis saja, sedangkan hukum dari puasa Senin Kamis adalah Sunah.¹⁰ Sehingga tidak ada paksaan untuk mengamalkannya.

Salah satu hadis yang menerangkan alasan mengapa Nabi Muhammad suka berpuasa Senin Kamis yaitu dari Abu Hurairah *Radhiyallahu ‘anhu*, Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wa sallam* bersabda:

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ يَحْيَى، قَالَ: حَدَّثَنَا أَبُو عَاصِمٍ، عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ رِفَاعَةَ، عَنْ سُهَيْلِ بْنِ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: تُعْرَضُ الْأَعْمَالُ يَوْمَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ فَأُحِبُّ أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ (رواه الترميذي

(٧٤٧

Artinya : “Telah menceritakan kepadaku Muhammad bin Yahya dia berkata : telah menceritakan kepadaku Abu Asyim dari Muhammad bin Rifaah dari Suhal bin Abi Shaleh dari ayahnya, dari Abu Hurairah, sesungguhnya Rasulullah SAW, Bersabda: “Berbagai amalan dihadapkan pada Allah pada hari senin dan kamis, maka aku suka jika amalanku dihadapkan sedangkan aku sedang berpuasa.” (HR. Tirmîdzî).¹¹

Hal ini dikuatkan dengan sebuah hadis yang diriwayatkan dari

‘Aisyah *Radhiyallahu ‘anha*, beliau mengatakan,

¹⁰ Rizen Aizid, *Super Jenius dengan Mukjizat Puasa Senin Kamis* (Yogyakarta: Safirah, 2012), 19.

¹¹ Abu Muhammad al-Hasan al-Nasâi, *Syarhu al-Sunnah al-Baghawî, vol. 6* (Bairut: al-Maktab al-Islâmî, 1983), 354.

أَخْبَرَنَا عَمْرُو بْنُ عُثْمَانَ، عَنْ بَقِيَّةَ، قَالَ: حَدَّثَنَا بَجِيرٌ، عَنْ خَالِدِ بْنِ مَعْدَانَ، عَنْ جُبَيْرِ بْنِ نُفَيْرٍ، أَنَّ عَائِشَةَ، قَالَتْ: إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، كَانَ يَتَحَرَّى صِيَامَ الْإِثْنَيْنِ وَالْخَمِيسِ. (رواه النسائي ٢٦٨١)

Artinya: “Telah menceritakan kepadaku Umar bin Usman, dari Baqiyah, ia berkata: telah menceritakan kepadaku Bakhirun, dari Kholid bin Makdan, dari Jubair bin Nufair, sesungguhnya Aisyah, telah berkata: Sesungguhnya Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wa Sallam biasa menaruh pilihan berpuasa pada hari Senin Kamis”. (HR. Al-Nasâi 2681).¹²

Berdasarkan hadis di atas menunjukkan bahwa Nabi Muhammad menjadikan hari Senin Kamis sebagai wasilah agar amal ibadah beliau bisa diterima oleh Allah, karena beliau tau kalau hari Senin Kamis adalah waktunya malaikat yang bertugas mengangkat amal ibadah ummat muslim, di bawa kelangit yang ketujuh. Sehingga sangat besar kemungkinan amal ibadah itu diterima oleh Allah SWT.

b. Sejarah puasa Senin Kamis

Seorang sahabat bertanya kepada Rasulullah ya Rasulullah kenapa engkau berpuasa pada hari Senin Kamis? seketika Rasulullah menjawab, ketahuilah saudaraku, hari senin adalah hari dimana aku diturunkan ke dunia, hari dimana aku lahir dari rahim ibuku, pertama kalinya aku menyentuh alam ini, Aku sangat bersyukur atas kelahiranku di dunia, dan aku menunjukkan rasa syukurku dengan melaksanakan puasa pada hari itu.

Salah satu hadis disebutkan dari Abu Qotadah Al Anshori

¹² Abu Muhammad al-Hasan al-Nasâi, *al-Sunanu al-Kubrâ Linnasâi*, vol. 3 (Bairut: Muâssasat al-Risalah, 2001), 177.

Radhiyallahu ‘anhu, mengenai jawaban Rasulullah dari pertanyaan yang pernah ditanyakan kepada beliau, sebagai berikut :

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ الْمُثَنَّى، وَمُحَمَّدُ بْنُ بَشَّارٍ، وَاللَّفْظُ لِابْنِ الْمُثَنَّى قَالَا: حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ جَعْفَرٍ، حَدَّثَنَا شُعْبَةُ، عَنْ غِيْلَانَ بْنِ جَرِيرٍ، سَمِعَ عَبْدُ اللَّهِ بْنَ مَعْبُدٍ الزَّمَانِيَّ، عَنْ أَبِي قَتَادَةَ الْأَنْصَارِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ. قَالَ: وَسُئِلَ عَنْ صَوْمِ يَوْمِ الْاِثْنَيْنِ؟ قَالَ: ذَلِكَ يَوْمٌ وُلِدْتُ فِيهِ وَيَوْمٌ بُعِثْتُ أَوْ أُنزِلَ عَلَيَّ فِيهِ (رواه المسلم ١١٦٢)

Artinya: “Telah menceritakan kepadaku Muhammad bin Musanna, dan Muhammad bin bassarin, dan lafad dari ibni musanna, keduanya berkata: telah menceritakan kepadaku Muhammad bin ja’far, telah menceritakan kepadaku syu’bah, dari hailana ibni jaririn, telah mendengar Abdullah bin makbadin Azzamani, dari abu Qotadah Al Anshori Radhiyallahu ‘anhu, ia berkata: Rasulullah ditanya tentang puasa hari senin? Rasulullah menjaawab: “Hari tersebut adalah hari aku dilahirkan, hari aku diutus atau diturunkanya wahyu untukku.” (HR. Muslim 1165).¹³

Lalu bagaimana dengan hari kamis, ya Rasul? apa istimewanya hari itu? Tanya sahabat lagi, dengan tenang Rasulullah menjawab, tahukah engkau, saudaraku? bahwa pada hari itu semua amal ibadah umat manusia dikumpulkan dihadapan Allah oleh para malaikat. tidakkah engkau merasa bahagia jika di saat amalmu sedang diperiksa, engkau sedang dalam keadaan beribadah kepadanya.

Maksud dari hadis tersebut adalah Nabi Muhammad memberikan petunjuk bahwa tujuan beliau mengerjakan puasa pada hari Senin Kamis adalah semata ingin mengharap rida dari Allah karena

¹³ Muslim bin al-hajjaj Abu al-Hasan al-Qusyairi al-Naisaburi, *al-Musnad al-Shahih, al-Mukhtasar Binnakli al-Adli al-Adli Ila Rasulullah Shallallahu Alaihi Wasallama* (Bairut, Darul al-Ihya’ al-Attarasi al-Arabi, t.t.), 819.

amal kebaikan atau amal ibadah kita akan diangkat kelangit oleh malaikat Hafadhah pada hari Senin Kamis sehingga besar kemungkinan akan diterima oleh Allah SWT.

c. Faidah puasa Senin Kamis

Keutamaan melaksanakan puasa Senin Kamis banyak sekali berikut ini merupakan dalil keutamaan berpuasa Senin Kamis serta puasa sunah lainnya. Rasulullah SAW bersabda:

حَدَّثَنَا خَالِدُ بْنُ مَخْلَدٍ، حَدَّثَنَا سُلَيْمَانُ بْنُ بِلَالٍ، قَالَ: حَدَّثَنِي أَبُو حَازِمٍ،
عَنْ سَهْلِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، قَالَ: إِنَّ فِي
الْجَنَّةِ بَابًا يُقَالُ لَهُ: الرَّيَّانُ، يُدْخَلُ مِنْهُ الصَّائِمُونَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ لَا يَدْخُلُ مِنْهُ
أَحَدٌ غَيْرِهِمْ. يُقَالُ: أَيْنَ الصَّائِمُونَ؟ فَيَقُومُونَ لَا يَدْخُلُ مِنْهُ أَحَدٌ غَيْرِهِمْ،
فَإِذَا دَخَلُوا أُغْلِقَ فَلَمْ يَدْخُلْ مِنْهُ أَحَدٌ. (رواه البخاري ١٨٩٦)

Artinya: “Telah menceritakan kepadaku Kholid bin Mahlad, telah menceritakan kepadaku Sulaiman bin Bilal dia berkata: telah menceritakan kepadaku Abu Hazimi, dari Syahlin ra., sesungguhnya Nabi Muhammad SAW bersabda: “Sesungguhnya di surga ada satu pintu yang namanya Ar-Rayyan, yang akan di masuki oleh orang-orang yang sering berpuasa kelak pada hari kiamat, tidak akan masuk dari pintu itu kecuali orang yang suka berpuasa. di katakan: manakah orang-orang yang suka berpuasa? maka mereka pun berdiri dan tidak masuk lewat pintu itu kecuali mereka, jika mereka telah masuk, maka pintu itu di tutup sehingga tidak seorang pun masuk melaluinya lagi” (HR Bukhori 1896).¹⁴

Maksud dari beberapa pintu surga dibuka pada hari Senin Kamis, yaitu di saat inilah setiap orang-orang mukmin diampuni, kecuali dua orang mukmin yang sedang bermusuhan.

¹⁴ Marabi, *al-Muhtasar al-Nasihuh fi Tahdibi al-Kitabi al-Jami'i al-Sahih*, vol.2 (al-Riyat: Darut al-Tauhin, 2009), 55.

Apabila ditinjau dari aspek kejiwaan, sosial serta kesehatan, berpuasa memiliki beberapa manfaat, di antaranya secara kejiwaan puasa melatih kesabaran, menguatkan kemauan, mengajari dan membantu bagaimana menguasai diri, serta mewujudkan dan membentuk ketakwaan yang kuat di dalam diri. Inilah hikmah puasa yang paling utama. Allah berfirman dalam al-Qur'an surah al-Baqarah ayat 183 :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُوْنَ ﴿۱۸۳﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa.”¹⁵

Mengenai faidah puasa Senin Kamis sebagaimana berikut: Apabila dilihat dari aspek sosial, berpuasa sunah senantiasa membiasakan kita untuk tetap disiplin, simpati dan menimbulkan perasaan kasih sayang dalam diri muslim serta mengarahkan untuk selalu berbuat kebajikan.

- 1) Jika dilihat dari aspek kesehatan, dengan berpuasa sunah akan membersihkan organ dalam tubuh, semisal usus-usus, memperbaiki kerja pencernaan, membersihkan tubuh dari sisa-sisa serta endapan makanan, meminimalisir kegemukan dan kelebihan lemak dalam perut.

¹⁵ Hamka, *Tafsir al-Azhar* (Jakarta: Gema insani, 2017), 339.

- 2) Meredam hawa nafsu, baik mengenai urusan makan dan minum atau saat berhubungan dengan isteri, bisa pula meredam hawa nafsu untuk berbuat kejahatan, serta meredam hal lain yang mengakibatkan kelengahan.
- 3) Selamat dari gangguan setan, pasalnya setan masuk kepada anak Adam melalui aliran darah, dengan berpuasa maka dia aman dari gangguan setan, kekuatan nafsu syahwat dan kemarahan, karena itu Rasulullah SAW, menjadikan puasa sebagai tameng guna menghalau nafsu syahwat. Sehingga Rasulullah SAW. memberintahkan umatnya yang belum mampu menikah untuk berpuasa.

d. Indikator kiat-kiat membiasakan Puasa Sunah Senin Kamis

1) Tahap persiapan

Bagi para pemula yang ingin mengamalkan puasa sunah untuk menggapai manfaat atau berkah dianjurkan untuk mengawali ibadah puasa sunah tersebut dengan beberapa tahapan sebagai berikut:

a) *Mandi taubat*

Mandi yang dimaksud disini adalah mandi dengan air sumur atau air yang berasal dari sumber, sekitar pukul 02.30-03.00 dini hari untuk membersihkan diri dari dosa.¹⁶ Caranya, sebelum mandi mulailah dengan membaca niat mandi taubat, sebagaimana berikut:

¹⁶ Rizem Aizid, *Super Jenius dengan Mukjizat Puasa Senin Kamis* (Jakarta, Safirah, 2012) 159.

نَوَيْتُ غُسْلَ التَّوْبَةِ سُنَّةَ اللَّهِ تَعَالَى

Artinya: “Saya niat mandi sunah taubat karena Allah ta’ala”

Selanjutnya menyiramkan air ke seluruh anggota tubuh, mulai dari kaki dan terakhir kepala, dan ketika menyiramkan air kesekujur tubuh, membaca do’a berikut :

رَبِّ أَنْزِلْنِي مُنْزَلًا مُبَارَكًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْمُنْزِلِينَ

Artinya: “Ya tuhanku, tempatkanlah aku pada tempat yang diberkati, dan engkau adalah sebaik-baik yang memberi tempat.”

kemudian berdo’alah, “Ya, Allah, melalui mandi taubat ini, saya berniat untuk bertaubat kepada-Mu dari segala dosa yang pernah saya lakukan. Terimalah pertaubatanku ini, ya Allah sungguh engkau adalah sebaik-baik Dzat yang menerima taubat.” Atau dengan do’a yang lain tetapi intinya menunjukkan pertaubatan.

b) *Niat*

Pada malam hari sebelum tidur, bacalah niat yang menyatakan bahwa anda ingin melaksanakan puasa sunah Senin Kamis pada keesokan harinya. Niat itu sangat penting, dengan niat amal atau perbuatan seorang mukmin bisa bernilai ibadah atau tidak itu tergantung niatnya. Sebagaimana sabda Nabi saw dari Amirul Mukminin Abu Hafs ‘Umar Bin Al-Khattahab bin Nufail bin ‘Abdul ‘Uzza bin Riyah bin

‘Abdullah bin Qurth bin Razah bin ‘Adi bin Ka’ab bin Luai bin Ghalib Al-Quraisyi Al-‘Adawi ra berkata, Saya mendengar Rasulullah SAW bersabda, Semua amal perbuatan itu tergantung pada niatnya dan setiap orang itu tergantung pada apa yang telah dia niatkan. Maka barang siapa hijrahnya itu kepada Allah dan Rasul-Nya, maka hijrahnya itu pun kepada Allah dan Rasul-Nya. Dan barang siapa yang hijrahnya itu untuk harta dunia yang akan diperolehnya atau untuk seorang wanita yang akan dinikahinya, maka hijrahnya pun kepada sesuatu yang dimaksud dalam hijrahnya itu. (Muttafaqun ‘alaihi. HR. Al-Bukhari: 1 dan Muslim: 1980).¹⁷

Mengacu pada sabda nabi tersebut, memberi pelajaran bahwa syara’ tidak menghargai suatu amal melainkan dengan adanya niat, baik niat tersebut dipandang sebagai syarat sah amal maupun hanya dipandang sebagai kesempurnaan amal. Maka dari itu, puasa yang akan kita kerjakan perlu didasari dengan niat. Sehingga dengan niat itulah puasa kita bisa bernilai ibadah. Rasulullah SAW, bersabda: Barang siapa yang tidak berniat untuk melakukan puasa sebelum fajar makan tidak akan ada puasa dimalam harinya. Hal ini jika puasa wajib, sedangkan puasa sunah boleh berniat disiang harinya asalkan dari pagi hari tidak makan apa-apa sama sekali.

Rasulullah SAW berkali-kali menekankan pentingnya

¹⁷ Imam An-Nawawi, *Terjemahan Riyadhus Shalihin* (Sukoharjo: Insan Kamil, 2015), 9.

niat dalam menjalankan puasa termasuk puasa sunah baik Senin Kamis atau puasa Daud. Pentingnya tujuan suatu amaliyah itu sangat memiliki pengaruh besar terhadap keistikamahan seseorang dalam melaksanakan amaliyah tersebut. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah dalam wawancara yang telah peneliti lakukan.

Niat yang baik dilakukan dimalam hari sebelum tidur, tetapi jika lupa boleh dibaca ketika mau sahur. Adapun lafal niat yang bisa dibaca adalah:

نَوْتُ صَوْمَ يَوْمِ الْاِثْنَيْنِ سُنَّةً لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya: “Saya niat puasa hari senin sunah karena Allah ta’ala.”

نَوْتُ صَوْمَ يَوْمِ الْخَمِيسِ سُنَّةً لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya: “Saya niat puasa hari kamis sunah karena Allah ta’ala.”¹⁸

Mengenai niat ada satu hal yang perlu diingat bahwa niat itu tempatnya didalam hati. Sebab, menurut pendapat ulama’ fiqih, jika niat hanya dilafalkan didalam mulut belum termasuk dalam kategori niat. Maka dari itu selain diucapkan dari mulut, niat juga harus dilafalkan didalam hati agar niatnya menjadi sempurna sehingga yang kita kerjakan dapat bernilai

¹⁸ M. Sukron Maksum, *Kedahsyatan Puasa Jadikan Hidup Penuh Berkah* (Yogyakarta: Pustaka Marwa, 2009), 130.

ibadah.

2) Pelaksanaan

Terdapat beberapa tahapan dalam pelaksanaan puasa Senin Kamis, mulai dari makan sahur hingga berbuka, tahapan tersebut dapat diuraikan sebagaimana berikut:

- a) Makan sahur
- b) Menjaga sikap, diantaranya :
 - (1) Menundukkan pandangan dari segala yang haram
 - (2) Menjaga lisan dari perkataan buruk
 - (3) Menjaga telinga dari perkataan buruk
 - (4) Memenuhi hati dengan perasaan cemas dan harap
- c) Menyegerakan berbuka.¹⁹

Ketika hendak berbuka lebih utama yaitu menyegerakan berbuka dengan sesuatu yang manis dan tidak mengundur-undur waktu dalam berbuka, karena berdasarkan keterangan dari sebuah hadis yang diceritakan sahabat Anas Bin Malik ra, bahwasannya Rasulullah tidak shalat magrib terlebih dahulu sebelum berbuka, walaupun dengan sebiji buah kurma atau seteguk air putih saja.

2. Kajian teori tentang puasa sunah Daud

a. Pengertian puasa sunah Daud

Puasa sunah Daud merupakan puasa khusus amalannya Nabi Daud as. Menurut pengertiannya, puasa sunah Daud dapat diartikan sebagai puasa sunah yang dikerjakan dengan cara selang sehari berpuasa. Puasa ini merupakan puasa sunah yang paling utama dan tidak ada lagi puasa yang utama selain itu.

¹⁹ Rizem Aizid, *Super Jenius dengan Mukjizat Puasa Senin Kamis* (Jakarta, Safirah, 2012) 173.

Selain itu puasa ini juga tergolong berat, karena puasa ini dikerjakan secara berkelanjutan terus-menerus dan hanya dibatasi jeda sehari (menurut peraturan sunahnya) untuk tidak puasa. Jadi, sehari berpuasa dan hari berikutnya tidak, begitu seterusnya.

Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda,

حَدَّثَنَا سُفْيَانُ، سَمِعْتُ عَمْرًا، أَخْبَرَنِي عَمْرُو بْنُ أَوْسٍ، سَمِعَهُ مِنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو
 بْنِ الْعَاصِ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَحَبُّ الصِّيَامِ إِلَى اللَّهِ صِيَامُ
 دَاوُدَ، وَأَحَبُّ الصَّلَاةِ إِلَى اللَّهِ صَلَاةُ دَاوُدَ، كَانَ يَنَامُ نِصْفَ اللَّيْلِ، وَيَقُومُ ثُلُثَهُ وَيَنَامُ
 سُدُسَهُ، وَكَانَ يُفْطِرُ يَوْمًا وَيَصُومُ يَوْمًا (رواه البخاري ٣٤٢٠ و مسلم ١١٥٩)

Artinya: “Telah menceritakan kepada kami Sufyan, saya mendengar Umar menceritakan kepadaku Umar bin Ausin, dia mendengar dari Abdullah bin Umar bin Ash dia berkata, Rasulullah SAW Bersabda: “Puasa yang paling disukai oleh Allah adalah puasa Nabi Daud. Shalat yang paling disukai Allah adalah Shalat Nabi Daud. Beliau biasa tidur separuh malam, dan bangun pada sepertiganya, dan tidur pada seperenamnya. Beliau biasa berbuka sehari dan berpuasa sehari.” (HR. Bukhari dan Muslim).²⁰

Berdasarkan hadis tersebut menunjukkan bahwa posisi puasa Daud merupakan puasa sunah yang paling disukai oleh Allah, karena jika dinilai dari segi pelaksanaannya, puasa sunah Daud adalah puasa yang cukup berat untuk diamalkan serta ujian bagi yang mengalknnya pun sangat berat dimana ia harus menahan hawa nafsunya terutama nafsu untuk memenuhi kebutuhan jasmani seperti makan dan minum dengan selang sehari dari mulai terbitnya matahari sampai matahari terbenam.

²⁰ Badruddin al-Ainy, *Umdatul Qori Sarah Shahih Buhari Juz 7* (Libanon: Dar al-Kotob al-Ilmiyah, 2009), 262.

b. Sejarah puasa sunah Daud

Puasa sunah Daud adalah puasa yang paling disukai oleh Allah.

Dari Abdullah bin Amr bin Al'ash, ia berkata bahwa Rasulullah S.A.W mengatakan padanya.

حَدَّثَنَا عَلِيُّ بْنُ عَبْدِ اللَّهِ، قَالَ: حَدَّثَنَا سُفْيَانُ، قَالَ: حَدَّثَنَا عَمْرُو بْنُ دِينَارٍ، أَنَّ عَمْرُو
 بْنَ أَوْسٍ، أَخْبَرَهُ: أَنَّ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ عَمْرٍو بْنَ الْعَاصِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، أَخْبَرَهُ: أَنَّ
 رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَهُ: أَحَبُّ الصَّلَاةِ إِلَى اللَّهِ صَلَاةُ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلَامُ
 وَأَحَبُّ الصِّيَامِ إِلَى اللَّهِ صِيَامُ دَاوُدَ، وَكَانَ يَنَامُ نِصْفَ اللَّيْلِ وَيَقُومُ ثُلُثَهُ وَيَنَامُ سُدُسَهُ ،
 وَيَصُومُ يَوْمًا وَيُفْطِرُ يَوْمًا (رواه البخاري ١١٣١)

Artinya: “Telah menceritakan kepadaku Ali bin Abdillah, dia berkata: telah menceritakan kepadaku Sufyan ia berkata, telah menceritakan kepadaku Amar bin Dinar, sesungguhnya Amar bin Ash, mengabarkan kepadanya, sesungguhnya Abdullah bin Amar bin Ash RadiaAllahu Anhu, dia mengabarnya, sesungguhnya Rasulullah SAW bersabda kepadanya : “Sebaik-baik shalat di sisi Allah adalah shalatnya Nabi Daud ‘alaihi salam. Dan sebaik-baik puasa di sisi Allah adalah puasa sunah Daud. Nabi Daud dahulu tidur di pertengahan malam dan beliau shalat di sepertiga malamnya dan tidur lagi di seperenamnya. dan puasa sunah Daud yaitu puasa sehari dan tidak berpuasa di hari berikutnya”. (HR. Bukhari).²¹

Hampir setiap nabi memiliki aktivitas berpuasa yang sesuai konteksnya seperti disebutkan dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Ibnu majah Nabi Muhammad bersabda: Nabi Nuh mengerjakan puasa setiap hari dalam setiap tahun (puasa dahar), Nabi Daud berpuasa setengah dahar dalam setiap tahunnya (sehari perpuasa sehari berbuka). dan Nabi Ibrahim berpuasa tiga hari dalam satu bulannya. Setahun

²¹ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Shahih Muslim jilid 6* (Jakarta: pustaka As-Sunnah, 2010), 262.

berpuasa dan setahunnya lagi tidak berpuasa,²² dari 'Abdullah bin 'Amru Radhiyallahu 'anhuma, ia berkata:

حَدَّثَنَا أَبُو الْيَمَانِ، أَخْبَرَنَا شُعَيْبٌ، عَنِ الزُّهْرِيِّ، قَالَ: أَخْبَرَنِي سَعِيدُ بْنُ الْمُسَيْبِ، وَأَبُو سَلَمَةَ بْنُ عَبْدِ الرَّحْمَنِ، أَنَّ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ عَمْرٍو، قَالَ: أَخْبَرَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، أَنِّي أَقُولُ: وَاللَّهِ لَأَصُومَنَّ النَّهَارَ، وَلَأَقُومَنَّ اللَّيْلَ مَا عَشِنْتُ، فَقُلْتُ لَهُ: قَدْ قُتِلَهُ بِأَبِي أَنْتَ وَأُمِّي قَالَ: «فَإِنَّكَ لَا تَسْتَطِيعُ ذَلِكَ، فَصُمْ وَأَفْطِرْ، وَقُمْ وَنَمْ، وَصُمْ مِنَ الشَّهْرِ ثَلَاثَةَ أَيَّامٍ، فَإِنَّ الْحَسَنَةَ بَعَشْرَ أَمْثَالِهَا، وَذَلِكَ مِثْلُ صِيَامِ الدَّهْرِ»، قُلْتُ: إِنِّي أُطِيقُ أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ، قَالَ: «فَصُمْ يَوْمًا وَأَفْطِرْ يَوْمَيْنِ»، قُلْتُ: إِنِّي أُطِيقُ أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ، قَالَ: «فَصُمْ يَوْمًا وَأَفْطِرْ يَوْمًا، فَذَلِكَ صِيَامٌ دَاوُدَ عَلَيْهِ السَّلَامُ، وَهُوَ أَفْضَلُ الصِّيَامِ»، فَقُلْتُ: إِنِّي أُطِيقُ أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ، فَقَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ؟ «لَا أَفْضَلَ مِنْ ذَلِكَ». (رواه المسلم ١١٥٩)

Artinya: “Telah menceritakan kepadaku abu yamani, menyampikan kepadaku syua'aib dari zuhri berkata: telah menceritakan kepadaku Saidul Musayyib dan Abu Salamah bin Abdur Rahman, sesungguhnya Abdullah Bin Amrin berkata: Disampaikan kabar kepada Rasulullah shallAllahu 'alaihi wasallam bahwa aku berkata; "Demi Allah, sungguh aku akan berpuasa sepanjang hari dan sungguh aku akan shalat malam sepanjang hidupku." Makan Rasulullah shallAllahu 'alaihi wasallam bertanya kepada 'Abdullah bin 'Amru: "Benarkah kamu yang berkata; "Sungguh aku akan berpuasa sepanjang hari dan sungguh aku pasti akan shalat malam sepanjang hidupku?". Kujawab; "Demi bapak dan ibuku sebagai tebusannya, sungguh aku memang telah mengatakannya". Makan Rasulullah berkata: "Sungguh kamu pasti tidak akan sanggup melaksanakannya. Akan tetapi berpuasalah dan berbukalah, shalat malam dan tidurlah dan berpuasalah selama tiga hari dalam setiap bulan karena setiap kebaikan akan dibalas dengan sepuluh kebaikan yang serupa dan itu seperti puasa sepanjang tahun." Aku katakan;

²² Syaifullah Ms, *Kisah Para Nabi* (Jakarta: Qitsi press, 2017), 118.

"Sungguh aku mampu lebih dari itu, wahai Rasulullah". Kemudian Rasulullah berkata: "Kalau begitu puasalah sehari dan berbukalah selama dua hari". Aku katakan lagi: "Sungguh aku mampu yang lebih dari itu". Lalu Rasulullah berkata: "Kalau begitu puasalah sehari dan berbukalah sehari, yang demikian itu adalah puasa Nabi Allah Daud 'alaihi salam yang merupakan puasa yang paling utama". Aku katakan lagi: "Sungguh aku mampu yang lebih dari itu". Makan Rasulullah kemudian bersabda: "Tidak ada puasa yang lebih utama dari itu". (HR. Muslim 1159).²³

Berdasarkan hadis diatas menggambarkan bahwa puasa sunah sebaiknya hanya dilakukan oleh orang yang mampu dan tidak merasa sulit ketika melakukannya. Jangan sampai ia melakukan puasa sunah sampai membuatnya meninggalkan amalan yang diwajibkan. Begitu pula jangan sampai puasa ini membuatnya terhalangi untuk belajar ilmu agama. Karena selain puasa ini, masih ada ibadah lainnya yang mesti dilakukan. Jika banyak melakukan puasa malah membuat sakit, makan lebih baik tidak memperbanyak puasa.

c. Faidah puasa sunah Daud

Terdapat banyak sekali keutamaan dari puasa Daud akan tetapi penulis dalam hal ini hanya memaparkan empat belas faidah atau manfaat dari puasa sunah Daud ditinjau dari kaca mata Islam. Serta berdasarkan pendekatan beberapa penelitian para ahli, diantaranya adalah :

1) Menambah pengetahuan

Janji Allah akan memberikan pengetahuan yang tidak diduga-duga kepada orang yang melaksanakan puasa sunah Daud.

Seluruh pengetahuan berasal dari Allah, dan beruntunglah bagi

²³ Muhammad Fuad Abdul Baqi, *Shahih Muslim jilid 2* (Jakarta: pustaka As-Sunnah, 2010), 395.

mereka yang melaksanakan puasa sunah Daud, karena Allah akan menganugerahkan ilmu yang istimewa kepadanya. Hal ini dikarenakan dalam proses menjalankan puasa sunah Daud, pencernaan, jantung, metabolisme, semua organ tubuh termasuk otak diistirahatkan sehingga bisa berfikir secara optimal. Pada kondisi berpuasa ini waktu luang tidak akan tersia-sia, dimana kita nantinya akan berusaha mengisi waktu luang, seperti membaca buku, berdiskusi atau selainnya yang lebih bermanfaat.

2) Kesehatan mental

Puasa disini memiliki manfaat terhadap fisik dan mental menjadi lebih baik, Membersihkan badan, menurunkan tekanan darah dan kadar lemak. Mengendorkan ketegangan jiwa, Menajamkan fungsi indrawi, dan memperlambat proses penuaan dini, karena selama berpuasa otak kita diistirahatkan dari aktivitas sehari hari yang melelahkan, sehingga otak akan bekerja secara optimal kebalikan setelah istirahat dengan berpuasa.

3) Mempertajam perasaan

Ketika kita menjalankan puasa sunah Daud, dengan asumsi secara jangka waktu dan prosesnya, puasa sunah Daud akan mempengaruhi perasaan kita. Percaya atau tidak dengan menjalankan puasa sunah Daud, perasaan kita akan semakin tajam, selalu mawas diri dan terlindung dari segala kejahatan.

4) Terpelihara dari maksiat

Orang yang senantiasa menjalankan puasa sunah Daud

dengan niat ikhlas karena Allah niscaya akan terpelihara dari berbuat maksiat. Karena ketika sedang berpuasa kita diperintah oleh Allah untuk menjauhi maksiat agar memperoleh pahala berpuasa, sehingga secara otomatis puasa menjauhkan diri kita dari perbuatan-perbuatan maksiat yang dikendalikan oleh hawa nafsu.

5) Memunculkan daya tarik seseorang

Berpuasa juga dapat menambah daya tarik serta mampu menghasilkan kelembutan pesona dan daya pikat seseorang. puasa disini dapat menambah kecantikan dan ketanpanan seseorang secara alami karena mampu menormalkan dan membentuk tubuh menjadi lebih indah.

6) Lebih awet muda

Aktivitas puasa juga mempunyai khasiat akan membuat seseorang menjadi awet muda secara fisik, mental dan spiritualnya karena dengan berpuasa sel-sel tubuh akan mengalami regenerasi atau pergantian sel secara teratur hal ini menyebabkan sel dalam tubuh selalu mengalami peremajaan.

7) Mencegah resiko penyakit jantung

Ketika berpuasa cairan dalam tubuh akan berkurang, sehingga dapat menurunkan kerja jantung, dan dapat mencegah penggumpalan darah sebagai salah satu penyebab penyakit jantung.

8) Detoksifikasi alami

Puasa sunah Daud disini mempunyai fungsi sebagai detoksifikasi (mengeluarkan kotoran, racun dari dalam tubuh),

meremajakan sel-sel yang mati, dan mengganti sel-sel yang rusak dengan sel-sel yang baru.

9) Untuk kecantikan kulit

Puasa bisa berguna untuk menjadikan kulit lebih terlihat segar, sehat, lembut dan berseri alami. Hal ini dikarenakan, ketika berpuasa tubuh akan mengalami metabolisme yang tinggi, dan ketika ini terjadi setiap organ dalam tubuh akan mempunyai cadangan energi, ketika berpuasa tentunya energi tersebut akan dikeluarkan sehingga mampu menciptakan rasa lega pada organ-organ penyimpanan tersebut.

10) Meningkatkan ketakwaan

Melalui ibadah puasa sunah Daud juga dapat meningkatkan ketakwaan kepada Allah SWT. Karena ketika berpuasa kita tidak berani melakukan hal-hal yang dapat membatalkan puasa meskipun tidak ada orang yang mengetahui seumpama kita meneguk sedikit air saja disaat berkumur, sebab ada keyakinan yang trasenden bahwa apapun yang kita lakukan itu selalu diketahui oleh Allah dengan demikian, makan dengan berpuasa kita akan semakin menambah rasa ketakwaan kita kepada Allah.

11) Menerima pemberian Allah dengan lapang hati

Orang yang menjalankan ibadah puasa sunah Daud niscaya akan dikaruniai oleh Allah akan rasa lapang dada, menerima terhadap apa saja pemberian Allah karena pada saat berpuasa kita dilatih untuk sabar menahan nafsu selama satu hari penuh sampai

memasuk waktu berbuka.

12) Mampu mengendalikan emosi

Seseorang yang istikamah menjalankan puasa sunah Daud, akan dimudahkan oleh Allah agar manusia senantiasa menahan emosi atau rasa amarah sebab dalam puasa dilarang melakukan hal yang dapat mengurangi pahala puasa.

13) Menentramkan jiwa

Manfaat puasa sunah Daud lainnya yang tidak kalah penting bagi kesehatan adalah mengenai ketentraman jiwa. Ketika seseorang menjalankan puasa sunah Daud, ia akan merasa dilindungi, dan ketentraman akan lebih dekat kepada Allah SWT.

14) Menjadi hamba yang bersyukur

Dengan berpuasa sunah Daud, kita akan menjadi hamba yang lebih bersyukur dalam hal ini menjaga rezeki kita, menjaga pemberian Allah SWT, serta mampu menjadi hamba yang amanah terhadap apa yang sudah dimiliki.²⁴

Berbagai manfaat yang di buktikan oleh penelitian dan pendekatan beberapa pendapat diatas, sebenarnya menunjukkan bahwa puasa sunah Daud cukup bermanfaat bagi kita didunia maupun diakhirat. Memang secara prinsip awal, puasa mempunyai banyak hikmah dan manfaat bagi kesehatan tubuh dan jiwa. Oleh karena itu, tidak ada salahnya bagi kita untuk mulai menjadikan puasa sunah Daud

²⁴ Yuli Ana, "Manfaat Puasa daud", www.manfaat.co.id/manfaat-puasa-daud (08-02-2017).

sebagai salah satu alternatif untuk menjadikan kita sehat jasmani dan rohani. Jika badan sehat tentu belajar akan bertambah semangat pula.

d. Indikator kiat-kiat membiasakan puasa sunah Daud.

1) Tahap persiapan

Bagi para pemula yang ingin mengamalkan puasa sunah untuk menggapai manfaat atau berkah dianjurkan untuk mengawali ibadah puasa sunah tersebut dengan beberapa tahapan sebagai berikut:

a) *Mandi taubat*

Mandi yang dimaksud disini adalah mandi dengan air sumur atau air yang berasal dari sumber, sekitar pukul 02.30-03.00 dini hari untuk membersihkan diri dari dosa.²⁵ Caranya, sebelum mandi mulailah dengan membaca niat mandi taubat, sebagaimana berikut:

نَوَيْتُ غُسْلَ التَّوْبَةِ سُنَّةً لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya: “Saya niat mandi sunah taubat karena Allah ta’ala.”

Selanjutnya menyiramkan air ke seluruh anggota tubuh, mulai dari kaki dan terakhir kepala, dan ketika menyiramkan air kesekujur tubuh, membaca do’a berikut :

رَبِّ أَنْزِلْنِي مُنْزَلًا مُبَارَكًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْمُنْزِلِينَ

Artinya : “Ya tuhanku, tempatkanlah aku pada tempat yang diberkati, dan engkau adalah sebaik-baik yang memberi tempat.”²⁶

²⁵ Rizem Aizid, *Super Jenius dengan Mukjizat Puasa Senin Kamis* (Jakarta: Safirah, 2012) 159.

²⁶ al Qur’an, 23:29.

