

## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Dari penelitian yang dilakukan oleh para peneliti di Pondok Pesantren El Fath El Islami Ngembalrejo Bae Kudus, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Pelaksanaan puasa sunah menurut pengalaman santri di pesantren tersebut dilakukan oleh santri-santri secara sukarela dan bukan karena adanya paksaan dari pihak manapun. Selain itu, ditemukan pula bahwa di Pondok Pesantren El Fath El Islami Ngembalrejo Bae Kudus tidak ada peraturan atau ketentuan yang mengharuskan para santri untuk melaksanakan puasa. Adapun pelaksanaan puasa sunah di Pondok Pesantren tersebut yaitu puasa *Dalail Khairat*, puasa *Dalail al-Quran*, puasa Senin Kamis, puasa bulan Rajab, puasa *Ayyamul Bidh*, puasa *Tibil Qulub*.
2. Implikasi dari pelaksanaan puasa sunah terhadap akhlak sabar menurut pengalaman santri adalah meningkatnya kemampuan mereka dalam mengendalikan emosi dan bersikap sabar dalam menghadapi berbagai kesulitan. Indikator dari implikasi puasa sunah terhadap santri adalah menunjukkan *pertama* mampu mengendalikan emosi, *kedua* tidak mudah putus asa, *ketiga* meningkatkan spiritual, *keempat* mampu menahan hawa nafsu, *kelima* mampu memperkuat daya ingat, *keenam* dapat membersihkan hati.

### B. Saran

Berdasarkan pemaparan kesimpulan dari hasil penelitian, adapun saran penelitian yaitu sebagai berikut:

*Pertama*, bagi Pondok Pesantren El Fath El Islami Ngembalrejo Bae Kudus mengembangkan program pengembangan kemampuan sosial dan emosional para santri, khususnya dalam mengendalikan emosi dan bersikap sabar. Program tersebut dapat melibatkan kegiatan menantang dan memberikan dukungan bimbingan bagi para santri yang membutuhkan. Tujuannya adalah membantu para santri

menjadi pribadi yang lebih baik dan siap menghadapi tantangan di masa depan.

*Kedua*, bagi santri di Pondok Pesantren El Fath El Islami Ngembalrejo Bae Kudus disarankan untuk menjalankan puasa secara rutin agar dapat meningkatkan akhlak sabar mereka. Puasa dapat menjadi cara yang efektif dalam mengembangkan akhlak sabar pada para santri.

*Ketiga*, bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk melakukan penelitian yang lebih inovatif dan menemukan temuan baru di masa depan. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi dasar dan dukungan bagi penelitian selanjutnya di bidang yang sama.

### C. Penutup

Demikianlah penelitian ini disusun dan ditulis dengan sebaik-baiknya, dengan tujuan untuk mengetahui pelaksanaan puasa dan implikasinya terhadap akhlak santri di Pondok Pesantren El Fath El Islami Ngembalrejo Bae Kudus.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih pada pengembangan ilmu pengetahuan dan masyarakat khususnya di bidang pendidikan agama Islam. Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam penelitian ini, oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna meningkatkan kualitas penelitian di masa yang akan datang. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam proses penelitian ini. Semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi kita semua.