

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran umum Objek Penelitian

1. Profil Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen Pamotan Rembang

Pondok pesantren Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang merupakan Pondok Pesantren islamiyah yang dirintis oleh sepasang suami istri yaitu KH. Mohammad Mudzakir dan Nyai Hj. Chudzaifah Hafidhah. Awal mulannya pada saat abah mudzakir masih muda beliau memiliki riwayat pendidikan formal dan juga pendidikan non formal yang berbasis keagamaan di pondok pesantren sekaligus. Pendidikan formal terakhir abah mudzakir yaitu di Fakultas Tarbiyah IAIN Kudus, hal itu dilakukan sembari menghafalkan Al-Qur'an dan memberikan hafalannya kepada KH. Arwani Kudus untuk di benarkan.

Awal mula abah mudzakir bertemu dengan istrinya Nyai Hj. Chudaifah Hafidhah yaitu abah mudzakir dulu pernah menjadi santri di pondok pesantren An-Nur Lasem, Rembang yang di pimpin oleh KH. Manshur Khalil. Sedangkan istrinya pernah menjadi santriwati di pondok pesantren Al-Hidayat Lasem, Rembang yang menjadi salah satu santri yang paling di sayang oleh KH. Ma'shoem beserta istrinya ibu Nyai Nuriya Ma'shoem.

Pada tahun 1975 KH. Muhammad Mudzakir menikah dengan Hj. Chudaifah Hafidhah dan setelah itu mendirikan musholla kecil di depan rumah untuk tempat mengaji anak-anak desa setiap habis sholat maghrib. Dan anak-anak tersebut di kasih nama sebagai santri Al-Falah. Setelah itu masyarakat desa mlagen menganggap KH. Muhammad Mudzakir sebagai seseorang yang mudah bergaul dan cepat tanggap dalam melakukan berbagai hal mengenai pendidikan dan juga dalam berumah tangga dengan Hj. Chudaifah Hafidzah. Sehingga masyarakat menginginkan KH. Muhammad Mudzakir menggantikan bapaknya yang sudah habis masa jabatannya sebagai kepala desa di Desa Mlagen sampai ahir hayat beliau.

Selain menjadi Kepala Desa di Desa Mlagen, kecamatan Pamotan, Kabupaten Rembang. KH. Muhammad Mudzakir juga menjabat sebagai kepala Madrasah Diniyah di Desa Mlagen dengan mengajarkan kitab-kitab Fikih, dan juga menjabat sebagai kepala Madrasah Diniyah Darul Huda untuk pertama kali pada tahun 1992. setelah menjabat sebagai kepala Madrasah Diniyah Darul Huda selama 2 tahun, KH. Muhammad Mudzakir menghembuskan nafasnya terakhir kali pada tahun 1994.

Sepeninggalannya KH. Muhammad Mudzakir, Hj. Chudaifah Hafidhah mengumpulkan para santri yang mengaji di musholla untuk membentuk jam'iyah tilawatil Qur'an yang di selenggarakan setiap malam minggu. Seiring berjalannya waktu kelompok pengajian ini berkembang sangat pesat dan membuat belasan perepuan muslimat dari luar desa mlagen juga ingin mendirikan. Dan akhirnya terbentuklah forum FSAJTQ (Forum Silaturahmi Anggota Jam'iyyah Tilawatil Qur'an). Forum tersebut mempunyai agenda besar satu tahun sekali yang bertempat di musholla Al-Falah sekaligus memperingati khaul KH. Muhammad Muzakir.

Al-Falah berkembang sangat pesat menjadi tempat belajar bagi anak-anak usia sekolah menengah dari desa-desa lain. Setelah itu seiring berjalannya waktu anak dari Hj. Chudafah hafidhah yang bernama ibu Laila mufidah Hafidhah menikah dengan KH. Mahbub Abdillah. seiring berjalannya waktu ketika Hj. Chudaifah Hafidhah merasa dirinya sudah semakin bertambah umur maka akhirnya menyerahkan Pondok Pesantren ini kepada anak dan mantunya untuk di asuh dan di kelola lebi baik kedepan. Selama ini Hj. Chudaifah sangat mencintai Al-Qur'an dan beliau menginginkan anak santri Al-Falah juga cinta terhadap Al-Qur'an.

KH. Mahbub Abdillah lahir di Rembang pada tanggal 18 januari tahun 1975. Riwayat pendidikan KH. Mahub Abdillah mulai dari Madrasah Ibtidaiyah lulus pada tahun 1989, lalu di lanjut di Matdrasah Tsanawiyah Tauhidiah Sulang lulus pada tahun 1992, setelah itu di lanjut di SMA NU Lasem lulus pada tahun 1995, setelah

itu melanjutkan kuliah di UIN Walisongo Semarang dan melanjutkan kuliah S2 di IKIP PGRI mengambil prodi pendidikan kewarga negaraan lulus pada tahun 2006. Selain itu KH. Mahbub Abdillah juga pernah mondok pesantren di pondok masmudi lasem.

Setelah mendapatkan amanah dari ibu mertua untuk mengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah ini, KH. Mahbub Abdillah sangat semangat untuk merintis dari bawah lagi, yang awalnya santri di pondok pesantren ini Cuma 1 sampai 5 santri setiap pendaftaran santri baru. Akan tetapi hal itu tidak membuat KH. Mahbub Abdillah dan ibu Hj. Laila Mufidah Hafidhah patah semangat. Keduanya bersemangat untuk meningkatkan kualitas Pondok Pesantren yang berkualitas.