Kemudian berdo'alah, Ya, Allah, melalui mandi taubat ini, saya berniat untuk bertaubat kepada-Mu dari segala dosa yang pernah saya lakukan. Terimalah pertaubatanku ini, ya Allah sungguh engkau adalah sebaik-baik Dzat yang menerima taubat. Atau dengan do'a yang lain tetapi intinya menunjukkan pertaubatan.

b) Niat

Pada malam hari sebelum tidur, bacalah niat yang menyatakan bahwa anda ingin melaksanakan puasa sunah Daud pada keesokan harinya. Niat itu sangat penting. Dengan niat, suatu amaliyah itu memiliki sebuah tujuan. Sebagaimana sabda Nabi saw dari Amirul Mukminin Abu Hafs 'Umar Bin Al-Khattahab bin Nufail bin 'Abdul 'Uzza bin Riyah bin 'Abdullah bin Qurth bin Razah bin 'Adi bin Ka'ab bin Luai bin Ghalib Al-Quraisyi Al-'Adawi ra berkata, Saya mendengar Rasulullah SAW bersabda, Semua amal perbuatan itu tergantung pada niatnya dan setiap orang itu tergantung pada apa yang telah dia niatkan. Maka barang siapa hijrahnya itu kepada Allah dan Rasul-Nya, maka hijrahnya itu pun kepada Allah dan Rasul-Nya. Dan barang siapa yang hijrahnya itu untuk harta dunia yang akan diperolehnya atau untuk seorang wanita yang akan dinikahinya, maka hijrahnya pun kepada sesuatu yang dimaksud dalam hijrahnya itu. (Muttafaqun

‘alaihi. HR. Al-Bukhari: 1 dan Muslim: 1980).²⁷

Mengacu pada sabda nabi tersebut, sebenarnya hal itu memberi pelajaran bahwa syara' tidak menghargai suatu amal melainkan dengan adanya niat, baik niat tersebut dipandang sebagai syarat sah amal maupun hanya dipandang sebagai kesempurnaan amal. Maka dari itu, puasa yang akan kita kerjakan perlu didasari dengan niat. Sehingga dengan niat itulah puasa kita bisa bernilai ibadah. Rasulullah SAW, bersabda: Barang siapa yang tidak berniat untuk melakukan puasa sebelum fajar makan tidak akan ada puasa dimalam harinya.

Rasulullah SAW berkali-kali menekankan pentingnya niat dalam menjalankan puasa termasuk puasa sunah Daud. Pentingnya tujuan niat suatu amaliyah itu sangat memiliki pengaruh besar terhadap keistikamahan seseorang dalam melaksanakan amaliyah tersebut. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah dalam wawancara yang telah peneliti lakukan. Niat yang baik dilakukan dimalam hari sebelum tidur, tetapi jika lupa boleh dibaca ketika mau sahur.

Mengenai niat ada satu hal yang perlu diingat bahwa niat itu tempatnya didalam hati. Sebab, menurut pendapat ulama' fiqih, jika niat hanya dilafalkan didalam mulut belum

²⁷ Imam An-Nawawi. *Terjemahan Riyadhus Shalihin* (Sukoharjo: Insan Kamil, 2015), 9.

termasuk dalam kategori niat. Maka dari itu selain diucapkan dari mulut, niat juga harus dilafalkan didalam hati agar niatnya menjadi sempurna sehingga yang kita kerjakan dapat bernilai ibadah.

2) Tahap pelaksanaan

Terkait masalah waktu pelaksanaan Puasa Daud ini dilaksanakan dengan cara selang seling, yakni sehari puasa sehari tidak, sehari puasa lagi sehari tidak lagi, dan begitu seterusnya. Puasa Daud ini dilaksanakan sepanjang tahun selama pelaksanaannya tidak bertepatan dengan hari-hari yang dilarang untuk berpuasa. Seperti puasa 2 hari raya (Idul Firi dan Idul Adha) dan hari Tasyrik (11, 12 dan 13 Dzulhjjah).²⁸

Sedangkan untuk hari jum'at bisa tetap melaksanakan puasa sunah Daud ini, selama puasa pada hari jumat tersebut termasuk bagian dalam puasa sunah Daud, jadi bukan puasa khusus pada hari Jum'at saja. Karena jika kita melaksanakan puasa hanya pada hari Jum'at saja, maka hal ini tidak diperbolehkan. Puasa sunah Daud sebaiknya dilaksanakan apabila kita sudah siap untuk melaksanakannya serta disertai niat mengharap Ridla Allah SWT.

Adapun lafal niat puasa sunah Daud yang bisa dibaca adalah:

نَوَيْتُ صَوْمَ دَاوُدَ سُنَّةً لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya: “Saya niat puasa Daud sunah karena Allah ta’ala.”²⁹

²⁸ Abdul Wahid, *Keajaban Puasa Sunnah* (Yogyakarta: Mueeza, 2018), 129.

²⁹ Amirulloh Syarbini dan Iis Nur'aeni Afgandi, *Dahsyatnya Puasa Sunah Kunci Utama meraih Sukses dunia dan Akhirat* (Bandung: Ruang kata, 2010),139.

Lafal niat puasa Daud tersebut lebih utama bila dilafalkan sebelum makan sahur, akan tetapi boleh diucapkan meskipun setelah tergelincirnya matahari (waktu dhuhur) dengan syarat belum melakukan hal-hal yang dapat membatalkan puasa.

Adapun tata cara untuk melakukan puasa Daud yang dianjurkan oleh Rasulullah Muhammad SAW sebagaiberikut :.³⁰

a. Makan sahur

Salah satu kesunahan dalam berpuasa adalah memulai dengan makan sahur terlebih dahulu. Hal ini sebagaimana hadis Rasulullah SAW berikut. Diriwayatkan dari Anas ra, bahwasanya Rasulullah SAW bersabda: “Makan sahurlah kalian karena sesungguhnya pada sahur itu terdapat berkah”. (Shahih al-Bukhari).³¹

Kita telah terhitung makan sahur walaupun hanya dengan seteguk air, hal ini berdasarkan pada hadis Abdullah bin ‘Amr ra, dia berkata, Rasulullah SAW bersabda: “Makan sahurlah kalian meski hanya dengan seteguk air.” (Shahih al-Jami’ish Shaghir).³²

Kesunahan dalam puasa tidak hanya sahur saja tetapi disunahkan pula bagi kita untuk mengakhirkan makan sahur. Artinya, semakin mepet waktu sahur kita dengan imsak, itu semakin baik.

Adapun yang dimaksud dengan imsak adalah batas

³⁰ Abdul Wahid, *Keajaiban Puasa Sunnah* (Yogyakarta: Mueeza, 2018), 130.

³¹ Ibid., 37.

³² Ibid., 38

waktu kita untuk berhenti makan dan minum atau menandakan bahwa sudah saatnya kita mulai berpuasa. Batas waktu tersebut merujuk pada waktu sebelum azan, yakni berkisar bacaan ayat suci sejumlah 50 ayat. Hal ini sebagaimana yang diriwayatkan dari Anas dari Zaid bin Tsabit, dia berkata bahwa: kami pernah makan sahur bersama Rasulullah SAW, setelah itu beliau langsung berangkat shalat. Aku bertanya, berapa lama jarak antara azan dan sahur?, dia menjawab, kira-kira sama seperti bacaan 50 ayat hadis riwayat al-Bukhari.³³

b. Menahan diri dari pembicaraan buruk

Kita sudah seharusnya menghindari segala perbuatan buruk, seperti berbuat kegaduhan bahkan melakukan perbuatan-perbuatan bodoh pun sudah selayaknya dihindari. Hal ini sesuai dengan hadis Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan dari Abu Hurairah ra bahwasanya Rasulullah SAW bersabda: “Jika pada suatu hari salah seorang diantara kalian berpuasa, maka janganlah ia mengucapkan kata-kata kotor, membuat kegaduhan serta melakukan perbuatan orang-orang bodoh. Dan jika ada orang yang mencacinya atau menyerangnya, maka hendaklah ia mengatakan, sesungguhnya aku sedang berpuasa.”³⁴

Selain itu juga, diriwayatkan dari Abu Hurairah ra, bahwa dia berkata, “Rasulullah SAW bersabda: Barang siapa

³³ Abdul Wahid, *Keajaiban Puasa Sunnah* (Yogyakarta: Mueeza, 2018), 39.

³⁴ *Ibid.*, 40

yang tidak meninggalkan perbuatan dusta dan mengerjakannya, maka Allah tidak memerlukan orang itu untuk meninggalkan makanan dan minumannya (puasanya).³⁵

c. Bersifat dermawan dan memperbanyak bacaan al-Qur'an.

Ketika berpuasa tidak hanya dianjurkan menghindari perbuatan-perbuatan buruk saja, tapi sangat dianjurkan untuk memperbanyak amal saleh. misalnya dengan banyak bersedekah atau bersifat dermawan, tentunya sedekah ini tidak harus berupa materi saja. Kita bisa bersedekah dengan perbuatan yaitu membantu orang lain atau bahkan sekedar menebarkan senyum dan beramah tamah.

Selain dianjurkan bersifat dermawan, kita juga bisa memperbanyak bacaan al-Qur'an. Dengan begitu amal ibadah kita pun akan semakin meningkat. Anjuran ini sesuai yang diriwayatkan dari Ibnu Abbas ra, dia berkata: Sesungguhnya Nabi saw adalah orang paling pemurah dalam kebaikan dan beliau akan lebih dermawan dari hari-hari biasanya pada bulan Ramadhan, ketika Jibril datang menemuinya dan Jibril selalu datang menemuinya setiap malam dari malam-malam bulan Ramadhan, hingga Ramadhan selesai. Rasulullah SAW membacakan al-Qur'an kepada Jibril, dan disaat ia bertemu Jibril beliau lebih pemurah dari angin yang berhembus dengan lembut hadis riwayat al-Bukhari.³⁶

³⁵ Ibid., 41

³⁶ Abdul Wahid, *Keajaiban Puasa Sunnah* (Yogyakarta: Mueeza, 2018), 42.

d. Menyegerakan berbuka.

Islam memang sungguh agama yang indah dan rahmat bagi seluruh alam. Bagaimana tidak, kita disunahkan untuk mengakhirkan sahur. Artinya, justru ketika kita makan semakin lambat atau mendekati azan, yang berarti akan membuat energi kita bertahan lebih lama, kita akan mendapat pahala lebih. Nah, tidak hanya, dalam berbuka kita disunah untuk menyegerakannya. Jadi, bukannya berlambat-lambat dalam berbuka dan menganggap diri kita masih sanggup untuk menahan diri dengan berpuasa. Akan tetapi kita justru dianjurkan untuk segera berbuka sesegera mungkin ketika azan maghrib terdengar.

Mengenai hal ini, kita dapat merujuk pada hadis yang diriwayatkan oleh Sahl bin Sa'ad ra, bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda: Umat manusia akan tetap baik selama mereka menyegerakan buka puasa hadis riwayat al-Bukhari.³⁷

3. Motivasi belajar

Motivasi menurut kamus Bahasa Indonesia Modern adalah dorongan yang timbul pada diri seseorang atau sekelompok orang, secara sadar atau tidak sadar sehingga tergerak dirinya untuk melakukan suatu tindakan dengan tujuan tertentu. Sedangkan perangsang timbulnya Motivasi disebut motivator.³⁸

Motivasi merupakan proses psikologikal yang menyebabkan

³⁷ Ibid., 43.

³⁸ Dar Yanto, *Kamus Bahasa Indonesia Mudern* (Surabaya: Apollo Lestari, 2000), 141.

terjadinya kegiatan-kegiatan yang diarahkan pada tujuan tertentu. Atau sejumlah proses yang bersifat internal atau eksternal bagi seorang individu yang menyebabkan timbulnya sikap antusiasme, bergairah, bersemangat dalam melaksanakan aktifitas sehari-hari.

Menurut John W. Santrock dalam bukunya Psikologi Pendidikan, bahwa motivasi itu adalah proses memberi semangat, arah, dan kegigihan perilaku. Artinya perilaku yang termotivasi adalah perilaku yang penuh energi, terarah, dan bertahan lama.³⁹ Jadi motivasi dapat diartikan sebagai kekuatan seseorang yang dapat menimbulkan tingkat antusiasismenya dalam melaksanakan suatu kegiatan, baik yang bersumber dari dalam diri individu itu sendiri (motivasi intrinsik) maupun yang dari luar individu (motivasi ekstrinsik).

Seberapa kuat motivasi yang dimiliki individu akan banyak menentukan terhadap kualitas perilaku yang ditampilkannya, baik dalam konteks belajar, bekerja maupun dalam kehidupan lainnya.⁴⁰ Kajian tentang motivasi telah sejak lama memiliki daya tarik tersendiri bagi kalangan pendidik, manajer, dan peneliti, terutama dikaitkan dengan kepentingan upaya pencapaian kinerja atau prestasi.

a. Fungsi Motivasi

Fungsi motivasi yang dimaksud disini ialah timbulnya tingkah laku atau perbuatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan, sedangkan menurut sadirman adalah sebagai berikut :

³⁹ John. W. Santrock, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: PT. Kencana Prenada Media Group, 2008), 510.

⁴⁰ Ratna Yudhawati, dan Dany Haryanto, *Teori-teori dasar Psikologi Pendidikan* (Jakarta : PT. Prestasi Pustaka Publisher, 2011), 79.

- 1) Mendorong seseorang untuk berbuat. Artinya motivasi bisa dijadikan sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang direncanakan.
- 2) Menentukan arah perbuatan kepada tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian, motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.
- 3) Menyeleksi perbuatan, yaitu menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan dengan meninggalkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut.⁴¹

Posisi motivasi memang sangat penting, tetapi yang lebih penting adalah sesuatu yang dapat merangsang timbulnya motivasi tersebut sehingga dapat menggerakkan seseorang untuk lebih semangat lagi dalam melakukan aktifitasnya.

b. Macam-Macam Motivasi

Motivasi terbentuk oleh tenaga yang bisa bersumber dari dalam dan dari luar. Ada dua macam model motivasi yaitu Motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik.

- 1) Motivasi *Intrinsik* adalah model motivasi dimana seseorang termotivasi untuk mengerjakan sesuatu karena dorongan dari dalam dirinya sendiri yang muncul dari gagasan atau pikiran sehat dan normal seperti keinginan untuk menjadi seorang guru, pengusaha

⁴¹ Abdul Majid, *Strategi Pembelajaran* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2013), 309.

sukses, dokter, dosen dan lain sebagainya, intinya untuk mewujudkan cita-cita yang diinginkannya.

- 2) Motivasi *Ekstrinsik* adalah model motivasi dimana seorang bisa terpacu semangat belajarnya karena ada dorongan dari orang lain. Seperti akan mendapatkan hadiah jika bisa mengerjakan tugas tertentu, dan lain sebagainya sehingga belajarnya bertambah rajin.

4. Hubungan puasa sunah dengan motivasi belajar

Ajaib adalah kata yang menggambarkan kejadian yang dialami oleh pengamal puasa sunah. Meskipun kata ajaib sudah sering kita dengar, tetapi tidak semua orang mengetahui arti kata itu. Ajaib adalah peristiwa atau kejadian yang sukar diterima oleh nalar bagi sebagian kita yang terbiasa berikir bahwa ukuran kebenaran harus rasional. Lalu apakah hubungan puasa dengan motivasi belajar.

Pertanyaan tersebut bisa dijawab setelah kita memahami tentang berkah. Secara bahasa berkah artinya bertambahnya kebaikan (*ziadatul khair*). Menurut kamus besar bahasa Indonesia berkah adalah karunia Tuhan yang mendatangkan kebaikan bagi kehidupan manusia, jadi hidup yang penuh dengan berkah adalah kehidupan yang penuh dengan kebaikan-kebaikan.

Salah satu dari tanda hidup penuh berkah adalah kelapangan, yakni dekat dengan solusi ketika kita punya masalah, atau dekat dengan pertolongan disaat kita membutuhkannya. Akan tetapi berkah terkadang tidak selalu mengikuti hukum sebab akibat, karena berkah itu terdapat pada realitas ghaib, atau bukan pada realitas nyata. Seperti contoh ketika

kita menolong orang lain, maka kita juga akan ditolong orang lain, karena Allah akan menolong seseorang kalau dia pernah menolong orang lain. hal ini adalah realitas gaib, karena kepastiannya tidak bisa dijelaskan secara matematis yang selalu berdasarkan ukuran sebab akibat. Artinya kalau kita pernah menolong bapak Ahmad hari senin tidak berarti keesokan harinya akan tolong oleh Allah melalui bapak Ahmad. Namun pertolongan itu pasti datang, tetapi tidak bisa dipastikan. Itulan yang disebut realitas ghaib. Lalu dari manakah sumber keberkahan itu, keberkahan itu terdapat diwilayah yang tidak kasat mata (*invisible*) oleh karena itu, untuk mendapatkannya tidak ada cara lain kecuali harus mendekatkan diri kepada Allah SWT sang pemberi berkah, yaitu dengan melaksanakan yang diperintahkanNya baik yang wajib apalagi jika ditambah amalan sunah, maka akan mendapatkan keberkahan tersebut dengan mendapatkan kemudahan, jauh dari masalah, dan dekat dengan solusi serta terkabul semua keinginan. Hal ini sesuai dengan bunyi hadist qudsi berikut:

مَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ فَاكُونَ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ

وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَلِسَانَهُ الَّذِي يَنْتَقِ بِهٖ وَقَلْبَهُ الَّذِي يَعْقِلُ بِهِ فَإِذَا دَعَانِي

أَجَبْتُهُ وَإِذَا سَأَلَنِي أَعْطَيْتُهُ وَإِنِ اسْتَنْصَرَنِي نَصَرْتُهُ وَأَحَبُّ مَا تَعْبُدَنِي بِهِ التُّسْبُحُ لِي

Artinya: Hambaku yang selalu mendekatkan diri kepadaku dengan mengerjakan amalan-amalan sunah sehingga aku menyukainya. maka aku menjadi pendengarannya saat ia mendengarkan, menjadi penglihatannya saat ia memandang, menjadi lisannya

saat ia berbicara, dan menjadi hatinya saat ia berikir. Apabila ia menyeruku, aku menjawabnya. Bila ia meminta pertolongan, aku memberi pertolongan padanya, dan pengabdianya kepadaku yang paling aku senangi ialah sesungguhnya hanya untukku. (HR. Ath-Thabrani)⁴²

Melalui hadist Qudsi tersebut, jelaslah bahwa dengan melakukan amalan-amalan sunah, hidup kita akan penuh dengan keberkahan yang sumbernya dari Allah. Salah satunya diberikan fikiran yang jernih sehingga menjadi semangat dan termotifasi dalam belajar berkat amalan puasa sunah Senin Kamis dan puasa Daud serta puasa sunah yang lain.

⁴² Amirullah Syarbini, *Dahsyatnya Puasa Sunah Kunci Utama Meraih Sukses Dunia dan Akhirat* (Bandung, Kawan Pustaka, 2010), 4.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain, secara holistik dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah serta dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.⁴³ Pendekatan kualitatif dalam penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan informasi berupa kata-kata maupun lisan tentang “Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.”

Adapun jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif yaitu penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi saat sekarang. Melalui penelitian deskriptif, peneliti berusaha mendeskripsikan peristiwa dan kejadian yang menjadi pusat perhatian tanpa memberikan perlakuan khusus terhadap peristiwa tersebut.⁴⁴ Peneliti bermaksud untuk membahas dan menggambarkan fokus yang diteliti yaitu tentang “Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.”

⁴³ Lexy J. Moleong, *Metode penelitian Kualitatif* (Bandung: PT. Remaja Roesdakarya, 2009), 6.

