

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis tentang dampak puasa *dalail khairat* untuk menumbuhkan ketenangan jiwa santri di Pondok Pesantren Darul Falah, Jekulo, Kudus, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Pelaksanaan Puasa *dalail khairat* di Pondok Pesantren Darul Falah, Jekulo, Kudus, atas dasar beberapa keutamaan terpilih dari Sunnah Nabi yang telah dilembagakan syekh Imam Abi Abdillah Muhammad bin Sulaiman al-Jazuli. Puasa ini harus menggunakan metode ijazah dan bimbingan langsung dari guru sampai mualifnya yang memiliki sanad muttasil. Pelaksanaan puasa ini diawali dengan rangkaian puasa *nyirih tolak sihir* (7 hari), puasa *nyirih padang ati* (7 hari), selanjutnya itu baru melaksanakan puasa Dalail Khairat (3 tahun) ketika seseorang batal menjalankan puasa *dalail khairat* maka harus mengulang lagi dari awal. Proses Puasa *dalail khairat* ini mengubah jalan hidup seorang muslim untuk berpedoman pada Al-Qur'an dan sunnah Nabi Muhammad SAW dalam setia gerak kehidupannya. Keutamaan yang dilaksanakan yaitu dengan melembagakan sunnah Nabi Muhammad SAW seperti ibadah sunnah, membaca manaqib, tahlil, asmaul husna, 201 nama Nabi Muhammad SAW yang mulia, do'a niat, dan hizb (do'a harian), dan juga pantangan-pantangan lainnya yang sangat berat.
2. Manfaat puasa *dalail khairat* bagi santri Pondok Pesantren Darul Falah, Jekulo, Kudus, dan manfaat tersebut dapat di klasifikasi menjadi 2 yaitu: manfaat jasmani dan manfaat rohani. Adapun manfaat dhohir seperti pola makan jadi teratur, menghindarkan diri dari penyakit berbahaya, membentengi sikap dan perilaku. Kemudian manfaat rohani seperti: istiqomah, sabar, merasa dekat dengan Allah SWT dan Rosulullah.
3. Dampak puasa *dalail khairat* bagi santri yang menjalankan puasa *dalail khairat* dapat menumbuhkan ketenangan jiwa. Hal ini dapat ditunjukkan adanya indikator-indikator ketenangan jiwa pada santri, diantaranya adalah hati yang

tenang, sabar, optimis, merasa dekat dengan Allah dan Rosulullah.

## B. Saran

Berdasarkan hasil analisa dan hasil simpulan yang disajikan peneliti, maka selanjutnya peneliti menyampaikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi Pengasuh Pondok Pesantren Darul Falah Jekulo Kudus  
Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut untuk menunjang perkembangan kualitas dan profesionalitas pendidikan di Indonesia, khususnya dalam menghadapi masalah-masalah batin santri.
2. Bagi Pondok Pesantren  
Diharapkan dapat mengevaluasi kekurangan sarana dan prasarana sebagai dukungan utama dalam meningkatkan kualitas dan profesionalitas di Pondok Pesantren Darul Falah Jekulo Kudus.
3. Bagi Santri Pengamal Dalail Khairat  
Diharapkan selalu belajar dan selalu istiqomah dalam menjalankan tradisi Puasa Dalail Khairat sebagai bekal dunia dan akhirat nanti.
4. Santri pengamal Puasa Dalil Khairat mampu menjadi contoh yang baik kepada seluruh santri di Pondok Pesantren Darul Falah Jekulo Kudus khususnya dan seluruh umat manusia dalam beretika dan akhlak yang baik dalam menghadapi berbagai masalah-masalah di masyarakat
5. Bagi Peneliti lainnya
  - a. Diharapkan dapat mendalami topik yang sama dan lebih mendalam. Apabila tidak dengan tema yang sama maka diharapkan peneliti selanjutnya meneliti dengan unsur-unsur yang sama dalam pembahasan yang berkaitan dengan pelaksanaan Puasa *Dalail Khairat*.
  - b. Diharapkan dapat menambah subjek dalam penelitian agar mendapatkan analisis yang lebih baik dan data yang diperoleh lebih luas dan mendalam.

### C. Penutup

Dengan memanjatkan puji serta syukur Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Dampak Puasa *Dalail Khairat* Untuk Menumbuhkan Ketenangan Jiwa Santri Di Pondok Pesantren Darul Falah, Jekulo, Kudus ” sebagai salah satu syarat guna menyelesaikan jenjang studi strata I, Program Studi Tasawuf dan Psikotrapi pada Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.

Selesainya skripsi ini bukan berarti luput dari kesalahan dan kekurangan, oleh sebab itu, penulis menerima masukan, kritikan maupun saran yang membangun dari pembaca sangat penulis harapkan demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini. Penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada pihak yang berkaitan secara langsung maupun tidak langsung yang telah memberikan dorongan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