Setelah seiring berjalannya waktu dalam naungan KH. Mahbub Abdillah dan Hj Laila Mufidah Hafidhah pondok pesantren berkembang sangat pesat hingga kini santri yang ada di dalam pondok pesantren Al-Falah ini mencapai 200 lebih santri putra dan putri. Dan sebagian para santri tersebut menerapkan hafalan Al-Qur'an sehingga nama dari pondok ini berubah menjadi Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang.¹

2. Letak Geografis Pondok Pesantren Tahfidz AL-Falah

pondok pesantren tahfidz al-falah mlagen pamotan rembang merupakan pondok pesantren yang berdiri dalam naungan KH. Mahbub Abdillah dan Hj laila Mufidah Hafidhah. pondok pesantren tahfidz al-falah ini beralamat di desa mlagen Rt:04 Rw:02 kecamatan pamotan kabupaten rembang terletak di Jl. Japerejo-Banyu urip Km.04. Wilayah pondok pesantren Tahfidz Al-Falah secara geografis yaitu² :

- a. Sebelah utara perbatasan dengan Desa kepho agung
- b. Sebelah selatan perbatasan dengan Desa megal
- c. Sebelah barat perbatasan dengan Desa korowelang

¹ Wawancara Mahbub Abdillah (Pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah), 7 november 2023 jam 18.20.” transkrip wawancara 1

² Wawancara Mahbub Abdillah (Pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah), 7 november 2023 jam 18.20 transkrip wawancara 1

d. Sebelah timur perbatasan dengan Desa tempel

Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah mempunyai tempat dan lingkungan yang sangat strategis, dikarenakan bertempat di Desa jauh dari keramaian dan kebisingan bahkan sebelah kanan pondok pesantren ini sudah pesawahan milik warga Sehingga memudahkan para santri untuk fokus belajar dan menghafal Al-Qur'an dengan nyaman dan tenang.

Selain itu pondok pesantren Tahfidz Al-Falah ini juga di dukung oleh pendidikan formal mulai dari TK YKM, Madrasah Ibtidaiyah Darul Huda Mlagen, Madrasah Tsanawiyah Darul Huda Mlagen sampai dengan Madrasah Aliyah Darul Huda Mlagen, yang di kelola oleh yayasan sendiri dan pengasuh pondok pesantren Tahfidz Al-Falah juga menjabat sebagai kelapa MTS Darul Huda.

Adapun sarana prasarana yang ada di dalam pondok pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang yang mendukung kebutuhan hidup dan pembelajaran. Diantaranya adalah:

Table 4.1
Daftar Sarana dan Prasarana

No	Nama Barang	Jumlah	Keterangan
1.	Kamar santri putri	18	Baik
2.	Kamar santri putra	15	Baik
3.	Musholla	1	Baik
4.	Aula	2	Baik
5.	Mck putri	8	Baik
6.	Mck putra	8	Baik
7.	Office	1	Baik
8.	Koprasi	1	Baik
9.	taman	2	Baik
10.	Halaman	3	Baik

3. **Visi dan Misi Pondok Pesantren Tahfidh Al-Falah Mlagen Pamotan Rembang**

Lembaga pendidikan Pondok Pesantren Tahfidh Al-Falah Mlagen Pamotan Rembang mempunyai visi dan misi sebagai berikut :

a. Visi

Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang memiliki visi sebagai berikut :

- 1) Mencetak Generasi Qur'ani
- 2) Beriman
- 3) Berilmu dan ber Ahlaqulkarimah.

b. Misi

Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang memiliki misi sebagai berikut :

- 1) Mencetak generasi penghafal Al-Qur'an rahmatallil alamin
- 2) Mengembangkan pusat kegiatan ilmu-ilmu keberagaman
- 3) Menjadi anak yang berbudi pekerti luhur dan berguna bagi bangsa dan Negara.

4. **Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen Pamotan Rembang**

Struktur kepengurusan Pondok Pesantren Tahfidh Al-Falah mulai dari pengasuh Pondok Pesantren, pembimbing Pondok Pesantren, ketua Pondok Pesantren dan seksi-seksi lainnya. Mereka memiliki tanggung jawab yang berbeda-beda yang harus di lakukan dengan sungguh-sungguh sesuai dengan tugasnya. Berikut ini gambar struktur kepengurusan di pondok pantren Tahfidh Al-Falah Mlagen Pamotan Rembang sebagai berikut :

Tabel 4.2
Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren
Tahfidh Al-falah Mlagen Pamotan Rembang

Jabatan	Nama
Pengasuh	K. Mahbub Abdillah, S,Ag. S,pd Ny. Laila Mufida, S,Ag
Pembimbing	Muhammad Haizun Ni'am M.Ag
Ketua pondok	Zainal Mustofa Anis Munjaroh
Sekretaris	Riska Ayu Muhammad Naylul Mubarak
Bendahara	Siti Ikrima Sabila Nihayah Faizatul Aulia
Departemen Keagamaan dan Pendidikan	Avicennaivan muzaqqi Arina Husna Maulida
Departemen kesehatan dan kebersihan	Tayyib Kadaroh Maulia Putri
Departemen Keamanan	Siti Naimah Ashif I'tab
Departemen Kominfo	Ahmad Deni Setiawan Ahmad Irham Maulana Marfuah
Departemen sarpras	Muhammad syaroful Anam Nova Umma Latifah Jovita Ika Nur Angraini Niam

5. Kegiatan Keseharian di Pondok Pesantren Tahfidz AL-Falah Mlagen Pamotan Rembang

Kegiatan sehari-hari yang dilakukan para santri di pondok pesantren tahfidz Al-Falah Mlagen Pamotan Rembang di mulai dari bangun tidur sampai dengan tidur kembali. Para santri disini juga mendapatkan makan sehari sebanyak tiga kali dari pondok pesantren pada waktu makan pagi, makan siang dan makan malam. Kegiatan ini berguna untuk santri putri maupun santri putra yang ada di pondok pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen Pamotan Rembang.