⁴⁴ Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah* (Jakarta: Prenadamedia Group, 2011), 35.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dalam hal ini adalah Pondok Pesantren Al Bidayah tepatnya di jalan moh. Yamin No 3B Desa Tegal Besar Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember. Sebuah pesantren mungil yang dibangun dengan luas 130 meter persegi. Alasan peneliti memilih lokasi tersebut karena berdasarkan pengamatan peneliti fenomena yang terjadi di Pondok Pesantren Al Bidayah tidak ditemukan di pesantren yang lain, salah satunya seperti keistiqamahan mengamalkan puasa sunah Senin Kamis dan Daud. dengan barokah ibadah tersebut Pondok Pesantren Al Bidayah yang baru lima belas tahun didirikan, sudah memiliki 7 macam buku metode cepat membaca kitab kuning dan telah terbukti hasilnya dengan waktu enam bulan sampai satu tahun mondok, santri sudah bisa menguasai pelajaran nahwu shorof.

C. Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah benda, hal atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat dan yang dipermasalahkan.⁴⁵ Dalam penelitian ini, subyek penelitian yang dimaksud yakni beberapa orang yang dipilih guna memberikan informasi yang akurat terkait data penelitian. Subyek atau informan yang dipilih dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive. Purposive adalah teknik pengambilan sumber data dengan pertimbangan tertentu.⁴⁶ Pertimbangan ini dilakukan dengan menentukan informan yang mampu memberikan informasi, berupa data yang diperlukan oleh peneliti dengan baik dan benar.

Berdasarkan uraian tersebut yang dijadikan sebagai subyek penelitian

⁴⁵ Andi Prastowo, *Metode-Metode Penelitian* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2011), 28.

⁴⁶ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017), 300.

ini adalah :

1. Pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.
2. Ketua Pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.
3. Ustad atau pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.
4. Santri Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

D. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan.⁴⁷ Pengumpulan data merupakan perihal yang urgen dalam sebuah penelitian. Dengan demikian, seorang peneliti perlu menentukan teknik yang hendak digunakan untuk memperoleh data. Dalam penelitian ini, peneliti mengumpulkan data dengan beberapa teknik, yaitu dengan cara observasi partisipan, wawancara, dan dokumentasi, dengan uraian sebagaimana berikut:

1. Observasi partisipan

Observasi partisipan adalah teknik pengumpulan data dimana peneliti ikut melakukan kegiatan sehari-hari dengan objek penelitian, sehingga peneliti ikut merasakan suka dukanya orang yang diamati, sambil melakukan pengamatan.⁴⁸ Dengan observasi partisipan ini diharapkan data yang diperoleh akan lebih lengkap, tajam dan akurat.

Metode ini digunakan untuk melengkapi data terkait tentang kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis dan Daud untuk memotivasi belajar santri

⁴⁷ Moh. Nazir, *Metode Penelitian* (Bogor: Ghalia Indonesia, 2011), 174.

⁴⁸ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017), 204.

pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember. Peneliti melakukan observasi partisipan dengan menyertakan diri dalam kegiatan pembelajaran yang ada di Pondok Pesantren Al Bidayah, seperti kajian kitab nahwu shorof, pengajian kitab klasik, bimbingan tilawati al qur'an, diskusi bersama dengan kelompok dll, baik disaat mengaji pada pengasuh, atau saat belajar dengan para ustad yang khusus didatangkan dari luar. Peneliti juga berpuasa seperti halnya santri serta bersama dengan mereka dari makan sahur sampai berbuka puasa.

Melalui teknik observasi partisipan ini, peneliti memperoleh data sebagai berikut :

- a. Kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember, setidaknya terdapat dua tahapan dalam hal ini, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan.

Pada tahap persiapan ini santri yang baru memulai puasa Senin Kamis dibimbing untuk memantapkan niat dalam melakukan ibadah puasa Senin Kamis, dalam hal ini santri dibekali pengetahuan mengenai hal tersebut dengan motivasi dari pengasuh yang disampaikan setiap malam jum'at.

Tahapan ke dua adalah pelaksanaan, pada tahapan ini dimulai dengan makan sahur yang dikerjakan sebelum terbitnya fajar atau sebelum masuk shalat subuh, lalu berbuka puasa saat masuk waktu shalat magrib. Selama berpuasa santri disarankan untuk tidak

memikirkan sesuatu kecuali ibadah dan sesuatu yang berhubungan dengan pelajaran, sehingga setiap hari waktu yang ada lebih banyak digunakan untuk belajar dan hafalan dari pada memikirkan masalah duniawi. Untuk menu makanan sahur atau berbuka tidak ditentukan artinya kondisional.

- b. Kiat-kiat puasa sunah Daud untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember, setidaknya terdapat dua tahapan dalam hal ini, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan.

Mengenai tahap persiapan ini santri yang ingin berpuasa Daud harus memiliki niat atau komitmen yang kuat untuk melakukan ibadah puasa Daud karena ingin pahala dari Allah, selanjutnya meminta restu kepada pengasuh untuk melakukan puasa Daud, tujuannya selain mengharab berkah juga untuk menseragamkan pelaksanaan puasanya dengan beliau dan para santri yang berpuasa Daud.

Tahapan ke dua adalah pelaksanaan, pada tahapan ini dimulai dengan makan sahur yang dikerjakan sebelum terbitnya fajar atau sebelum masuk waktu shalat subuh, lalu berbuka puasa saat masuk waktu shalat magrib.

2. Wawancara

Wawancara adalah pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.⁴⁹ Melalui wawancara diharapkan peneliti memperoleh

⁴⁹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017), 317 .

informasi data terkait materi yang akan digali.

Penelitian ini menggunakan metode wawancara semi terstruktur. Wawancara semi terstruktur adalah wawancara yang pelaksanaannya lebih bebas bila dibandingkan wawancara terstruktur. Tujuan dari wawancara jenis ini adalah untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan ide – idenya, dalam melakukan wawancara peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan.⁵⁰ wawancara dilakukan untuk memperoleh data terkait “Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.”

Peneliti melakukan wawancara kepada sejumlah informan, diantaranya: pengasuh, ketua pengurus, ustad atau pengurus dan santri Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember. Peneliti mengadakan wawancara kepada pengasuh untuk mendapatkan informasi tentang kiat-kiat puasa sunah Daud dan Senin Kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof serta sejarah singkat berdirinya Pondok Pesantren Al Bidayah. Kemudian peneliti mewawancarai ketua pengurus untuk meminta informasi tentang kebijakan atau peraturan khusus bagi santri yang mengamalkan puasa sunah Senin Kamis atau Daud, dan informasi tentang struktur pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah, Selanjutnya peneliti mewawancarai para ustad atau pengurus yang mengajar di Pondok Pesantren Al Bidayah untuk mendapat

⁵⁰ Ibid., 320.

informasi mengenai aktivitas santri khususnya yang berpuasa sunah Senin Kamis dan Daud ketika belajar nahwu shorof. Selanjutnya wawancara terhadap santri untuk memperoleh informasi tentang kiat-kiat berpuasa sunah yang mereka amalkan agar bisa istikamah, dan data pernyataan tentang ada tidaknya hubungan antara ibadah puasa sunah Senin Kamis dan puasa sunah Daud terhadap motivasi belajar mereka khususnya pelajaran nahwu shorof.

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti melalui wawancara semi terstruktur ini peneliti ambil kesimpulan sebagaimana berikut :

- a. Deskripsi tentang kiat-kiat membiasakan berpuasa sunah Senin Kamis untuk memotivasi belajar santri pada pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember
- b. Deskripsi tentang Kiat-kiat membiasakan puasa sunah Daud untuk memotivasi belajar santri dalam pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

3. Dokumentasi

Metode ini merupakan usaha pencarian data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen rapat, agenda dan sebagainya.⁵¹ Dalam hal ini informasi yang diperoleh berkenaan dengan:

- a. Sejarah berdirinya Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

⁵¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), 206.

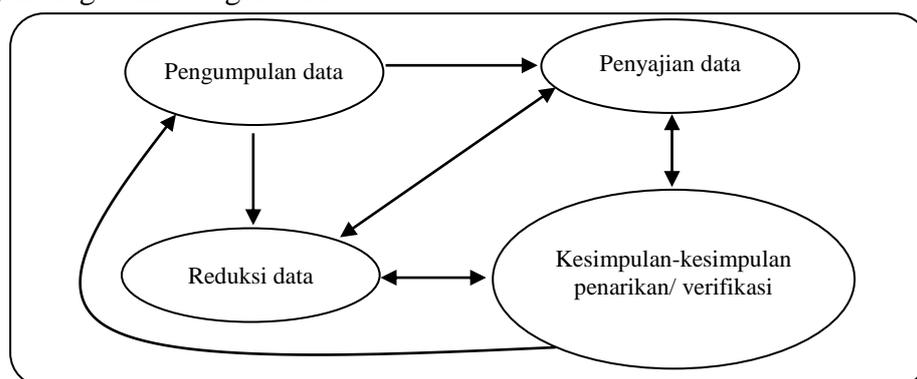
- b. Foto-foto kegiatan yang berkaitan dengan penelitian diantaranya :
foto santri ketika makan sahur dan berbuka bersama, kegiatan santri saat belajar kitab nahwu shorof, dan prestasi santri dalam lomba baca kitab.

E. Analisis Data

Analisis data merupakan proses berkelanjutan yang membutuhkan refleksi terus menerus terhadap data, mengajukan pertanyaan – pertanyaan analisis, dan menulis catatan singkat selama penelitian.⁵²

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model Meles Huberman yaitu aktivitas dalam analisis data kualitatif yang dilakukan dengan cara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas sehingga datanya jenuh. Meles dan Huberman membagi langkah-langkah analisis dengan beberapa bagian yaitu pengumpulan data (*data collection*), reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan atau verifikasi (*conclutions*).⁵³

Analisis data dari Miles dan Huberman diatas dapat gambarkan dengan diagram sebagai berikut:



⁵² Jonh W. Creswell, *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan mixed* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 274.

⁵³ M.B. Miles, dan A.M. Huberman, *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber tentang metode-metode baru* (Jakarta: UIPress, 1992), 84.

1. Pengumpulan data

Kegiatan mengumpulkan data atau koleksi data dengan berbagai teknik pengumpulan data yang sesuai. Pencarian data pada subyek penelitian dengan berbagai teknik, seperti halnya observasi, wawancara, dan dekomendasi. Kemudian data-data tersebut dikumpulkan menjadi sebuah keseluruhan data yang didapat. Kempulan data ini selanjutnya dilakukan proses pemilihan atau yang lebih dikenal dengan istilah data reduction. Pada tahap ini peneliti melakukan observasi, wawancara dan dokumentasi untuk menemukan data yang sesuai dengan fokus penelitian. Observasi dilakukan pada saat peneliti ada di Pondok Pesantren Al Bidayah. Wawancara dilakukan dengan menggunakan pedoman dan *handphone* sebagai alat perekam suara, kemudian hasilnya disalin dalam bentuk form semacam tanya jawab. Dokumentasi diperoleh dari pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jember.

2. Reduksi data

Reduksi data ialah suatu kegiatan merangkum, memilih hal-hal yang pokok atau penting lalu dicari tema dan polanya kemudian membuang yang tidak perlu sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya apabila diperlukan.⁵⁴

Sebelum melakukan reduksi data, peneliti awali dengan mendata semua santri secara umum yang dikelompokkan sesuai anggota kamar para santri di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jember. Dengan

⁵⁴ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)* (Bandung: Alfabeta, 2012), 338.

format kolom atas di isi dengan: nomor, nama santri, status pendidikan tanggal atau tahun mendaftar, selanjutnya kolom jenis puasa sunah Senin Kamis, puasa Daud, lama berpuasa, ketuntasan teori dasar tuntas atau belum tuntas.

Langkah selanjutnya dari data diatas peneliti memilah-milah dan menyaring santri-santri yang berpuasa paling lama dan memiliki ketuntasan belajar teori dasar nahwu shorof paling cepat.

3. Penyajian data

Penyajian data dalam penelitian ini dilakukan dalam bentuk uraian singkat, hubungan antar kategori dan sejenisnya. Selanjutnya menyederhanakan informasi yang kompleks ke dalam kesatuan bentuk yang disederhanakan dan selektif atau konfigurasi yang mudah dipahami.⁵⁵

Data-data yang peneliti akan paparkan diantaranya adalah tentang bagaimana kiat-kiat membiasakan puasa sunah khususnya puasa sunah Senin Kamis dan puasa sunah Daud sehingga dapat memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jember.

4. Penarikan kesimpulan

Menurut Miles dan Huberman kesimpulan data penelitian kualitatif adalah kesimpulan diawal, yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah setelah berada dilapangan sehingga datanya bersifat valid dan konsisten maka kesimpulan akan menjadi kredibel (dapat

⁵⁵ Hamid Patilima, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung : CV Alfabeta, 2011), 101.

dipercaya).⁵⁶

Pada tahapan ini peneliti menganalisa kesimpulan-kesimpulan awal yang bersifat sementara, dengan meninjau kembali obyek penelitian guna menguji kebenaran hasil dari penelitian tersebut, yang selanjutnya akan mengembangkan hasil penelitian, dengan berbagai metode terhadap pihak yang bersangkutan.

F. Keabsahan Data

Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi yang berfungsi untuk mengecek dan membandingkan data, diskripsi data dan hasil penelitian sementara. Dalam kaitan ini menggunakan dua macam triangulasi, yakni:

1. Triangulasi sumber, digunakan dengan membandingkan data pengamatan dan wawancara dengan para nara sumber. Hal ini dilakukan dengan cara:
 - a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara
 - b. Membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang disampaikan secara pribadi
 - c. Membandingkan dengan apa yang dikatan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakan sepanjang waktu.
 - d. Membandingkan persepektif seseorang dengan berbagai pendapat dari berbagai setatus social
 - e. Membandingkan isi wawancara dengan dengan dokumen yang berkaitan.⁵⁷

⁵⁶ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2011), 52.

⁵⁷ Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Roesdakarya, 2010), 330.

Dengan demikian derajat kepercayaan data dapat dipertanggung jawabkan.

2. Triangulasi metode dilakukan dengan beberapa teknik pengumpulan data seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi.

G. Tahap – Tahap Penelitian

Pencarian kebenaran ataupun pembuktian terhadap fenomena yang dihadapi dengan melalui prosedur kerja tertentu merupakan suatu proses dari Penelitian. Maksudnya suatu pemikiran untuk melakukan kegiatan meneliti, mengumpulkan serta memproses fakta-fakta, sehingga kumpulan fakta-fakta tersebut dapat dikombinasikan oleh peneliti melalui tahap-tahap penelitian.

Tahap-tahap penelitian yang digunakan oleh peneliti secara sistematis sebagaimana berikut :

1. Penelitian pendahuluan
 - a. Menyusun pedoman interview

Tahapan awal yang peneliti lakukan sebelum mengadakan penelitian adalah membuat rancangan pedoman wawancara yang akan digunakan peneliti dalam proses pengumpulan data, dalam hal ini kaitanya dengan judul penelitian yaitu seputar puasa sunah dan kaitannya dengan motivasi belajar santri, serta pertanyaan yang mengarah pada bagaimana kiat-kiat berpuasa sunah.

- b. Memilih lapangan penelitian

Sebelum peneliti memastikan lapangan penelitian yang akan dipilih, peneliti mengadakan pengecekan secara intensif terhadap lembaga-lembaga pondok pesantren yang ada di lingkup kabupaten Jember

khususnya di pondok pesantren besar dan terkenal seperti PP. Nurul Islam Antiro Jember, PP. Darus Shalah tegal Besar, PP. Annur dan Lain. Setelah itu peneliti kemudian peneliti memilih Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

c. Menyusun perizinan

Setelah peneliti yakin ingin mengadakan penelitian di Pondok Pesantren Al Bidayah kemudian peneliti melengkapi surat perizinan penelitian dari kampus yang ditujukan kepada pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah.

d. Menggali dan meneliti lapangan penelitian

Mengawali proses penelitian, peneliti mewawancari pegasuh Pondok Pesantren Al Bidayah terkait judul penelitian yang akan dilakukan serta sejarah berdirinya Pondok Pesantren Al Bidayah untuk melengkapi data penelitian.

2. Tahap penelitian sebenarnya

a. Latarbelakang penelitian

Latarbelakang penelitian peneliti susun berdasarkan pertimbangan dan realialita yang peneliti ketahui berdasarkan judul yang diangkat, serta gambaran umum mengenai lokasi objek penelitian.

b. Memasuki lapangan penelitian

Pada tahapan ini peneliti menggali data langsung pada sumber data yakni pengasuh, ustad, pengurus, serta santri Pondok Pesantren Al Bidayah utamanya yang mengamalkan puasa sunah Senin Kamis dan puasa

Daud

c. Mengumpulkan data yang belum lengkap

Data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian melalui wawancara, observasi dan dokumentasi kemudian diproses dan dirangkai sesuai petunjuk pedoman karya ilmiah, kemudian peneliti mengumpulkan kembali data yang menurut dosen pembimbing skripsi masih kurang.

3. Penulisan laporan

Tahap akhir dari proses penelitian adalah penulisan laporan penelitian, dalam hal ini peneliti mengajukan surat selesai penelitian dari Pondok Pesantren Al Bidayah sebagai bukti bahwa peneliti benar-benar telah melakukan penelitian dengan ditandatangani oleh pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah.

BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Obyek Pelitian

1. Sejarah berdirinya pondok pesantren

Pondok Pesantren Al Bidayah berdiri sejak tahun 2003, yang berawal ketika seorang mahasiswa STAIN Jember menemui Ustad Abdul Haris yang kemudian meminta beliau sebagai pembimbing dalam mengkaji kitab kuning, terutama gramatikal pembacaannya. karena berdasarkan informasi Ustad Abdul Haris merupakan sosok yang memiliki latar belakang pesantren yang kuat, dan beliau memang ahli dalam bidang ilmu alat (ilmu nahwu shorof) dan ilmu Agama islam.

Bidang keahlian yang dimiliki oleh Ustad Abdul Haris memang sudah tidak asing dikalangan para mahasiswa, berdasarkan forum perkuliahan yang beliau isi di STAIN Jember, beliau juga merupakan salah satu dosen yang memegang mata kuliah Qowaid pada jurusan bahasa arab, yang metode pengajaran qowaidnya bersifat rasional dan sistemik, selain dari itu mereka juga mengetahui figur Ustad Abdul Haris ini dalam setiap forum bahtsul masail, dialog agama di radio RRI serta menjadi dewan fatwa MUI cabang Jember.

Kitab yang pertama kali dikaji ialah ushul fiqh karangan Syekh Abdul Wahab yang awal pengajiannya bertempat rumah beliau yaitu di Jl.Moh. Yamin No. 3b Tegal Besar Kaliwates Jember.