Kegiatan para santri dimulai pada pukul 04.30 sampai dengan 04.45 WIB bangun untuk sholat subuh berjama'ah bertempat di Musholla Al-Falah yang di imami oleh abah mahbub abdillah pengasuh pondok pesantren Al-Falah, selanjutnya pada pukul 04.45 sampai dengan 05.15 WIB di lanjut unuk mengaji Al-Qur'an yang bertempat di ruang kelas pondok pesantren yang di bimbing oleh ibu nyai laila mufida pengasuh pondok pesantren Al-Falah. Selanjutnya pada pukul 05.15 sampai dengan 05.45 WIB di anjut untuk setoran Qur'an santri Tahfidz bertempat di ruang kelas podok yang bersama ibu nyai laila mufida pengasuh pondok pesantren Al-Falah.

Selanjutnya pada pukul 05.45 sampai dengan 06.00 WIB para santri melaksanakan piket harian yang sudah di atur sesuai jadwal masing-masing yang bertempat di lingkungan sekitar pondok, setelah itu pada pukul 06.00 sampai dengan 06.20 WIB para santri makan pagi bersama dan setelah itu persiapan untuk berangkat sekolah, selanjutnya pada pukul 06.45 sampai dengan 13.30 WIB para santri melakukan sekolah formal di MI/MTS/MA Darul Huda Mlagen. Selanjutnya pada pukul 14.00 sampai dengan 16.00 WIB para santri melakukan kegiatan mengaji atau sekolah diniyyah yang bertempat di ruang kelas pondok atau di Madrasah Diniyyah Darul Huda.

Selanjutnya pada pukul 16.00 sampai dengan 17.00 WIB para santri melakukan kegiatan piket harian yang telah di bagi sesuai jadwal masing-masing, setelah itu mandi dan makan yang berempatan di lingkungan pondok pesantren Al-Falah. Selanjutnya pada pukul 17.00 sampai dengan 17.45 WIB para santri melakukan kegiatan Ngaji mentoring yang di laksanakan di musholla atau aula pondok pesantren Al-Falah. Selanjutnya pada pukul 17.45 sampai dengan 18.15 WIB para santri melakukan sholat maghrib berjama'ah yang bertempat di musholla Al-Falah. Selanjutnya pada pukul 18.15 sampai dengan 19.00 WIB para santri melakukan kegiatan mengaji Al-Qur'an yang di laksanakan di ruang kelas Pondok Pesantren Al-Falah.

Selanjutnya pada pukul 19.00 sampai dengan 19.30 WIB para santri melakukan sholat isya' berjamaah yang bertempat di musholla Al-Falah. Selanjutnya pada pukul 19.30 sampai dengan 20.30 WIB para santri melakukan kegiatan mengaji kitab kuning yang bertempat di ruang kelas atau aula pondok pesantren. Setelah itu pada pukul 20.30 sampai dengan 21.30 WIB para santri melakukan kegiatan belajar kelompok bersama bertempat di ruang kelas pondok pesantren. Selanjutnya pada pukul 21.30 sampai dengan 04.30 WIB para santri beristirahat di kamar masing-masing.³

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Pelaksanaan Puasa Senin dan Kamis di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen Pamotan Rembang.

Aktivitas penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang ini dimulai pada tanggal 6 Juli 2023 pada pukul 13.00 WIB pada saat itu peneliti melakukan wawancara kepada pengasuh pondok yaitu abah Mahbub Abdillah. Setelah itu dilanjutkan dengan santri AL-Falah mlagen yang menjabat sebagai seksi sarpras di Pondok Pesantren. Setelah itu dilanjutkan pada tanggal 14 Juli 2023 melakukan wawancara kepada para santri Pondok Pesantren yang menghafalkan Al-Qur'an. Setelah itu pada tanggal 15 Juli 2023 melakukan wawancara terhadap para santri pengurus yang menghafalkan Al-Qur'an. Setelah itu pada tanggal 7 November 2023 melakukan wawancara lagi kepada Pengasuh dan ustadz Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah. Dari data yang didapat dari beberapa informan yang terkait puasa Senin dan Kamis dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Tahapan Awal

Di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah mempunyai peraturan pondok di antaranya melakukan puasa sunnah Senin dan Kamis. Pada tahapan awal ini para santri melakukan puasa Senin dan Kamis di landasi dengan ingin menati peraturan yang ada di pondok. Pada tahap pertama

³ Wawancara dengan Jovita Ika Nur Angraini (seksi sarpras) pada tanggal 06 Juli 2023 jam 13.00 WIB.

yang harus di lakukan para santri untuk melakukan amalan sunnah Puasa Senin dan Kamis dijelaskan oleh informan KH. Mahbub abdilah menyampaikan bahwa di Pondok Pesantrennya akan di terapkan amalan Sunnah yang sangat banyak sekali manfaatnya untuk kehidupan. Supaya semua santri menjadi pribadi yang lebih baik di hadapan Allah SWT.