Beberapa bulan kemudian jumlah santri yang belajar mulai

bertambah, tetapi kondisi santri pada waktu itu masih *kalong* (bahasa Jawa yang berarti: berangkat dari rumah dan langsung pulang setelah pembelajaran selesai). Ternyata proses belajar seperti ini menyebabkan santri kurang istikamah, dan sudah berhenti sebelum bisa menguasai target yang ditetapkan yaitu mampu mengartikan kitab kuning.

Pada situasi dimana santri tinggal sedikit, maka ada seorang santri yang berasal dari Jambi yang juga berstatus sebagai mahasiswa STAIN Jember berniat untuk menetap dan mendirikan asrama dibelakang rumah Ustad Abdul Haris, santri tersebut bernama Muhammad Iqbal.

Setelah menetapnya Muhammad Iqbal ini, proses penambahan asrama mulai bertambah dengan keinginan kuat dari para santri lain yang memang merasa butuh terhadap pengetahuan keagamaan, kemudian keinginan tersebut ditindak lanjuti dengan pembuatan musholla. Dari banyaknya santri yang berminat dan menetap untuk menuntut ilmu agama tersebut, kemudian Ustad Abdul Haris berniat untuk memformulakan eksistensi lembaga pengajiannya tersebut menjadi sebuah pondok pesantren putra yang fokus pelajarannya pada materi nahwu dan shorof.

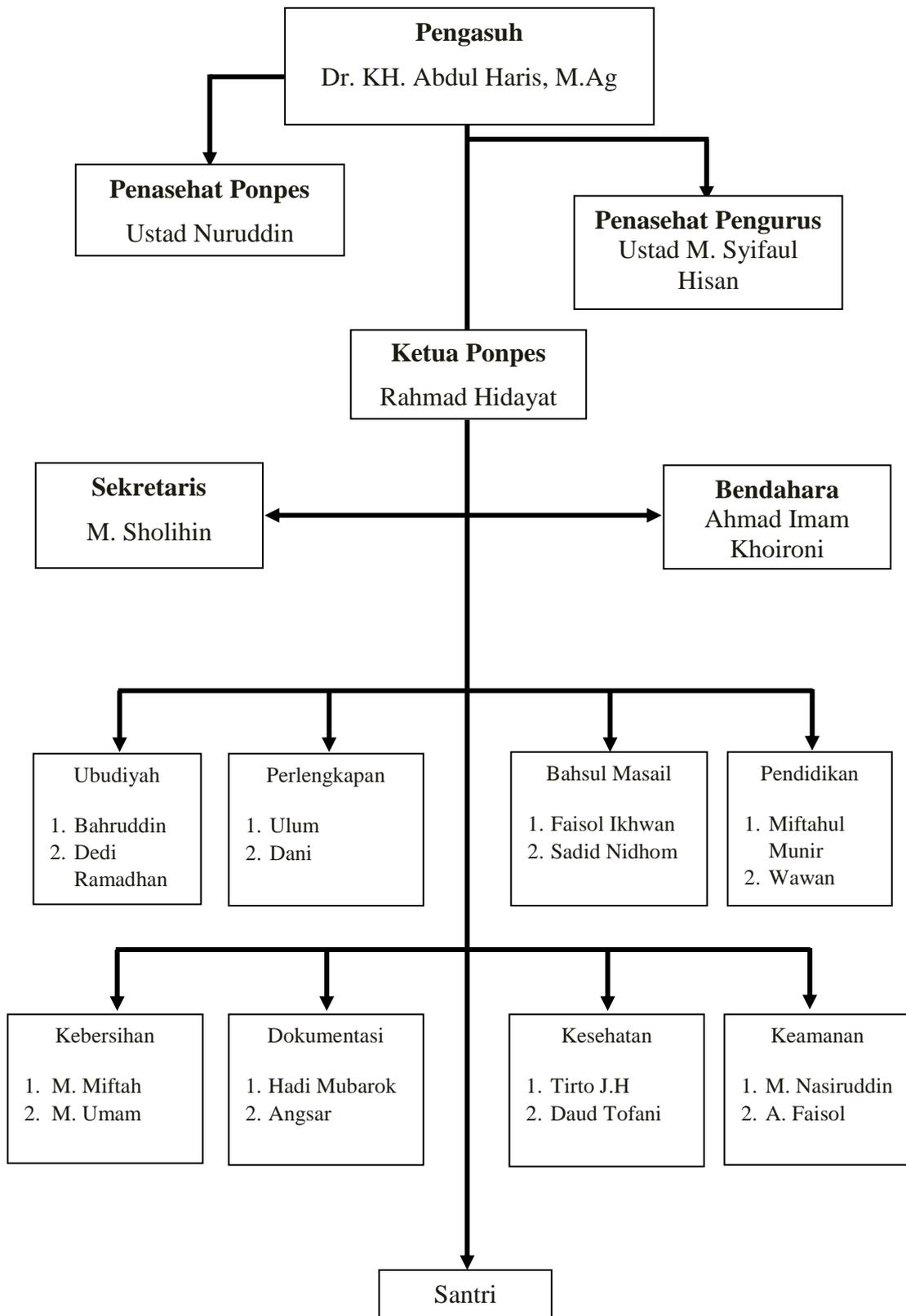
Maka disusunlah perangkat mulai dari penentuan, nama, lambang serta infrastruktur lainnya. Dalam perkembangan selanjutnya, dari pertimbangan yang matang maka dipilihlah lembaga Pondok Pesantren yang bernama Al Bidayah.

Selanjutnya sebagai seorang pengasuh seperti di pondok pesantren lainnya, beliau memiliki fungsi sebagai administrator, artinya beliau melakukan hal, seperti: perencanaan, perorganisasian, supervise, evaluasi

dan memberikan sistematika kerja dalam mengelola pendidikan untuk memajukan lembaganya serta terlaksananya pendidikan yang dimiliki secara efektif dan efisien sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai yaitu mensukseskan pembelajaran kitab nahwu shorof.

Seiring berjalannya waktu hingga saat ini jumlah santri yang menetap di Pondok Pesantren Al Bidayah sebanyak Dua Ratus Lima Puluh orang dengan tingkat dan jenjang pendidikan yang berbeda mulai dari tingkat SD sampai Pasca Sarjana.

2. Struktur Pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah Tahun 2018



3. Keadaan ustad atau pengurus di Pondok Pesantren Al Bidayah Jember

Para guru ustad yang ikut serta dalam proses kegiatan belajar mengajar di Pondok Pesantren Al Bidayah pada tahun 2018 ini, berjumlah 12 orang dengan 3 orang yang masih berstatus santri di pesantren, 7 orang yang didatangkan dari lulusan pesantren yang lain dan 2 orang adalah Alumni yang sudah lulus S2.

4. Letak geografis Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

Lokasi Pondok Pesantren Al Bidayah berada di daerah yang dekat dengan kota Jember, tepatnya di Jl. Moh. Yamin no. 3b desa Tegal Besar Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember. Pondok Pesantren Al Bidayah berdiri diatas tanah seluas kurang lebih 60 m².

Untuk lebih mengetahui lebih jelasnya, berikut merupakan batas-batas Pondok Pesantren Al Bidayah dengan sekitarnya:

- a. Bagian utara berbatasan dengan rumah penduduk
- b. Bagian selatan berbatasan dengan persawahan dan Pondok Pesantren Darus Sholah
- c. Bagian barat berbatasan dengan persawahan dan rumah penduduk
- d. Bagian timur berbatasan dengan rumah penduduk.⁵⁸

Letak geografis Pondok Pesantren Al Bidayah tersebut menjadikan pondok ini memiliki beberapa keuntungan yang mungkin sulit didapatkan

⁵⁸ Inventaris, *Dokumentasi*, Jember, 10 November 2018.

oleh pondok lain karena selain mudah di jangkau, keberadaan pondok ini mudah diketahui oleh masyarakat luas.

5. Keadaan santri Pondok Pesantren Al Bidayah

Pondok Pesantren Al Bidayah merupakan Pondok Pesantren yang dikhususkan bagi santri putra, santri yang belajar di Pondok Pesantren Al Bidayah tersebut berasal dari berbagai macam jenjang pendidikan, ada yang SD/MI, SMP/Mts, SMA/MA, Mahasiswa. Jumlah keseluruhan kurang lebih 204 santri.

Berikut ini data santri Pondok Pesantren Al Bidayah yang mengamalkan puasa sunah Berdasarkan tingkat dan jenjang pendidikan, tahun ajaran 2018 serta data yang santri yang berpuasa sunah Senin Kamis dan Daud sebagaimana table berikut:

Tabel 4.1⁵⁹
Keadaan santri Pondok Pesantren Al Bidayah

Kamar: Gunung Jati								
No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Hasbi	Mahasiswa	2013		√	2 Tahun	√	
2	Rahmat	Mahasiswa	2013		√	4 Tahun	√	
3	Wawan	Mahasiswa	2013		√	4 Tahun	√	
4	Hilmi	MTs	2016	√		1 Tahun	√	
5	Hamdan	MTs	2016	√		1 Tahun	√	
6	Riky	MTs	2016	√		1 Tahun	√	
7	Fian	MTs	2016	√		1 Tahun	√	
9	Arul	MTs	2017	√		5 Bulan		√

⁵⁹ Imam Khoironi, *wawancara*, 18 November 2018.

10	Afa	MTs	2016	√		1 Tahun	√	
11	Fahim	MTs	2016	√		1 Tahun	√	
12	Ulin	MTs	2016			1 Tahun	√	
13	Daqiqi	MTs	2017	√		1 Tahun	√	
14	Putra	MTs	2017	√		1 Tahun	√	
15	Bayu	MTs	2016	√		7 Bulan		√
16	Agif	MTs	2017	√		1 Tahun	√	
17	Huda	SMP 5	2017	√		1 Tahun	√	
18	Fatur	MTs	2017	√		1 Tahun	√	
19	Arob	MTs	2016	√		4 Bulan		√
20	Wahyu	MTs	2017	√		1 Tahun	√	
21	Lintang	MTs	2016	√		1 Tahun	√	

Kamar: Drajad 1

No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Titok	MTs	2016	√		2 Tahun	√	
2	Rifqi	SMP 5	2016	√		2 Tahun	√	
3	miqdad	Mahasiswa	2013		√	6 bulan	√	
4	Bintang	SMP 5	2015	√		3 Tahun	√	
5	Kholiq	MTs	2016	√		2 Tahun	√	
6	Idris	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
7	Haidar A	MTsN	2015	√		3 Tahun	√	
9	Adit	MTsN	2016	√		2 Tahun	√	
10	Dafit	MTsN	2016	√		2 Tahun	√	
11	Yusril	MTsN	2016	√		2 Tahun	√	
12	Hafid	MTsN	2015	√		3 Tahun	√	
13	Syarif	MTsN	2015	√		3 Tahun	√	
14	Wahyu	MTsN	2016	√		3 Tahun	√	

Kamar: Drajad 2

No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Faris	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
2	Sabil	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
3	Arif	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
4	Fahmi	MTs	2015	√		3 Tahun	√	

5	saddad	MTs	2017					√
6	Alfin	MTs	2015					√
7	Sofyan	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
9	Dany	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
10	Rossi	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
11	Qoyis	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
12	Baroq mts	MTs	2015	√		3 Tahun	√	
13	Ibrahim	MTs	2017	√		1 Tahun	√	

Kamar: Drajad 3

No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Iqbal ds	MAN	2015	√	√	2 tahun	√	
2	Toyyib	MAN	2015	√	√	2 tahun	√	
3	Mishar	MAN	2017	√		1 tahun	√	
4	Cahyo	MAN	2015	√		3 tahun	√	
5	Fafa	SMA UBPPPT	2016	√		2 bulan		√
6	Firman smk	SMK	2016	√		2 tahun	√	
7	Ifton	MAN	2017	√		1 tahun	√	
9	Iqbal man	MAN	2015	√		2 tahun	√	
10	Wahhid	MAN	2015	√		2 tahun	√	
11	Aulia	MAN	2015	√		2 tahun	√	
12	Dliya'	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
13	Anam	MAN	2015	√		2 bulan		√

Kamar: PK Junior

No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Indra	MAN 1	2012		√	2 tahun	√	
2	Farhan	MAN 1	2012	√		3 tahun	√	
3	Dicky	MAN 1	2013	√		3 bulan	√	
4	Syadid	MAN 1	2012	√		2 tahun	√	
5	Fikri	MAN 1	2012	√		2 tahun	√	
6	Fajar	MAN 1	2012	√		2 tahun	√	
7	Fator	MAN 1	2012	√		2 tahun	√	
9	Alam	MAN 1	2012	√		2 tahun	√	
10	Soni	Mahasiswa	2017	√		6 bulan		√

11	Hibban	MAN 1	2012		√	2 tahun	√	
12	Arsa	MAN 1	2012	√		2 tahun	√	
13	Zenal	MAN 1	2012	√		2 tahun	√	
14	Diyak	Mahasiswa	2012	√		2 tahun	√	
15	Adit	Mahasiswa	2012	√		2 tahun	√	
16	Faqih	MAN 1	2012	√		3 tahun	√	
18	Ulum	MAN 1	2012		√	2 tahun	√	
19	Dimas	MAN 1	2012		√	2 tahun	√	
20	Ari	MAN 1	2012		√	2 tahun	√	
21	Andi	Mahasiswa	2017	√		1 tahun	√	
22	Nuril	Mahasiswa	2012	√		2 tahun	√	
23	Fuad	Mahasiswa	2012	√		2 tahun	√	
24	Azen	Mahasiswa	2012		√	2 tahun	√	

Kamar: PK senior 2

No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Hasbi baru	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
2	Umam	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
3	Nasir	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
4	Taufiq	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
5	Dedy	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
6	Ersan	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
7	Abidin	Mahasiswa	2016		√	2 tahun	√	
9	Arul	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
10	Azi	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
11	Zuhdi	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
12	Khoir	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
13	Azam	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
14	Muhdor	Mahasiswa	2010	√	√	4 tahun	√	
15	Jaka	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
16	Fathul	Mahasiswa	2017	√		3 tahun		√

Kamar: PK seneor 1

No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Kholid	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	

2	Arifin	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
3	Hanafi	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
4	Akbar	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
5	Tirto	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
6	Khozin	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	
7	Afif	Mahasiswa	2013	√		3 tahun	√	

Kamar: Ampel 1

No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Ihsan	SMA	2018					
2	Faruk	SMA	2018					√
3	Rasihk	SMA	2018					√
4	Fatawi	SMA	2018					√
5	Khozen	SMA	2018					√
6	Kafa	SMA	2018					√
7	Ulin	SMA	2018					√
9	Zain	SMA	2018					√
10	Lutfi	SMA	2018					√
11	Ega	SMA	2018					√
12	Riza	SMA	2018					√
13	Bram	SMA	2018					√
14	Daud	SMA	2018					√
15	Angky	SMA	2018					√

Kamar: Ampel 2

No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Ivan	SMA	2016	√		2 tahun	√	
2	Dalvin	SMA	2016	√		2 tahun	√	
3	Sofyan	SMA	2016	√		2 tahun	√	
4	Wildan	SMA	2016	√		2 tahun	√	
5	Udin	SMA	2016	√		2 tahun	√	
6	Afton	SMA	2016	√		2 tahun	√	
7	Zida	SMA	2016	√		2 tahun	√	
9	Majid	SMA	2016	√		2 tahun	√	

Kamar: Kalijogo								
No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Zainuri	Mahasiswa	2004	√		3 tahun	√	
2	Riyan	SMP	2016	√		2 tahun	√	
3	Ikbal	SMP	2016	√		1 tahun	√	
4	Nurul rehan	MTs	2016	√		2 tahun	√	
5	Riful	SMP	2016	√		3 tahun	√	
6	Moheri	Mahasiswa	2013	√		2 tahun	√	
7	Galeh	SMP	2016					√
9	Muhid	Mahasiswa	2014	√			√	
Kamar: PK Tilawah								
No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Mutawalli	MTsN	2017	√		3 tahun	√	
2	Ghazil	SMP	2016					√
3	Rizal	MAN	2014					√
4	Dafa	MAN	2017	√		2 tahun	√	
5	Musleh	MAN	2017	√		3 tahun	√	
6	Audan	MA	2017			3 tahun		√
7	Agung	MAN	2016					√
9	Muhdor B	Mahasiswa	2017	√		2 tahun	√	
10	Holil	MTs	2015	√		3 tahun	√	
11	Rino	MAN	2017	√		3 tahun	√	
12	Firman	MAN	2017	√		2 tahun	√	
13	Yoga	SMP	2015	√		1.5 bln		√
14	Migfar	MI	2017	√		1 bulan		√
15	Tio	MAN	2017					√
16	Haris	MTs	2017	√		2 tahun	√	
17	Fikri	SMP	2017	√		2 tahun	√	
18	Ulin	MA	2016					√
19	Lutfi	MAN	2014					√
20	Ahsin	MAN	2016					√
21	Syukron	MAN	2017					√
22	Haidar	MTs	2016				√	

Kamar: PK Tahfid								
No	Nama	Status Pendidikan	Tahun Mondok	Jenis Puasa		Lama berpuasa	Ketuntasan hafalan kitab Nahwu Sorof	
				Senin kamis	Daud		Tuntas	Belum
1	Munir	Mahasiswa	2017				√	
2	Sholihin	Mahasiswa	2017				√	
3	Ridho	Mahasiswa	2017	√		5 bulan	√	
4	Firdaus	Mahasiswa	2017				√	
5	Udin	Mahasiswa	2017				√	
6	Adi	Mahasiswa	2015				√	
7	Syafi'	Mahasiswa	2017	√	√	1 bulan	√	
9	Nasuha	Mahasiswa	2017				√	
10	Nizar	Mahasiswa	2017				√	
11	Kholil	Mahasiswa	2017				√	
12	Fauzi	Mahasiswa	2017				√	
13	Hakam	MAN	2014				√	
14	Rokip	MA	2017				√	
15	Sibli	SMP	2017				√	
16	Fait	MTs	2017				√	
17	Rizki	MTs	2017					√
18	Aufal	MTs	2017				√	
19	Naufal	MA	2017				√	
20	Roihan	MTs	2017				√	
21	Iqbal	MA	2015				√	
22	Uden	MA	2013					√
23	Azka	MI	2017				√	
24	Idris	MI	2017				√	
25	Raksi	MTs	2017					√
26	Hanif	MTs	2017				√	

6. Sarana dan prasarana

Sarana dan prasarana merupakan media yang digunakan dalam kegiatan belajar mengajar, demikian halnya dengan pesantren ini, di samping keberadaan tenaga pengajar, sarana dan prasarana dapat membantu peserta didik dalam menyerap ilmu pengetahuan yang telah

tersampaikan. Berdasarkan hasil observasi fasilitas yang dimiliki Pondok Pesantren Al Bidayah ini antara lain: 1 musholah, 19 kamar, 1 perpustakaan, 1 kantor, 8 kamar mandi, 3 set komputer, 2 kamera shooting, 7 papan tulis putih, 1 LCD proyektor, dan 7 kelas pembelajaran.