KH. Mahbub abdilah juga menyampaikan bahwasannya sebelum melakukan puasa senin dan kamis para santri harus mempunyai niat yang sungguh-sungguh untuk melakukan amalan tersebut. setelah itu para santri harus suci dari hadist dan nifas. Santri yang sedang haid maupun sedang nifas dilarang untuk melaksanakan puasa senin dan kamis. yang dimaksud suci dalam hal ini bukan hanya suci dari haid dan nifas saja, akan tetapi pada penyucian batin juga. Penyucian batin ini salah satu upaya untuk mencapai suatu ketenangan sehingga bisa mendekatkan diri kepada Allah SWT.⁴

b. Tahapan Tengah

Pada tahapan ini santri sudah mulai terbiasa melakukan amalan puasa sunnah senin dan kamis sehingga bisa lebih mudah dan senang melakukan puasa sunnah senin dan kamis. Ketika hati dan perasaan kita senang maka akan lebih mudah dalam menambah hafalan Al-Qur'an. Sesuai dengan hasil dari wawancara dengan informan pada proses ini, pelaksanaan Puasa Senin dan Kamis tidak berbeda dengan pelaksanaan puasa-puasa lainnya. Puasa Senin dan Kamis dimulai pada waktu terbit matahari sampai dengan waktu sholat maghrib tiba. Puasa Senin dan kamis dapat dilakukan kapan saja kecuali pada hari-hari diharamkannya Puasa. Ada beberapa hari diharamkannya berpuasa antara lain : hari raya idul fitri, hari raya idul adha, dan hari tasyiq.⁵

⁴ Wawancara KH. Mahbub abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah),6 juli 2023 jam 13.00 “ transkrip wawancara satu “

⁵ Wawancara KH. Mahbub abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah),7 november 2023 jam 18.30 “ transkrip wawancara satu “

Sebelum melaksanakan Puasa Senin dan Kamis hal pertama yang harus dilakukan yaitu membaca Niat. Niat bisa di baca pada waktu malam hari sebelum tidur maupun Ketika bangun tidur untuk makan sahur. Niat puasa Senin dan Kamis sebagai berikut :⁶

Niat Puasa Hari Senin :

نَوَيْتُ صَوْمَ هَذَا الْيَوْمِ عَنْ أَدَاءِ سُنَّةِ يَوْمِ الْاِثْنَيْنِ لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya: "Aku berniat puasa sunnah hari Senin ini karena Allah Ta'ala."

Niat Puasa Hari Kamis :

نَوَيْتُ صَوْمَ هَذَا الْيَوْمِ عَنْ أَدَاءِ سُنَّةِ يَوْمِ الْخَمِيسِ لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya: “ Aku berniat Puasa Sunnah hari Kamis ini karena Allah Ta’ala.”

Tata cara melakukan puasa senin dan kamis sebagai berikut :

1. Baca niat

Para santri yang hendak melakukan amanah sunnah puasa senin dan kamis hal pertama yaitu membaca niat. Adapun niat puasa Senin dan Kamis sebagaimana yang di jelaskan diatas.

2. Makan sahur

Waktu makan sahur yang lebih utama yaitu pada subuh menjelang sholat subuh. Akan tetapi makan sahur juga bisa dilaksanakan pada malam hari sebelum tidur.

3. Menahan dan menjaga diri

Para santri yang melakukan Puasa Senin dan Kamis harus bisa menahan dan menjaga diri hari hal-hal yang dapat membatalkan puasa.

⁶ Wawancara KH. Mahbub abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah),7 november 2023 jam 18.30 “ transkrip wawancara satu “

4. Berbuka puasa

Ketika waktu berbuka telah tiba, para santri yang melaksanakan puasa senin dan kamis dianjurkan untuk segera melaksanakan buka puasa.⁷

c. Tahapan Akhir

Setelah selesai melaksanakan Puasa Senin dan Kamis biasanya para santri melanjutkan dengan mengaji al-Qur'an dan menambah hafalannya. Pelaksanaan Puasa Senin dan Kamis ini dilakukan terus menerus secara istiqomah, sehingga dapat menjadi sebuah kebiasaan yang berdampak pada kebaikan itu sendiri. Seperti yang disampaikan oleh kiai Mahbub Abdillah, sebagai berikut :⁸

Semua perbuatan baik yang dilakukan tulus dari dalam hati, maka hal itu pasti akan berbuah baik di dalam diri kita sendiri. Contohnya seperti ada santri yang kesusahan untuk menambah hafalannya, dia merasa stress, merasa capek ataupun merasa putus asa. Setelah itu dia melakukan Puasa Senin dan Kamis secara tulus dan Ikhlas di dalam hatinya, insyaAllah Allah akan menambah kenikmatan yang tak terhitung untuk santri tersebut dengan cara dimudahkan untuk menghafal Al-Qur'an.⁹

Pada tahapan akhir ini santri sudah mulai mencitai puasa sunnah senin dan kamis. Sehingga ketika para santri tidak melakukan puasa sunnah senin dan kamis satu kali akan terasa ada yang kurang. Hal itu dikarenakan sudah adanya kebiasaan melakukan amalan puasa sunnah senin dan kamis.¹⁰

Sejatinya puasa senin dan kamis merupakan puasa sunnah yang sering dilakukan Rasulullah SAW

⁷ Wawancara KH. Mahbub abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah),7 november 2023 jam 18.30 “ transkrip wawancara satu “

⁸ Wawancara KH. Mahbub abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah),7 november 2023 jam 18.30 “ transkrip wawancara satu “

⁹ Wawancara KH. Mahbub abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah),7 november 2023 jam 18.30 “ transkrip wawancara satu “

¹⁰ Wawancara Mahbub Abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah), 7 novemer 2023 jam 18.20 “transkrip wawancara satu “

sepanjang hidupnya. Hal itu dilakukan karena puasa senin dan kamis memiliki keutamaan yang sangat luar biasa diantaranya yaitu bisa menghapus kesalahan serta meninggikan derajat bagi orang yang mau mengamalkannya.¹¹

Puasa senin dan kamis juga bisa menjadi pelindung hidup bagi manusia dikarenakan dapat menjauhkan manusia dari hawa nafsu dan perbuatan maksiat. Maka dari itu puasa senin dan kamis sangat bagus di lakukan para santri pondok pesantren yang melakukan hafalan sehingga dapat mempermudah hafalannya.

Al-Qur'an merupakan kalamullah yang suci sehingga akan mudah bersemayam di hati orang-orang yang suci. Penyucian hati ini bisa dilakuka dengan cara berpuasa senin dan kamis yang di antara fadhilahnya adalah melebur dosa-dosa seseorang yang mengamalkannya. Semakin istiqamah menjalankannya maka akan semakin bersih dirinya dari dosa-dosa.

Menurut ustadz Haizun Ni'am dalam kitab I'anatu ath-thalibin, imam syafi'i pernah berkata kepada imam waki' tentang kurang baiknya hafalan beliau. Kemudian imam waki' memberikan saran agar imam syafi'i lebih kuat lagi dalam *tarkil ma'shiyah* (meninggalkan maksiat). Kemudian imam waki' kembali menjelaskan bahwa ilmu itu cahaya dan cahaya Allah tidak akan diberikan kepada ahli maksiat.¹²

Dari cerita ini dapat kita fahami bahwa diantara cara menghafalkan ilmu Allah apalagi Al-Qur'an dengan mudah itu dengan cara meninggalkan maksiat. Puasa senin dan kamis bisa menjadi salah satu ikhtiar untuk meninggalkan maksiat. Sehingga seorang santri yang menjalankan puasa senin dan kamis memiliki signifikan hafalan yang baik.¹³

¹¹ Muhammad Rifa'i, " Makna Puasa Dalam Tafsir Al-jJailani (Studi Tentang Penafsiran Syaikh Abdul Qadir al-jailani)," *Diya Al-Afkar* 5, no.01 (june 2017).

¹² Wawancara Haizun Niam (ustadz Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah), 7 november 2023 jam 20 .00 WIB." transkrip wawancara dua"

¹³ Wawancara Haizun Niam (ustadz Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah), 7 november 2023 jam 20 .00 WIB." transkrip wawancara dua"

2. Faktor Faktor pelaksanaan puasa senin dan kamis di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang.

Ada beberapa faktor yang mendukung para santri untuk melaksanakan puasa senin dan kamis antara lain yaitu :

- a. Menjadikan para santri mempunyai rasa sosial yang tinggi terhadap teman.
- b. Menjadikan para santri menjadi lebih dekat terhadap Allah SWT
- c. Menjadikan para santri menjadi lebih mudah untuk meninggalkan hawa nafsu.
- d. Para santri menjadi lebih mudah untuk mendapat ridho dari Allah SWT.
- e. Menjadikan para santri lebih mudah untuk mensucikan diri
- f. Menjadikan para santri untuk selalu menjaga diri dari hal-hal yang negativ.
- g. Menadikan para santri untuk menjadi pribadi yang lebih baik kedepannya.

faktor penghambat dalam melaksanakan Puasa Senin dan Kamis antara lain sebagai berikut : Tidak adanya hukuman atau saksi yang di berikan kepada santri kalau tidak melaksanakan puasa senin dan kamis.

3. Meditasi Puasa Senin dan Kamis untuk Meningkatkan Daya Ingat Penghafal Al-Qur'an di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang

Setiap santri memiliki kemampuan mengingat yang berbeda. Ada santri yang memiliki kemampuan mengingat tinggi sehingga mudah untuk menghafal kitab suci Al-Qur'an dan ada juga santri yang memiliki kemampuan mengingat yang rendah sehingga mempersulit untuk menambah hafalan Al-Qur'an yang sedang di laksanakan. Hal itu membuat santri menjadi malas dan semakin tidak bersemangat untuk menambah hafalan yang di lakukan. Oleh karena itu menurut Ustadz Haizun Ni'am untuk meningkatkan daya ingat yang baik agar fikiran menjadi lebih konsentrasi dan mudah untuk menghafal ayat

Al-Qur'an dengan cara melakukan amalan sunnah puasa senin dan kamis.¹⁴

Kedudukan puasa senin dan kamis menurut ajaran agama islam adalah ibadah sunnah yang paling di sukai oleh Nabi Muhammad SAW. hal itu dikarenakan puasa senin dan kamis memiliki berbagai manfaat yang bisa mendekatkan diri kepada Allah SWT. salah satu manfaatnya yaitu pada hari senin dan kamis Allah SWT membukakan pintu-pintu surga kepada hambannya.¹⁵