7. Prestasi-prestasi santri

Sejak berdirinya Pondok Pesantren Al Bidayah yaitu sekitar tahun 2003 sampai sekarang 2019, santri Pondok Pesantren Al Bidayah telah berhasil meraih prestasi mulai dari tingkat sekolah, Kecamatan, Kabupaten sampai ditingkat Nasional. Prestasi tersebut penulis paparkan dengan tabel prestasi dibawah ini:

Tabel 4.2⁶⁰

Prestasi santri Pondok Pesantren Al Bidayah tegal Besar Kaliwates Jember.

No	Nama	Jenis Lomba	Peringkat	Tingkat	Tahun
1	A.Diyauddin	Nadhom Al Imriti	2	Nasional	2017
2	A.Qoyis Jamalallail	Kitab Jurumiyah	3	Nasional	2017
3	Sulton Rowasi	MQK	3	Jawa Timur	2017
4	Ahmad Qoyis	Nadhom Imriti	1	Kabupaten	2017
5	M. Nasiruddin	Fathul Mu'in	2	Kabupaten	2017
6	Kholid Hasan	Fathul Mu'in	3	Kabupaten	2017
7	M.Farhan Fuadi	Fathul Qorib	2	Kabupaten	2017
8	Ahmad dliya'	Fathul Qorib	3	Kabupaten	2017

B. Penyajian Data dan Analisis

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini ialah observasi, dokumentasi, dan wawancara. Data yang diperoleh dari berbagai macam metode pengumpulan data tersebut, selanjutnya dianalisis agar data-

⁶⁰ Inventaris, *Dokumentasi*, Jember, 10 November 2018.

data yang telah diperoleh dan dikumpulkan tersebut mudah dipahami dan mudah diinformasikan kepada pembaca.

Berikut ini merupakan data yang diperoleh peneliti dari berbagai teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu mengenai kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember. Sesuai dengan fokus penelitian diawal, maka data yang diperoleh dari lapangan disajikan sebagai berikut:

1. Kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

Bedasarkan hasil observasi setiap malam jum'at selesai shalat magrib pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah selalu memotivasi santrinya. Pesan yang beliau sampaikan adalah bagaimana santri santrinya bisa menjadi orang yang sukses, sukses yang beliau maksud ialah menjadi orang yang berkualitas baik dari segi moralitas dan berkualitas dari segi intelektualitas. Beliau mengaitkan kesuksesan tersebut dengan berpuasa sunah karena selain berungsi sebagai do'a puasa juga sebagai sarana mendekatkan diri pada Allah SWT. Selain dari itu berdasarkan hasil observasi santri terbiasa mengamalkan puasa sunah karena lingkungan pondok pesantren mayoritas berpuasa sunah baik santri, ustad, pengurus sampai keluarga pengasuh sendiri juga istikamah mengamalkan puasa sunah. Selain lingkungan yang mendukung Pondok Pesantren Al Bidayah

juga memberikan kemudahan bagi santri yang ingin berpuasa dengan menyediakan makan sahur dan berbuka puasa di dalam pondok, sehingga santri tidak perlu keluar pesantren untuk makan sahur atau berbuka puasa.⁶¹

Sebagaimana hasil wawancara dengan pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah, sebagai berikut:

“Kalau dipondok kami ini memang sudah sejak awal konsentrasinya pada kajian kitab nahwu dan shorof karena kedua kitab ini yang menjadi alat untuk bisa membaca kitab, nah untuk menambah semangat santri agar bisa fokus belajar dan seterusnya itu, kami berusaha untuk memberikan pelayanan yang terbaik bagi anak didik kami, ya salah satu dengan memberikan pemahaman kepada mereka bahwa kesuksesan dalam belajar itu tidak lepas dari campur tangan dan kehendak dari Allah, bagaimana caranya bisa mendapat ridha Allah ya salah satunya dengan berdo’a atau memohon pada Allah agar keinginan kita bisa dikabulkan, do’a tersebut kami kaitkan dengan memperbanyak ibadah yang salah satunya itu dengan amalan berpuasa sunah. Alhamdulillah tetapi semua tergantung niatnya juga, disini kami sudah programkan mengenai hal itu, dan kami nilai banyak perkembangan dan perubahan dari anak didik kami, khususnya pada ketuntasan hafalan yang kami programkan.”⁶²

Berdasarkan hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa berhasil tidaknya ibadah puasa yang diamalkan itu tergantung pada niatnya, dalam arti puasa bisa bernilai ibadah atau tidak maka niatlah yang menjadi tolak ukurnya, jika berpuasa dengan niat ingin diet maka hanya dapat langsung saja, pahala puasanya tidak di peroleh. Akan tetapi jika niatnya ingin mendapat rida Allah maka dia akan mendapat keduanya yakni pahala puasa dan dietnya akan diperoleh.

Mengenai niat sebagaimana tuntunan dalam syariat islam bahwa apapun yang kita kerjakan itu tergantung pada niatnya. Sebagaimana

⁶¹ *Observasi*, Jember, 8 November 2018.

⁶² Abdul Haris, *wawancara*, Jember, 4 November 2018.

bersabda Nabi Muhammad SAW didalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Umar bin Khattab ra. Sebagai berikut:

عَنْ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

يَقُولُ: " إِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ وَإِنَّمَا لِكُلِّ امْرِئٍ مَا نَوَى، فَمَنْ كَانَتْ هِجْرَتُهُ إِلَى اللَّهِ وَ

رَسُولِهِ فَهَاجَرَتْهُ إِلَى اللَّهِ وَرَسُولِهِ، وَمَنْ كَانَتْ هِجْرَتُهُ إِلَى دُنْيَا يُصِيبُهَا أَوْ إِلَى امْرَأَةٍ

يَتَزَوَّجُهَا فَهَاجَرَتْهُ إِلَى مَا هَاجَرَ إِلَيْهِ (رَوَاهُ مُسْلِمٌ ٤٤٦)

Artinya: “Dari Umar bin Al-Khathab Radhiyallahu 'anhu, ia berkata : Aku mendengar Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: Segala amal itu tergantung niatnya, dan setiap orang hanya mendapatkan sesuai niatnya. Maka barang siapa yang hijrahnya kepada Allah dan Rasul-Nya, maka hijrahnya itu kepada Allah dan Rasul-Nya. Barang siapa yang hijrahnya itu karena kesenangan dunia atau karena seorang wanita yang akan dikawininya, maka hijrahnya itu kepada apa yang ditujunya” (HR. Bukhari dan Muslim).⁶³

Berdasarkan hadis tersebut dapat dipahami tentang pentingnya niat seperti ketika ingin berpuasa Senin Kamis, agar puasa yang dilakukan bernilai ibadah karena dengan niat inilah yang membedakan ibadah dengan amaliyah yang lain, sebagaimana yang disampaikan oleh Rahmad Hidayat selaku ketua Pondok Pesantren Al Bidayah Tega Besar Kaliwates Jember sebagai berikut:

“Niat dalam melaksanakan sebuah amal ibadah itu sangatlah penting. Niat merupakan pembeda antara sebuah ibadah dengan kebiasaan. Juga yang membedakan antara ibadah yang satu dengan

⁶³ Ahmad Bin Husain, *Sunan al Kubro Lil Baihaqi Juz 1* (Libanon: Dar al-Kotob al-Ilmiyah, 2003), 446.

ibadah yang lainnya.”⁶⁴

Hal tersebut senada dengan Fiqi Rozaki selaku salah pengurus di Pondok Pesantren Al Bidayah Tega Besar Kaliwates Jember sebagai berikut:

“Kalau ditanya niat, ya tentunya saya berniat untuk berpuasa lillahi taala. Karena hal itu sangat penting bagi saya. Karna percuma kita puasa tapi niatnya ingin dapat pujian, kehormatan, atau kesaktian dan sejenisnya. ya dapat itu aja sedang pahala dan keutamaan puasa yang lain tidak akan dapat. Kalau ada orang yang puasa terus setres atau gila iya itu salah satu akibat salah dalam niat berpuasanya, dan ini selalu kiyai sampaikan pada semua santri.”⁶⁵

Berdasarkan hasil wawancara menunjukkan bahwa seluruh santri sudah diberikan pemahaman mengenai pentingnya menata niat tersebut yaitu berpuasa hanya mengharap Ridha dari Allah SAW. Selain itu, data ini juga diperkuat dari hasil wawancara dengan Ahmad Hadi Mubarak selaku salah satu santri Pondok Pesantren Al Bidayah Tega Besar Kaliwates Jember sebagai berikut:

“Awal mulanya saya puasa Senin Kamis niat menguruskan badan karena waktu itu badan saya terlalu gemuk ya ternyata saya hanya bisa kurus saja tidak dapat apa-apa hafalan saya tidak tambah. Akan tetapi setelah tiga bulan mengaji di pondok ini dan mengetahui dalil dalilnya bahwa puasa Senin Kamis itu sunah Rasul SAW maka tujuan atau niat saya ganti ittiba’ Rasul Saw, ya Alhamdulillah sekarang saya dapat dua, dapat menguruskan badan juga dapat lancar ketika belajar ya alhamdulillah saya hatam teori dasar itu selama kurang lebihnya sekitar enam bulanan alhamdulillah.”⁶⁶

Pemaparan yang disampaikan oleh Hadi Mubarak tersebut menunjukkan bahwa berdasarkan pengalaman pribadinya ketika berpuasa niat ingin diet maka hanya diet saja yang diperoleh padahal seandainya

⁶⁴ Hadi Mubarak, *wawancara*, Jember, 4 November 2018.

⁶⁵ Fiqi Rozaki, *wawancara*, Jember, 11 November 2018.

⁶⁶ Abdul Haris, *wawancara*, Jember, 4 November 2018.

sejak awal niatnya benar bukan cuma bisa diet akan tetapi bisa memperoleh fadilah atau keutamaan yang lain yang lebih besar dan lebih bermanfaat bagi kehidupannya.

Adapun data hasil dekomendasi menunjukkan bahwa santri yang berpuasa Senin Kamis motivasi belajarnya meningkat. Sesuai data menunjukkan mayoritas santri yang berpuasa Senin Kamis lebih cepat menyelesaikan hafalan dibandingkan santri yang tidak mengamalkan puasa sunah, dengan durasi lama menghafal tujuh sampai delapan bulan sudah bisa hatam kitab teori dasar nahwu sharaf. Hal ini di nilai cepat dengan perbandingan pencapaian normal yakni tiga satu sampai tiga tahun.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Ansar salah satu santri Pondok Pesantren Al Bidayah Tega Besar Kaliwates Jember sebagai berikut:

“Awalnya saya tertarik dengan saudara saya yang sukses di dalam menjalankan puasa sunah Senin Kamis sehingga saya tertarik untuk mengikuti alurnya keluarga saya yang sukses yang ada di rumah. Ditambah lagi di Pondok ini saya sering mendapatkan motivasi dari pengasuh sehingga membuat saya menjalankan puasa sunah Senin Kamis dan alhamdulillah masih istikamah sampai sekarang. dan saya hafal teori dasar nahwu sharof itu sya selesaikan hanya tujuh bulan saja.”⁶⁷

Berdasarkan pemaparan data diatas dapat diketahui bahwasanya kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis sebagai memotivasi santri dalam belajar mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember diantaranya adalah berniat untuk mendapat ridha Allah SWT, memiliki cita-cita atau idealisme yang tinggi, serta

⁶⁷ Ansar, *wawancara*, Jember, 25 November 2018.

bergabung dengan lingkungan yang sevisi. Untuk mengantisipasi adanya kendala para santri para santri tetap mengkodlo' puasanya jika perbna libur tidak berpuasa, untuk menjaga keistikamahan ibadah mereka.

2. Kiat-kiat puasa sunah Daud sebagai memotivasi santri dalam belajar pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Nasyiruddin ustad Pondok Pesantren Al Bidayah terdapat satu prinsip yang perlu diingat bagi yang ingin puasa Daud yaitu tidak mempersoalkan makan sahur atau tidak ketikan ingin berpuasa, artinya baik sahur atau tidak sahur tetap harus lanjut puasanya agar bisa istikamah kecuali ada udur syar'i seperti sakit atau pernikahan, akan tetapi harus diganti pada hari lain. sebagaimana pernyataan Nasyiruddin sebagai berikut :

“Ya kalau saya pribadi mas, berdasarkan pesennya kiyai kalau mau berpuasa yang penting gak makan itu saja dalam artian tidak usah memikirkan nantik kalau gak sahur gaimana kalau sakit giman, jadi tetap kalau sudah waktunya puasa ya harus puasa biar istikamah gitu.”⁶⁸

Berdasarkan peryatan diatas agar bisa istikamah berpuasa tidak perlu memikirkan masalah sahur atau tidak sahur akan tetapi bagaimana puasanya itu bisa istikamah. Hal ini pengakuan yang disampaikan oleh salah satu santri Diya'uddin sebagai berikut:

“Dulu saya diawal berpuasa tidak menghiraukan takut bagaimana kalu tidak sahur sehingga sekarang saya sudah biasa mau sahur atau tidak biasa aja, tetap kuat puasa saya cuma kalau tidak saur biasanya

⁶⁸ Nasyiruddin, *wawancara*, Jember, 8 November 2018.

agak lemas.”⁶⁹

Berdasarkan wawancara diatas agar bisa istikamah satu hal yang menjadi kata kunci yaitu sabar meski tidak sahur dan tetap melanjutkan puasa Daudnya. Selain dari itu niat berpuasa harus karena Allah dan idealisme yang tinggi. Mengenai niat puasa sunah Daud bagi santri Pondok Pesantren Al Bidayah sifatnya individu pengurus hanya memfasilitasi bagi santri yang ingin puasa diberikan kebijakan khusus terkait kegiatan dipondok sebagaimana yang disampaikan oleh Sofyan selaku pengurus kantin sebagai berikut:

“Kalau masalah berniat sih tidak ada program khusus, dalam artian diorganisir oleh pesantren. Tentang niat tergantung individu masing-masing. Akan tetapi mayoritas atau kebanyakan teman-teman yang berpuasa itu mendapat motivasi besar dari pengasuh. kyai selalu memberi motivasi kami semua santrinya. Bahwa hidup itu butuh ditirakati supaya Allah Swt berkenan memberikan yang terbaik dalam hidup kita. Dan kami para santri sudah melihat kenyataannya hasil dari apa yang dimotivasi oleh pengasuh sehingga motivasi yang selalu diberikan itu seakan menjadi pendorong yang kuat dalam hati kami para santri yang menyebabkan hampir seluruh santri disini berpuasa sunah sebagai mana pengasuh.”⁷⁰

Data dari hasil wawancara diatas itu juga diperkuat oleh data dari dokumentasi yang peneliti lakukan kepada pengurus pesantren. Data dokumentasi menunjukkan bahwa ada 86 santri yang berpuasa sunah, dari 240 santri.

Dalam hal makan sahur ada beberapa perbedaan antara santri yang membiasakan berpuasa sunah Daud dengan santri yang berpuasa sunah

⁶⁹ Diya'uddin, *wawancara*, Jember, 02 Desember 2018.

⁷⁰ Sofyan , *wawancara*, Jember, 25 November 2018. syifaul hisan

Senin Kamis. Diantaranya adalah bahwa santri yang membiasakan berpuasa sunah Daud itu lebih banyak yang tidak makan sahur dalam artian mereka hanya sahur dengan segelas air putih atau segelas teh gelas saja. Hal ini disebabkan karena ada yang belajarnya sampai larut malam sehingga ketika dibangunkan pada saat makan sahur sangat sulit yang akhirnya mereka telat untuk makan sahur. Ada juga yang karena sudah melaksanakan makan sahur di waktu malam harinya. Sehingga ketika waktu sahur mereka hanya minum segelas air putih saja. Bahkan ada karena sudah menjadi kebiasaan makan di waktu berbuka puasa dan waktu sahur mereka hanya dengan minum air putih.⁷¹ Hal ini sebagaimana disampaikan oleh Rahmad Hidayat selaku kepala Pondok Pesantren Al Bidayah menyampaikan sebagai berikut:

“Kalau soal makan sahur, teman-teman santri banyak macamnya, ada yang makan sahur dengan menu makan yang sudah disediakan oleh Pondok. Ada juga yang makan sahur hanya dengan roti atau makanan ringan. Dan ada juga yang hanya sahur dengan minum air putih. Sebabnya adalah yang ikut makan sahur dengan menu Pondok itu kebanyakan adalah santri yang masih baru membiasakan berpuasa dan ada juga santri yang memang tidak biasa makan sahur kalau dia berpuasa. Kalau santri yang hanya makan sahur dengan roti atau makanan ringan karena mereka sudah makan sahur di waktu malamnya, sedangkan santri yang hanya makan sahur dengan air putih atau hanya minum segelas teh Rio karena mereka telat bangunnya. Ya bermacam-macamlah cara mereka makan sahur, tergantung dari individunya masing-masing.”⁷²

Hal terkait juga disampaikan oleh Syifaul Hisan yang merupakan alumni sekaligus ustad yang masih aktif mengajar sampai sekarang beliau menyatakan sebagai berikut:

⁷¹ *Observasi*, Jember, 8 November 2018.

⁷² Rahmad Hidayat, *wawancara*, Jember, 4 Desember 2018.

“Kalau awalnya saya memang makan sahur seperti biasanya. Tetapi saya lebih sering makan sahur diwaktu malam ketika jam istirahat pas kegiatan pondok. Dulu kan ketika saya masih mondok kegiatan masih sampai jam 12 malam baru selesai. Banyak teman-teman ketika itu termasuk saya diantaranya yang berpuasa sunah dipagi harinya yang makan sahur setelah shalat isya’ dan kadang kami hanya minum air putih. Karena malamnya kami sudah berniat untuk berpuasa sunah dan sekaligus makan sahur. Kalau sekarang karena saya sudah terbiasa berpuasa, jadi jarang untuk makan sahur dengan makanan yang berat-berat. Lebih sering saya makan sahur dengan hanya minum air putih saja atau mamiri.”⁷³

Hal ini dikuatkan oleh Sofyan selaku pengurus kantin menyampaikan sebagai berikut:

“Memang kalau saya amati, teman-teman yang makan sahur dengan menu yang sudah disediakan oleh Pondok itu adalah kebanyakan santri baru yang ikut membiasakan berpuasa sunah. Kalau santri lama dan sudah sangat terbiasa berpuasa sunah itu jarang. Ada tapi ya sangat sedikit saya lihat.”⁷⁴

Pernyataan-pernyataan di atas dibuktikan dengan dokumentasi jumlah santri yang makan sahur di kantin pondok pesantren. Dari jumlah santri yang berpuasa, kebanyakan santri yang makan sahur adalah santri yang baru mondok atau santri yang masih belajar untuk berpuasa sunah.⁷⁵

Hal ini sebagaimana disampaikan oleh Rahmad Hidayat selaku Ketua Pondok Pesantren Al Bidayah menyampaikan sebagai berikut:

“Sebenarnya teman-teman santri yang berpuasa sunah Daud kebanyakan hanya melakukan makan sahur dengan makanan ringan atau bahkan hanya dengan minum air putih saja itu karena mereka belajar sampai larut malam sehingga bangunnya terlambat. disamping juga mereka sambil menuntaskan hafalan untuk disetorkan keesokan harinya. Karena di Pondok Al Bidayah ini wajib setoran hafalan setiap harinya. Wajib setor dan menambah

⁷³ Syifaul Hisan, *wawancara*, Jember, 11 November 2018.