Manfaat puasa senin dan kamis yang dapat di lihat dan di perhatikan dari santri adalah ketika sikap dan perilakunya terlihat tenang, pikirannya tenang, hatinya tenang. Hal itu dapat di ketahui ketika melihat bagaimana cara merespon ketika santri memiliki masalah terkait hafalannya. Ketika hati dan fikiran tenang maka dia akan lebih mudah untuk menghafal ayat al-Qur'an.¹⁶ seperti yang di sampaikan oleh Arina Husna Maulida sebagai berikut : Santri yang melaksanakan amalan sunnah puasa senin dan kamis bisa menjadikan hati dan fikiran menjadi lebih konsentrasi sehingga menjadikan dirinya lebih bersyukur atas hafalannya menjadi lebih mudah dan bertambah banyak.

Hal itu juga sependapat dengan ustadz haizun ni'am bahwa santri yang mendapatkan masalah mengenai ingatannya maka dia harus segera mendapatkan perhatian yang khusus dari ustadz atau ustadzah untuk dinasehati atau membimbing untuk menumbuhkan semangat yang hilang agar tumbuh kembali, perlahan di suruh rileks terlebih dahulu, terus di beri saran untuk melaksanakan peraturan yang sudah ada di pondok untuk melaksanakan amalan sunnah puasa senin dan kamis supaya hati dan fikirannya menjadi lebih tenang dan dapat menghafal dengan lancar.¹⁷

¹⁴ wawancara Haizun Niam (ustadz Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah) 7 November 2023 jam 20.00 WIB" " transkrip wawancara dua"

¹⁵ Mahmud Ahmad Mustafa, Puasa Senin-Kamis Bikin Hidup Lebih Mudah, (Yogyakarta: Mutiara Media, 2009),20.

¹⁶ Wawancara dengan arina husna maulida pada tanggal : 12 november pukul : 19.00 WIB "transkrip wawancara tuju"

¹⁷ wawancara Haizun Niam (ustadz Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah) 7 November 2023 jam 20.00 WIB" " transkrip wawancara dua"

Hal ini menunjukkan bahwa tanpa disadari amalan sunnah puasa senin dan kamis yang di lakukan ketika menghafal Al-Qur'an akan menghasilkan hati dan fikiran yang tenang dan membentuk kebiasaan yang baik dalam diri sehingga selalu menjalankan amalan sunnah yang di sukai oleh Nabi Muhammad SAW.

Terkait hal tersebut beberapa santri yang melakukan amalan Puasa Sunnah Senin dan Kamis yang berpendapat dan merasakan ada perubahan dalam dirinya sebagai berikut :

Tabel 4.1
Identitas Umum Narasumber

NO	Inisial	Usia	Gender
1	MA	49	Laki-laki
2	HN	28	Laki-laki
3	SU	15	Perempuan
4	AM	13	Perempuan
5	MNF	14	Perempuan
6	DSR	17	Perempuan
7	SN	19	Perempuan
8	MF	19	Perempuan
9	JINA	19	Perempuan
10	NUL	17	Perempuan
11	KMP	17	Perempuan
12	AHM	17	Perempuan

Tabel diatas merupakan data informan dari santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang. Santri yang menjadi informan memiliki latar belakang yang berbeda-beda. Berikut merupakan kondisi daya ingat santri.

- a. Informan pertama, berinisial MA berumur 49 tahun melaksanakan amalan sunnah puasa senin dan kamis sejak masih muda ketika berada di pesantren. MA pernah mondok pesantren di pondok masmudi lasem. Ayah dari MA ini adalah salah satu kiyai besar di desa mlagen dan memiliki pondok pesantren yang bernama “ Pondok Pesantren Assalamah”. Hubungan MA dan ayah ibunya sangat baik, orang tua MA sering

menanyakan kegiatan apa saja yang di lakukan MA ketika di pondok pesantren. Ketika di Pondok Pesantren MA selalu melaksanakan peraturan yang ada di pondok pesantren salah satunya yaitu melakanakan puasa sunnah senin dan kamis dan dia bercita-cita untuk meneruskan perjuangan ayahnya untuk mengasuh sebuah pondok pesantren sendiri. sehingga sekarang MA sudah mempunyai Pondok Pesantren sendiri yang diberi nama “Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang”.

Menurut MA sebelum melakukan puasa senin dan kamis para santri harus mempunyai niat yang sungguh-sungguh untuk melakukan amalan tersebut. setelah itu para santri harus suci dari hadist dan nifas. Santri yang sedang haid maupun sedang nifas dilarang untuk melaksanakan puasa senin dan kamis. yang dimaksud suci dalam hal ini bukan hanya suci dari haid dan nifas saja, akan tetapi pada penyucian batin juga. Penyucian batin ini salah satu upaya untuk mencapai suatu ketenangan sehingga bisa mendekatkan diri kepada Allah SWT.¹⁸

- b. Informan kedua, berinisial HN berumur 28 tahun. HN ini melaksanakan puasa senin dan kamis semenjak berada di pondok pesantren. Menurut ustadz haizun ni'am puasa senin dan kamis bisa menjadi ikhtiar untuk meninggalkan maksiat serta hawa nafsu yang di rasakannya Karena dengan berpuasa senin dan kamis beliau selalu melakukan amalan-amalan lainnya yang mendekatkan diri kepada Allah SWT seperti muroja'ah dan membaca alqur'an.