⁷⁴ Sofyan, *wawancara*, Jember, 25 November 2018.

⁷⁵ Inventaris, *Dokumentasi*, Jember, 10 November 2018.

hafalan setiap harinya.”⁷⁶

Hal yang senada disampaikan oleh M. Nasiruddin selaku ketua keamanan Pondok Al Bidayah menyampaikan sebagai berikut:

“Setiap kali saya membangunkan teman-teman santri yang ingin makan sahur itu tidak cukup hanya dengan sekali saja kadang bahkan sampai dua atau tiga kali. Itupun masih banyak santri yang bangunnya hingga azan Shalat Subuh.”⁷⁷

Hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa kalau hanya tidak sahur santri masih tetap berpuasa, dan kadang sengaja tidak sahur untuk melatih kebiasaan tidak tergantung pada makan sahur untuk berpuasa. Memang benar idealisme atau keinginan yang kuat itu akan membuat seseorang akan kuat dalam menjalankan rutinitasnya. Ditambah lagi lingkungan yang mendukung sehingga sangat membantu para santri dalam membiasakan berpuasa sunah Daud.

Berikut juga diutarakan oleh Zainal Abidin yang merupakan seorang santri di Pondok Pesantren Al Bidayah. Ia menyampaikan dalam wawancara yang peneliti lakukan bahwa:

“Bagi saya kalau kiat-kiat berpuasa sunah bagi pemula supaya istikamah ada dua hal pertama, harus yakin bahwa istikamah itu lebih baik dari seribu karamah. Kedua, harus punya tujuan. setiap orang pasti punya tujuan. Tujuan itu tidak mudah untuk bisa dicapai tanpa riyadloh atau tirakat dalam bahasa pesantren. Maka dari itu teguhkanlah niat demi untuk mencapai tujuan anda.”⁷⁸

Berdasarkan pemaparan diatas mengenai Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu

⁷⁶ Rahmad Hidayat, *wawancara*, Jember, 4 November 2018.

⁷⁷ M. Nasiruddin, *wawancara*, Jember, 18 November 2018.

⁷⁸ Zainal Abidin, *wawancara*, Jember, 2 Desember 2018.

shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember, dapat dilihat pada table berikut:

No	Fokus Penelitian	Hasil Temuan
1	Kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.	Terdapat tiga macam mengenai kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis yang dilaksanakan santri Pondok Pesantren Al Bidayah yaitu pertama niat puasa karena Allah SWT, kedua punya idealisme yang kuat, dan ketiga bergabung dengan lingkungan yang sevisi. santri yang mengamalkan puasa Senin Kamis, motivasi belajar nahwu shorofnya meningkat, dinilai berdasarkan tingkat ketuntasan hafalan mereka yang selesai dalam waktu delapan bulan, lebih cepat dari pencapaian normal yakni satu sampai tiga tahun.
2	Kiat-kiat puasa sunah Daud untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.	Terdapat empat macam mengenai kiat-kiat puasa sunah Daud yang diamalkan santri Pondok Pesantren Al Bidayah yaitu pertama Niat puasa karena Allah SWT, kedua punya idealisme yang kuat, ketiga bergabung dengan lingkungan yang sevisi, dan keempat berlatih puasa Senin Kamis dahulu atau puasa sunah yang lain bagi yang baru belajar berpuasa. Mayoritas santri yang mengamalkan puasa Daud, motivasi belajar nahwu shorofnya meningkat, ini dilihat dari ketuntasan hafalan mereka yang selesai dalam jangka waktu kurang lebih tujuh bulan, lebih cepat dari pencapaian normal yakni satu sampai tiga tahun.

C. Pembahasan Temuan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi, maka peneliti pada bagian ini memberikan deskripsi dan penjelasan dari hasil temuan-temuan yang diungkap dari lapangan, yaitu di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember mengenai kiat-kiat berpuasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof, adapun rincian pembahasannya sebagai berikut:

1. Kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jember.

Berdasarkan pemaparan data yang telah dianalisis diketahui bahwa kiat-kiat membiasakan puasa sunah Senin Kamis yang diamalkan santri Pondok Pesantren Al Bidayah setidaknya terdapat tiga hal yang dilakukan yaitu pertama niat karena Allah SWT, kedua punya idealisme tinggi, ketiga bergabung dengan lingkungan yang sevisi.

Selanjutnya pada tataran pelaksanaan terdapat tiga tahapan yaitu yang *pertama* makan sahur yang dilaksanakan sebelum terbitnya fajar. Yang *kedua* menjaga sikap, dalam arti menjaga semua anggota badan untuk tidak melakukan kemaksiatan. Selanjutnya yang *ketiga* berbuka, dalam hal ini disunahkan menyegerakan berbuka puasa saat masuk waktu azan shalat magrib, terutama makanan yang manis seperti kurma, madu, teh manis dan sejenisnya, atau sekedar minum air putih saja, seperti yang

dilaksanakan oleh santri Pondok Pesantren Al Bidayah, jika tidak ada kurma, mereka berbuka dengan minum teh gelas atau air putih saja untuk membatalkan puasanya. Temuan tersebut kemudian peneliti dialogkan dengan teori yang disampaikan oleh Rizen Aizid dalam bukunya yang berjudul *super jenius dengan mukjizat puasa Senin Kamis*, yaitu:

“Ketika hendak berbuka lebih utama yaitu menyegerakan berbuka dengan sesuatu yang manis dan tidak mengundur-undur waktu dalam berbuka, karena berdasarkan keterangan dari sebuah hadis yang diceritakan sahabat Anas Bin Malik Ra, bahwasannya Rasulullah tidak shalat magrib terlebih dahulu sebelum berbuka, walaupun dengan sebiji buah kurma atau seteguk air putih saja.”⁷⁹

Berdasarkan temuan yang telah didialogkan dengan teori tersebut dapat diketahui bahwa puasa sunah Senin Kamis yang di amalkan oleh santri Pondok Pesantren Al Bidayah selaras dengan teori yang dibahas dalam buku karangan Rizem Aizid. Nabi Muhammad SAW menganjurkan berbuka dengan kurma atau yang manis – manis ternyata berbuka dengan hal itu dapat meberikan energi yang sangat luar biasa karena ketika sedang lapar kebutuhan yang paling utama adalah glukosa dan glukosa itu paling bayak terdapat dalam kurma, sehingga dapat menstabilkan semua fungsi saraf yang terdapat di anggota tubuh karena seharian tidak mendapat makanan.

Sayari’at puasa merupakan salah satu bentuk kasih sayang Allah terhadap makhluk ciptaannya yaitu manusia, seperti halnya orang menciptan motor, mobil disitu mesti disiapkan fasilitas servis, maka servis bagi manusia adalah ibadah yang salah satunya adalah puasa. Jadi kalau

⁷⁹ Rizem Aizid, *Super Jenius dengan Mukjizat Puasa Senin Kamis* (Jakarta, Safirah, 2012) 173.

orang tidak pernah puasa berarti tidak pernah diservis.

Berdasarkan hasil observasi menunjukkan mayoritas santri yang mengamalkan puasa Senin Kamis, motivasi untuk belajar nahwu shorofnya meningkat, hal ini berdasarkan ketuntasan hafalan mereka yang selesai dalam jangka waktu kurang lebih delapan bulan. Masa menghafal tersebut dinilai lebih cepat dari pencapaian normal yakni satu sampai tiga tahun.

Selain itu perilaku santri yang mengamalkan puasa Senin Kamis menunjukkan sikap sabar, toleransi, penyayang, emosi terkontrol, serta bisa mengendalikan nafsu. Temuan ini selaras ketika peneliti dialogkan dengan teori yang ditulis oleh Ratna Yudhawati, dan Dany Haryanto. Dalam bukunya yang berjudul *Teori-teori dasar psikologi pendidikan*. Sebagai berikut :

“Motivasi yang dimiliki individu akan banyak menentukan terhadap kualitas perilaku yang ditampilkanya, baik dalam konteks belajar, bekerja maupun dalam kehidupan lainnya.”⁸⁰

Berdasarkan temuan yang peneliti dialogkan dengan teori tersebut dapat di pahami bahwa dengan berpuasa sunah Senin Kamis dapat menambah motivasi belajar santri dalam menghafal dan mendalami pelajaran nahwu shorof yang mereka pelajari, karena selain mendapat pahala ibadah tujuan untuk bisa menguasai pelajaran nahwu shorof dapat terkabulkan berkat pertolongan dari Allah SWT melalui ikhtiar puasa sunah Senin Kamis yang mereka amalkan.

⁸⁰ Ratna Yudhawati, dan Dany Haryanto. *Teori-teori dasar Psikologi Pendidikan* (Jakarta : PT. Prestasi Pustaka Publisher. 2011) 79.

2. Kiat-kiat membiasakan puasa sunah Daud untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jembar.

Melalui pemaparan data yang telah dianalisis diketahui bahwa, kiat-kiat membiasakan puasa sunah Daud yang diamalkan oleh santri Pondok Pesantren Al Bidayah terdapat empat hal yaitu, yang pertama niat puasa karena mengharap Rida Allah SWT. Yang kedua punya idealisme atau sikap tidak mudah menyerah pada rintangan, yang ketiga bergabung atau membuat lingkungan yang sevisi, yang keempat berlatih puasa Senin Kamis dulu atau puasa sunah yang lain bagi pemula yang baru belajar berpuasa karena puasa ini termasuk puasa yang sangat berat.

Selanjutnya pada tahap pelaksanaannya terdapat tiga tahapan yaitu *pertama* makan sahur, yang dilaksanakan sebelum terbitnya fajar. Yang *kedua* menjaga sikap, artinya menjaga semua anggota badan untuk tidak melakukan kemaksiatan. Selanjutnya yang *ketiga* berbuka puasa. dalam hal ini santri Pondok Pesantren Al Bidayah berbuka dengan kurma jika tidak ada kurma, mereka berbuka dengan teh gelas atau air putih saja untuk membatalkan puasanya. Temuan tersebut kemudian didialogkan dengan teori yang ditulis oleh Abdul Wahid, dalam buku yang berjudul keajaiban puasa sunnah, yaitu:

“Islam memang sungguh agama yang indah dan rahmat bagi seluruh alam. Bagaimana tidak, kita disunahkan untuk mengakhirkan sahur. Artinya, justru ketika kita makan semakin lambat atau mendekati azan, yang berarti akan membuat energi kita bertahan lebih lama, kita akan mendapat pahala lebih. Nah, tidak hanya, dalam berbuka kita disunah untuk menyegerakannya. Jadi, bukannya berlambat-

lambat dalam berbuka dan menganggap diri kita masih sanggup untuk menahan diri dengan berpuasa. Akan tetapi kita justru dianjurkan untuk segera berbuka sesegera mungkin ketika azan maghrib terdengar. Mengenai hal ini, kita dapat merujuk pada hadis yang diriwayatkan oleh Sahl bin Sa'ad ra, bahwa Rasulullah SAW pernah bersabda: “umat manusia akan tetap baik selama mereka menyegerakan buka puasa.” (Shahih al-Bukhari).”⁸¹

Berdasarkan temuan yang peneliti dialogkan dengan teori tersebut dapat diketahui bahwa puasa sunah Daud yang di amalkan oleh santri Pondok Pesantren Al Bidayah selaras dengan teori yang dibahas dalam buku karangan Abdul Wahid.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara menunjukkan mayoritas santri yang mengamalkan puasa Daud, motivasi untuk belajar nahwu shorofnya meningkat, ini dilihat dari semangat mereka dalam belajar sampai larut malam, dan ketuntasan hafalan mereka yang selesai dalam jangka waktu kurang lebih tujuh bulan, lebih cepat dari pencapaian normal yakni satu sampai tiga tahun. Hal ini terjadi karena santri yang istikamah berpuasa, lebih semangat belajarnya dibandingkan santri yang tidak berpuasa. Selain itu puasa ini juga tergolong berat, Karena puasa ini dikerjakan secara berkelanjutan terus-menerus dan hanya dijeda sehari, sehingga puasa ini dinilai sebagai ibadah puasa sunah yang paling *afdal* atau paling utama menurut pandangan Allah. Oleh karena itu tak heran jika ada santri Pondok Pesantren Al Bidayah yang mengamalkan puasa Daud ini bahkan bisa hafal kitab nahwu shorof dengan waktu tiga bulan saja. Temuan tersebut kemudian peneliti dialogkan dengan teori yang

⁸¹ Abdul Wahid, *Keajaiban Puasa Sunnah*, (Yogyakarta: Mueeza, 2018), 42.

dijelaskan dalam sebuah hadis, didalam kitab Umdatul Qori Sarah Shahih Buhari Juz 7 karangan Badruddin Al-Ainy sebagai berikut :

حَدَّثَنَا سُفْيَانُ، سَمِعْتُ عَمْرًا، أَخْبَرَنِي عَمْرُو بْنُ أَوْسٍ، سَمِعَهُ مِنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو بْنِ الْعَاصِ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: أَحَبُّ الصِّيَامِ إِلَى اللَّهِ صِيَامُ دَاوُدَ، وَأَحَبُّ الصَّلَاةِ إِلَى اللَّهِ صَلَاةُ دَاوُدَ، كَانَ يَنَامُ نِصْفَ اللَّيْلِ، وَيَقُومُ ثُلُثَهُ وَيَنَامُ سُدُسَهُ، وَكَانَ يُفْطِرُ يَوْمًا وَيَصُومُ يَوْمًا (رواه البخاري ٣٤٢٠ و مسلم ١١٥٩)

Artinya: “Telah menceritakan kepada kami Sufyan, saya mendengar Umar menceritakan kepadaku Umar bin Ausin, dia mendengar dari Abdullah bin Umar bin Ash dia berkata, Rasulullah SAW Bersabda: “Puasa yang paling disukai oleh Allah adalah puasa Nabi Daud. Shalat yang paling disukai Allah adalah Shalat Nabi Daud. Beliau biasa tidur separuh malam, dan bangun pada sepertiganya, dan tidur pada seperenamnya. Beliau biasa berbuka sehari dan berpuasa sehari.” (HR. Bukhari dan Muslim).”⁸²

Berdasarkan temuan yang peneliti dialogkan dengan teori tersebut, dapat di pahami bahwa Allah sendiri yang mengakui bahwa tidak ada puasa sunah lain yang lebih utama dari puasa Daud, sehingga berkat pertolongan dari Allah SWT, santri yang mengamalkan puasa sunah Daud tingkat keberhasilan dalam menguasai pelajaran nahwu shorof lebih tinggi. Selain dari itu santri yang mengamalkan puasa Daud kesehatan mental atau jiwanya lebih terjaga, temuan ini kemudian peneliti dialogkan dengan teori yang ditulis oleh Ferry Taufiq el-Jaquene dalam bukunya yang berjudul Tradisi puasa para nabi sebagai berikut :

“Melalui puasa akan meningkatkan kualitas jiwa. Puasa Ramadan

⁸² Badruddin al-Ainy, *Umdatul Qori Sarah Shahih Buhari Juz 7* (Libanon: Dar al-Kotob al-Ilmiyah, 2009), 262.

lebih utama memiliki keutamaan hal ini. Namun, ada puasa sunah yang memiliki manfaat kekuatan jiwa juga. Salah satunya yaitu puasa Daud yang dilaksanakan sehari puasa dan sehari tidak. Jika kekuatan jiwa sudah dapat diraih, berbagai godaan apapun tidak akan terpengaruh sehingga seorang menjadi lebih kreatif dan produktif dalam melakukan aktivitas sehari-hari.”⁸³

Melalui temuan yang peneliti dialogkan tersebut menunjukkan bahwa, puasa Daud memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental dan fisik santri Al Bidayah yang mengamalkannya. Hal ini di kuatkan dengan hasil observasi lapangan menunjukkan bahwa, santri yang mengamalkan puasa Daud belajarnya sampai melampaui jam dua belas malam.

⁸³ Ferry Taufiq el-Jaquene, *Tradisi Puasa Para Nabi* (Yogyakarta: Araska Publisser, 2018), 199.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliawates Jember, mengenai kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof, dapat disimpulkan bahwa:

Kiat-kiat puasa sunah Senin Kamis yang diamalkan santri Pondok Pesantren Al Bidayah setidaknya terdapat tiga hal yaitu pertama niat puasa Senin Kamis karena Allah SWT, kedua punya idealisme yang kuat atau keinginan yang tinggi, ketiga bergabung atau membuat lingkungan yang sevisi. Santri yang mengamalkan puasa Senin Kamis, motivasi belajar nahwu shorofnya meningkat. Berdasarkan ketuntasan hafalan nahwu shorof mereka yang selesai dalam waktu delapan bulan, lebih cepat dari pencapaian normal yakni satu sampai tiga tahun.