Seterusnya dijelaskan oleh informan Ustadz Haizun Ni'am bahwasanya dalam pelaksanaan puasa senin dan kamis di Pondok Pesantren Al-Falah Mlagen ini tidak diwajibkan kepada semua santri putra maupun santri putri dikarenakan mengingat umur para santri yang masih kecil dan batas kemampuan para santri.

¹⁸ Wawancara KH. Mahbub abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah),7 november 2023 jam 18.30 “ transkrip wawancara satu”

Akan tetapi yang mengamalkan puasa senin dan kamis kebanyakan para santri yang sudah menginjak dewasa.¹⁹

- c. Informan ketiga berinisial SU berumur 15 tahun yang mengikuti program santri tahfidz. SU ini menerapkan puasa sunnah senin dan kamis semenjak berada di Pondok Pesantren sekitar 5 bulan. SU ini belajar di Pondok Pesantren sejak tahun 2022. Hubungan SU dan kedua orang tuannya terikat sangat baik dan dalam sebulan sekali orang tua SU selalu menjenguk SU untuk bertemu dengan SU dan menanyakan kegiatan apa saja yang di lakukan selama di Pondok Pesantren, biasanya jadwal kunjungan di Pondok Pesantren dilakukan pada hari jum'at di minggu ke 2.²⁰

SU merupakan santri yang tergolong masih baru akan tetapi sudah mengikuti program tahfidz Al-Qur'an. Terlihat dari cara SU untuk menghafalkan Al-Qur'an Ketika dia tidak bisa berfikir secara jernih maka hal itu akan menjadi penghambat dan menimbulkan rasa malas yang sangat merugikan bagi penghafal Al-Qur'an. SU merupakan santri yang sangat sulit untuk mengontrol dirinya agar fokus. Hal ini terlihat dari ungkapan SU sebagai berikut : “ dulu waktu saya di suruh belanja ibu di warung terdekat saya selalu mengingat-ingat pesan yang di perintahkan ibu mbak, akan tetapi sesampainya di warung saya malah lupa”.²¹

Dalam hasil wawancara diatas terlihat bahwa sebelum melakukan amalan sunnah Puasa Senin dan Kamis SU memiliki daya ingat yang kurang baik untuk mengingat memori jangka Panjang. SU belum bisa fokus dan konsentrasi untuk mengingat pesan yang di sampaikan ibunya. apalagi sekarang SU sudah menjadi

¹⁹ wawancara Haizun Niam (ustadz Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah) 7 November 2023 jam 20.00 WIB” “ transkrip wawancara dua”

²⁰ Wawancara dengan syafaatul udmah pada tanggal 15 november pukul : 19:00 WIB “ transkrip wawancara sebelas “

²¹ Wawancara dengan syafaatul udmah pada tanggal 15 november pukul : 19:00 WIB “ transkrip wawancara sebelas “

Santri dan menerapkan Program Tahfidz maka SU amalan yang bisa untuk membantu SU untuk mudah mengingat yaitu berupa Puasa Senin dan Kamis. Setelah melakukan amalan Sunnah Puasa Senin dan Kamis SU mengaku banyak sekali perubahan dimulai dari pikirannya menjadi lebih fokus sehingga SU bisa tepat waktu untuk membaca dan menghafalkan Al-Qur'an. SU juga dapat berfikir “ setelah saya melakukan amalan sunnah Puasa Senin dan Kamis saya jadi lebih fokus dan bisa menambah hafalan sedikit demi sedikit”.²²

- d. Informan keempat berinisial AM yang berumur 13 tahun. AM melakukan amalan Sunnah Puasa Senin dan Kamis semenjak ada di Pondok Pesantren sekitar 3 bulan. AM merupakan santri baru yang ingin menghafalkan Al-Qur'an akan tetapi AM tidak mengikuti program Tahfidz yang diwajibkan setiap pagi harus di Simak ibuk pondok sebelum berangkat ke sekolah. Hal itu dilakukan karena AM menyadari bahwa dirinya belum begitu menguasai tentang menghafal, dalam sehari AM hanya bisa menghafal satu sampai dua ayat saja dan dia merasa bahwa itu tidak wajar.

AM merupakan santri yang memiliki sifat mudah tidak percaya diri. Hal ini terlihat dari ungkapan AM dalam wawancara :

“dulu sebelum mondok ada sebuah acara sedekah bumi di desaku, aku di ajak teman untuk ikut nari di atas panggung, tapi aku tidak mau karena aku merasa tidak percaya diri karena badanku yang terlalu kurus”.

Dari hasil wawancara diatas AM merupakan santri yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. AM belum bisa mengontrol perasaannya dengan baik sehingga menimbulkan rasa tidak percaya diri. Setelah di pondok pesantren dan dia mulai mengikuti aturan

²² Wawancara dengan syafaatul udzmah pada tanggal 15 november pukul : 19:00 WIB “ transkrip wawancara sebelas “

Puasa Sunnah Senin dan Kamis. Ketika AM melakukan Puasa Senin dan Kamis, AM merasa dirinya menjadi lebih dekat dengan Allah sehingga akan melakukan ibadah sholat dengan tepat waktu sehingga dia akan merasakan ketenangan karena lebih dekat dengan Allah SWT. AM juga menjadi lebih bersyukur atas apa yang Allah takdirkan kepada AM seperti yang diungkapkan sebagai berikut :

“ setelah aku melakukan amalan Puasa Senin dan Kamis aku menjadi lebih dekat dengan Allah dan menjadikanku pribadi yang lebih bersyukur atas nikmat yang sudah di takdirkan Allah”.