Kiat-kiat puasa sunah Daud terdapat empat tahapan yaitu pertama niat puasa Daud karena mengharap Rida Allah SWT. Yang kedua punya idealisme yang kuat, yang ketiga bergabung dengan lingkungan yang sevisi, yang keempat berlatih puasa sunah yang lain terlebih dahulu bagi pemula yang baru belajar berpuasa Daud. Santri yang istikamah mengamalkan puasa sunah Daud, motivasi belajarnya meningkat berdasarkan ketuntasan hafalan mereka yang tuntas dalam waktu tujuh bulan lebih cepat dari pencapaian hafalan santri yang berpuasa puasa Senin Kamis, yakni delapan bulan.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil temuan dan penelitian ada beberapa saran untuk pondok pesantren, yaitu sebagai berikut:

1. Pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah diharapkan selalu memotivasi semua santri untuk mengamalkan puasa sunah Senin Kamis atau Daud, terutama bagi santri yang sulit menguasai pelajaran nahwu shorof, dengan memberikan pemahaman dan perhatian serta fasilitas khusus.
2. Pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah diharapkan bisa memberikan contoh bagi santri dalam mengamalkan puasa sunah dan memberikan semangat bagi semua santri untuk berpuasa, yaitu dengan memberikan kebijakan khusus bagi santri yang melaksanakan puasa sunah agar santri lebih termotivasi dalam menghafalkan pelajaran nahwu shorof.
3. Ustad Pondok Pesantren Al Bidayah diharapkan secara ikhlas membimbing dan mendidik para santri serta memberikan contoh untuk mengamalkan puasa sunah Senin Kamis atau Daud. dengan menjelaskan biografi para ulama' atau para tokoh yang sukses dengan berpuasa sunah tersebut.
4. Santri diharapkan mengikuti dan patuh terhadap peraturan pondok pesantren dengan ikhlas, serta mau mengamalkan puasa sunah Senin Kamis atau Daud dengan niat karena ingin mendapat Ridho Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Baqi, Muhammad Fuad. 2010. *Shahih Muslim jilid 2*. Jakarta: Pustaka As-Sunnah.
- Abdul Baqi, Muhammad Fuad. 2010. *Shahih Muslim jilid 6*. Jakarta: pustaka As-Sunnah.
- Aizid, Rizem. 2012. *Super Jenius dengan Mukjizat Puasa Senin Kamis*. Jakarta: Safirah.
- Al-Ainy, Badruddin. 2009. *Umdatul Qori Sarah Shahih Buhari Juz 7*. Libanon: Dar al-Kotob Al-Ilmiyah.
- al-hajjaj, Muslim bin. t.t. *al-Musnad al-Shahih, al-Mukhtasar Binnakli al-Adli al-Adli Ila Rasulillah Shallallahu Alaihi Wasallama*. Bairut: Darul al-Ihya' al-Attarasi al-Arabi.
- al-Hasan al-Nasâi, Abu Muhammad. 1983. *Syarhu al-Sunnah al-Baghawî, vol. 6*. Bairut: al-Maktab al-Islâmî.
- _____. 2001. *al-Sunanu al-Kubrâ Linnasâi, vol. 3*. Bairut: Muâssasat al-Risalah.
- Al-Jazairi, Abu Bakr Jabir. 2006. Penerjemah Fadhli Bahri, Lc. *Ensiklopedi Muslim*. Jakarta: Timur, PT. Darul Falah.
- al-Marabi. 2009. *al-Muhtasar al-Nasihuh fi Tahdibi al-Kitabi al-Jami'i al-Sahih, vol.2*. al-Riyat: Darut al-Tauhin.
- Ana, Yuli “*Manfaat Puasa Daud*”, www.manfaat.co.id/manfaat-puasa-Daud (08-02-2017).
- An-Nawawi, Imam. *Terjemahan Riyadhus Shalihin*. Sukoharjo: Insan Kamil.
- Anwar, Desy. 2003. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia Terbaru*. Surabaya: Amalia Surabaya.
- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Creswell, Jonh W. 2010. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Kamus Besar Bahsa Indonesia Edisi ke*

- IV. Jakarta: Gramadia Pustaka Utama, 2008.
- el-Jaquene, Ferry Taufiq, 2018. *Tradisi Puasa Para Nabi*. Yogyakarta: Araska Publisier.
- Hamka. 2017. *Tafsir Al-Azhar*. Jakarta: Gema insani.
- Husain, Ahmad Bin, 2013 *Sunan al Kubro Lil Baihaqi Juz*. Libanon: Dar al-Kotob al-Ilmiyah.
- IAIN Jember, 2018. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Jember: IAIN Jember Press.
- Majid, Abdul. 2013. *Strategi Pembelajaran*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Maksum, M. Sukron.2009. *Kedahsyatan Puasa Jadikan Hidup Penuh Berkah*. Yogyakarta, Pustaka Marwa.
- Miles, M.B. dan Huberman, A.M.1992. *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber tentang metode-metode baru*. Jakarta: UIPress.
- Moleong, Lexy J.2009. *Metode penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Roesdakarya.
- Ms, Syaifullah. 2017. *Kisah Para Nabi*. Jakarta: Qitsi press.
- Muhammad, Ibrahim Ibnu. 1808. *Fathu al-Rubba al-Bariya*. Mesir: al-Hidayah.
- Mujieb, M. Abdul. Tholhah, Mabruri. dan AM, syafi'ah *Kamus Istilah Fiqih*. Jakarta: PT Pustaka Firdaus.
- Nazir, Moh. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Noor, Juliansyah. 2011. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Patilima, Hamid. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: CV Alfabeta.
- Prastowo, Andi.2011. *Metode-Metode Penelitian*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Rasjid, Sulaima. 1954. *Fiqih Islam*. Yogyakarta: Sinar Baru Algensindo.
- Santrock, John. W.2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Kencana Prenada Media Group.
- Shihab, M. Quraish.2009. *Membumikan al-Qur'an (Fungsi dan peran wahyu dalam kehidupan masyarakat)*. Bandung: Mizan Media Utama, 2009), 479.
- Sugiono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif,*

dan R&D). Bandung: Alfabeta.

_____. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sumber data : kantor pengurus PP. Al Bidayah tegal besar Jember, Dokumentasi PP. Al Bidayah tahun 2003.

Syarbini, Amirulloh dan Afgandi, Iis Nur'aeni. 2010. *Dahsyatnya Puasa Sunah Kunci Utama meraih Sukses dunia dan Akhirat*. Bandung, Ruang kata.

Wahid, Abdul. 2018. *Keajaban Puasa Sunnah*. Yogyakarta: Mueeza.

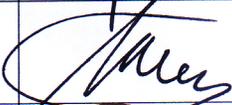
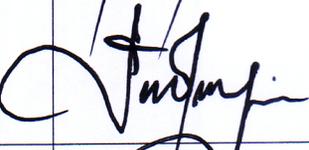
Yanto, Dar. 2000. *Kamus Bahasa Indonesia Mudern*. Surabaya: Apollo Lestari.

Yudhawati, Ratna dan Haryanto, Dany. 2011. *Teori-teori dasar Psikologi Pendidikan*. Jakarta : PT. Prestasi Pustaka Publisher.

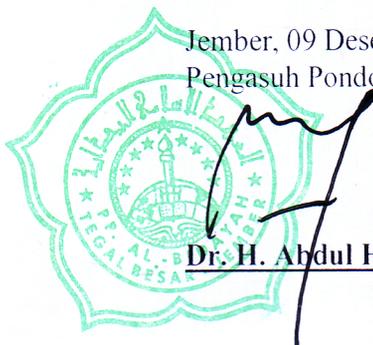
Matrik Penelitian

JUDUL	VARIABEL	UNSUR-UNSUR	INDIKATOR	METODE PENELITIAN	FOKUS PENELITIAN
Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember	Pembiasaan puasa sunnah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Puasa sunah senin kamis 2. Puasa sunah daud 3. Motivasi belajar 	<p>Berpuasa di hari senin dan kamis</p> <p>Berpuasa selang sehari</p> <p>Ketuntasan teori dasar nahwu sorof</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dan jenis penelitiannya adalah penelitian deskriptif. 2. Subyek penelitian atau informasi ditentukan dengan metode purposive Adapun informan yaitu : <ol style="list-style-type: none"> a. Pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah b. Ketua Pengurus c. Pengurus d. Ustad atau pengurus e. Santri 3. Metode pengumpulan data <ol style="list-style-type: none"> a. Observasi partisipan b. Wawancara c. Dokumentasi 4. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis interaktif model Milles dan Hubberman <ol style="list-style-type: none"> a. Pengumpulan data b. Reduksi data c. Penyajian data d. Penarikan kesimpulan dan verifikasi 5. Keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dan metode. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana kiat-kiat puasa sunah senin kamis sebagai memotivasi santri dalam belajar pada mata pelajaran Nahwu Shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember ? 2. Bagaimana kiat-kiat puasa sunah daud sebagai memotivasi santri dalam belajar pada mata pelajaran Nahwu Shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember ?

JURNAL PENELITIAN

No	Tanggal	Uraian Kegiatan	Nama Informan	Tanda Tangan
1	04 November 2018	Menyerahkan surat izin dan wawancara dengan Pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah	Dr. H. Abdul Haris S.Ag.	
2	04 November 2018	Wawancara kepada ketua pondok	Rahmad Hidayatullah	
3	04 November 2018	Wawancara dengan Ustad Pondok Pesantren Al Bidayah	Ahmad Hadi Mubarq	
4	11 November 2018	Wawancara dengan Ustad Pondok Pesantren Al Bidayah	Sifaul Hisan	
5	11 November 2018	Wawancara dengan Santri Pondok Pesantren Al Bidayah	Fiky Rozaki	
6	18 November 2018	Dokumentasi dengan Pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah	Imam Khoroni	
7	18 November 2018	Observasi dengan Pengurus Keamanan Pondok Pesantren Al Bidayah	M. Nasiruddin	
8	25 November 2018	Wawancara dengan Santri Pondok Pesantren Al Bidayah	Sofyan	
9	02 Desember 2018	Wawancara dengan santri Pondok Pesantren Al Bidayah	Diya'uddin	
10	02 Desember 2018	Wawancara dengan Pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah	Zainal Abidin	
11	09 Desember 2018	Mengajukan surat keterangan selesai penelitian kepada ketua pondok	Rahmat Hidayatullah	

Jember, 09 Desember 2018
Pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah



Dr. H. Abdul Haris S. Ag.

Foto Dokumentasi

1. Wawancara dengan Dr H. Abdul Haris pengasuh Pondok Pesantren Al-Bidayah



2. Wawancara dengan Rahmad Hidayat ketua Pengurus Pondok Pesantren Al-Bidayah



3. Wawancara dengan Ahmad Hadi Mubarak Ustad Pondok Pesantren Al-Bidayah



4. Dokumentasi dan Wawancara dengan Imam Khoironi Pengurus Pondok Pesantren Al-Bidayah



5. Obserfasi dan wawancara dengan M. Nasiruddin Pengurus keamanan Pondok Pesantren Al-Bidayah



6. Obserfasi dan wawancara dengan santri Pondok Pesantren Al-Bidayah



7. Kegiatan hafalan nahwu sorof di Pondok Pesantren Al-Bidayah

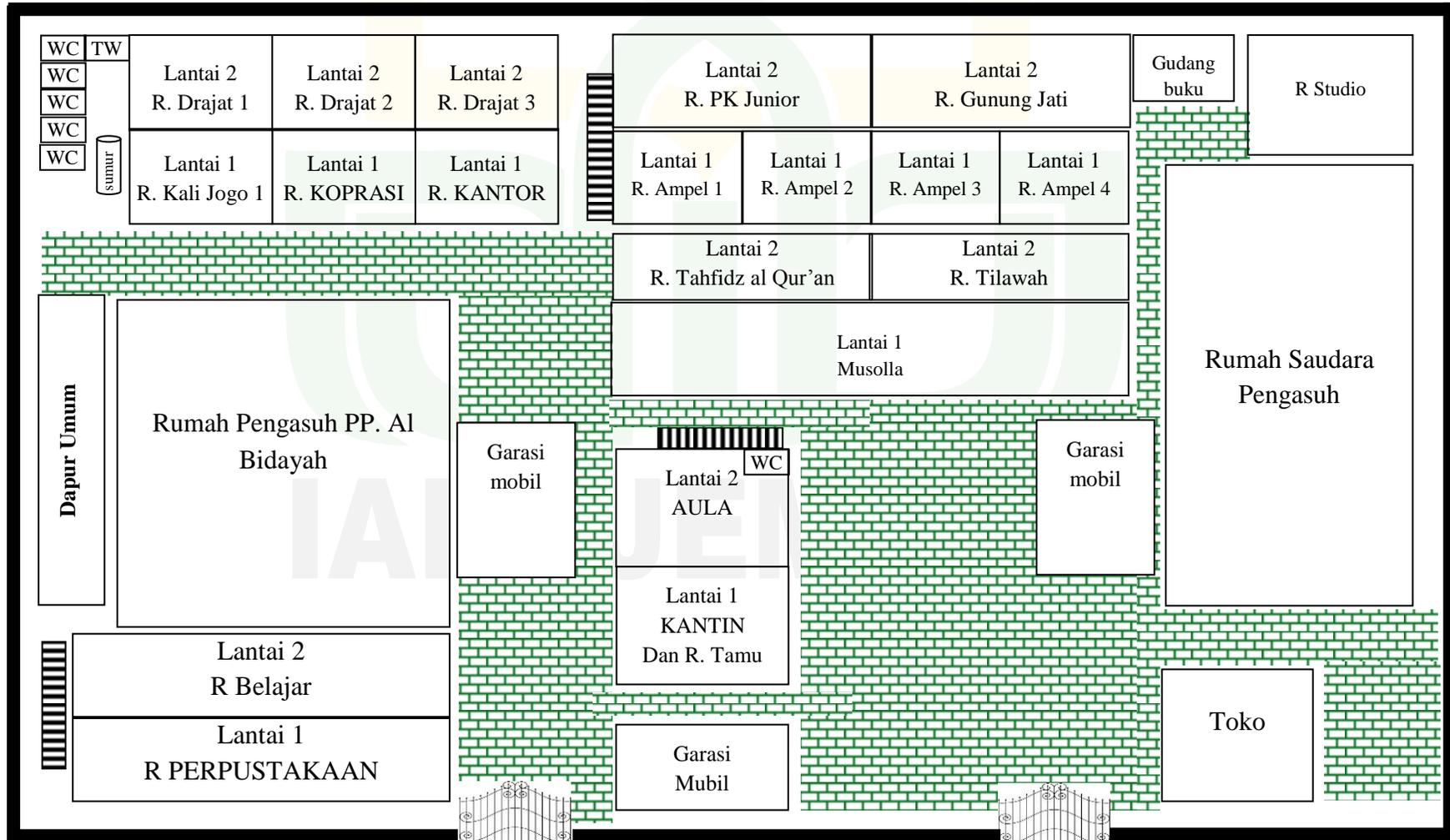


8. Suasana berbuka puasa



DENAH RUANG TAHUN 2018/2019

Pondok Pesantren Al Bidayah JEMBER



Pintu
Gerbang utama

Skala 1:500



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI JEMBER
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN

Jl. Mataram No.1 mangli, Telp. (0331) 487550 Fax. (0331) 472005, kode Pos : 68136
Website : <http://iain.jember.ac.id> – e-mail : tarbiyah.iainjember@gmail.com

No : B. ~~38~~/In.20/3.a/PP.009/11/2018 01 November 2018
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : **Permohonan Izin Penelitian**

Yth, Bapak Pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates
Jember

Assalamualaikum Wr Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas skripsi pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu
Kegurua, maka mohon diizinkan mahasiswa berikut :

Nama : Farid
NIM : 084121317
Jurusan : Pendidikan Islam (PI)
Prodi : Pendidikan Agam Islam (PAI)

Untuk mengadakan penelitian / riset mengenai Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember selama 1 (Satu) bulan dilingkungan pondok Pesantren Bapak.

Adapun yang ingin dituju adalah sebagai berikut :

1. Pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah
2. Ketua Pondok Pesantren Al Bidayah
3. Ustad atau Pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah
4. Santri Pondok Pesantren Al Bidayah

Demikian, perkenaan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum Wr Wb.

A.n. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik,



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Farid

Nim : 084 121 317

Jurusan/ Prodi : Tarbiyah/ PAI

Fakultas : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Institusi : IAIN Jember

Dengan ini menyatakan bahwa isi skripsi ini dengan judul "*Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember*".

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/ karya saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan yang dirujuk sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Jember, 10 Januari 2018

Saya yang menyatakan



Farid

NIM. 084121317



المعهد الإسلامي للربطية
Pondok Pesantren Al-Bidayah
Jl. M. Yamin No. 3b Tegal Besar Jember Telp. (0331) 325355 Kode Pos : 68133

SURAT KETERANGAN

No. : 010/ ALBID/ PNLT/ 12/ 2018

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Yang bertanda tangan dibawah ini pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

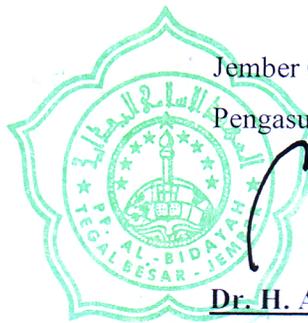
Nama : FARID
NIM : 084 121 317
Jurusan/prodi : Pendidikan Islam / Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Institusi : IAIN Jember

Benar-benar telah mengadakan penelitian di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember terhitung sejak tanggal 04 November 2018 s/d 09 Desember 2018 dalam rangka penulisan skripsi dengan judul : *“Kiat-kiat membiasakan puasa sunah untuk memotivasi belajar santri pada mata pelajaran nahwu shorof di Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Kaliwates Jember.”*

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember 09 Desember 2018

Pengasuh Pondok Pesantren Al Bidayah



Dr. H. Abdul Haris M. Ag.

PEDOMAN PENELITIAN

A. Panduan Observasi

1. Kegiatan santri
2. Prestasi santri
3. Keadaan sarana dan prasarana

B. Panduan Dokumentasi

1. Data santri dan ustad Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jember.
2. Struktur Pengurus Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jember.
3. Data profil dan letak lokasi Pondok Pesantren Al Bidayah Tegal Besar Jember.

C. Panduan Interview

1. Pengasuh

- a. Bagaimana kiat-kiat puasa sunah sehingga santri?
- b. Motivasi apakah yang membuat kiyai istikamah puasa sunah daud sampai sekarang?
- c. Apakah dengan berpuasa sunah daud akan membuat malas belajar atau sebaliknya?

2. Ketua pondok pesantren

- a. Adakah peraturan atau tata tertib khusus yang diberlakukan bagi santri yang berpuasa sunah senin kamis dan puasa daud ?
- b. Apakah santri yang berpuasa ada fasilitas khusus ?

3. Ustad atau pengurus

- a. Apakah dengan berpuasa sunah senin kamis atau daud akan membuat malas belajar ?
- b. Adakah perbedaan tingkat hafalan nahwu sorof antara santri yang berpuasa dengan yang tidak berpuasa?

4. Santri

- a. Apakah yang membuat saudara tertarik untuk mengamalkan puasa sunah senin kamis atau puasa daud ?
- b. Sejak kapan anda mulai mengamalkan puasa sunah senin kamis atau puasa daud ?
- c. Apakah dengan berpuasa sunah senin kamis atau daud membuat saudara lebih giat untuk belajar ?
- d. Kiat-kiat apa yang saudara lakukan agar bisa istikamah berpuasa sunah sehingga memotivasi belajar ?

BIODATA



A. Identitas Diri

Nama : Farid
Tempat, tanggal Lahir : Jember, 25 Desember 1994
Alamat : Dusun Pakesan Desa Sumbersalak
Kecamatan Ledokombo Kabupaten
Jember

B. Riwayat Pendidikan

- a. SDN. Sumber Salak 02
- b. MTs. Miftahul Ulum Suren
- c. MA. Miftahul Ulum Suren

IAIN JEMBER