- e. Informan ke lima berinisial MNF yang berumur 14 tahun. MNF melakukan amalan Puasa Sunnah Senin dan Kamis sejak di Pondok Pesantren. MNF belajar dipondok pesantren sudah dua tahun. Dalam kaitanya dengan mengontrol kepribadiannya awalnya MNF merupakan santri yang mudah terpengaruh oleh teman, sering melanggar tata tertib pondok pesantren, waktu mengaji MNF tidak ikut mengaji malah tidur bersama teman. Hal ini diungkapkan sendiri oleh MNF sebagai berikut: “saya kadang malas mbak, terus akhirnya ya tidur kalo ngaji ”.²³ dari ungkapan MNF sebelum melakukan Puasa Senin dan Kamis merupakan santri yang memiliki kepribadian yang rendah. Namun, setelah MNF melakukan pengamalan Puasa Senin dan Kamis dengan istiqomah MNF mengaku ada perubahan pada kesehariannya, jadi lebih disiplin dan semangat saat menjalani hari- harinya. Hal ini diungkapkan MNF sebagai berikut : sebelumnya saya itu pemalas dan seharian kegiatan capek, tapi Ketika bangun fajar, makan sahur dan melakukan Puasa Senin dan Kamis setelah itu di lanjut sholat subuh badan dan fikiran saya menjadi lebih fokus dan saya juga bisa menambah hafalan saya sedikit demi sedikit ”.²⁴

²³ Wawancara dengan mahmudah nur fitriani pada tanggal 15 november 2023 pukul : 20:00 WIB “ transip wawancara dua belas “

²⁴ Wawancara dengan mahmudah nur fitriani pada tanggal 15 november 2023 pukul : 20:00 WIB “ transip wawancara dua belas “

- f. Informan ke enam berinisial DSR yang berumur 17 tahun. DSR melakukan pengamalan Puasa Senin dan Kamis ini semenjak ada di Pondok Pesantren. DSR merupakan santri yang sudah belajar di Pondok selama 5 tahun. Dalam kesehariannya DSR selalu menyelesaikan apa yang menjadi tanggung jawabnya dengan baik. Sebelum berada di Pondok Pesantren DSR sangat kesulitan untuk mengontrol ingatannya dengan baik sehingga menjadikan DSR kurang konsentrasi. Hal ini disampaikan pada saat wawancara sebagai berikut : “dulu saya sering pelupa mbak, karena saya tidak konsentrasi, saya sering bengong sendiri dan tidak memperhatikan lingkungan sekitar”.²⁵

Dari ungkapan DSR sebelum melakukan pengamalan Puasa Senin dan Kamis DSR merupakan santri yang memiliki kemampuan untuk konsentrasi yang sedang. Akan tetapi Ketika sudah di Pondok Pesantren dan mengamalkan Puasa Senin dan Kamis DSR mengalami perubahan yang sangat bagus. Hal itu di ungkapkan dalam wawancara sebagai berikut : setelah melakukan Puasa Senin dan Kamis saya menjadi lebih konsentrasi dan saya bisa menambah hafalan Al-Qur'an dengan lancar”.²⁶

- g. Informan ke tujuh berinisial SN yang berumur 19 tahun. SN melakukan Puasa Senin dan Kamis semenjak berada di Pondok Pesantren. SN merupakan santri yang sudah cukup lama Pondok Pesantren selama 5 tahun. SN menerapkan Program Tahfidz Al-Qur'an Dimana SN di tuntut untuk menyetorkan hafalannya setiap pagi di ibuk pondok. Sebelum melakukan Puasa Senin dan Kamis SN merupakan santri yang tidak mementingkan Sholat dan puasa akan tetapi lebih mementingkan main Bersama teman-teman. Hal ini di ungkap dalam wawancara sebagai berikut : “dulu sebelum aku mondok, aku

²⁵ Wawancara dengan dewi setyo rini pada tanggal : 12 november 2023 pukul: 20:00 WIB “transip wawancara delapan”

²⁶ Wawancara dengan dewi setyo rini pada tanggal : 12 november 2023 pukul: 20:00 WIB “transip wawancara delapan”

selalu mengabaikan sholat dan puasa ramadhan mbak, Ketika saya lagi main hp sama teman-teman dan waktu itu juga ada adzan dzuhur, akan tetapi saya abaikan, saya tetap asik main hp Bersama teman-teman yang lain”.

Dari ungkapan SN sebelum melakukan pengamalan Puasa Senin dan Kamis SN merupakan santri yang mengabaikan Sholat dan Puasa, akan tetapi Ketika berada di Pondok Pesantren dan mengamalkan Puasa Senin dan Kamis SN mengalami perubahan yang sangat pesat. Hal itu di sebutkan pada saat wawancara sebagai berikut : “ Ketika saya sudah di Pondok Pesantren dan saya tertarik untuk mengikuti program tahfidz yang mennganjurkan setiap pagi harus setor hafalan kepada ibuk pondok, maka saya sering sholat tepat waktu dan berdoa agar hafalan saya menjadi lebih mudah”.²⁷

- h. Informan ke delapan berinisial MF yang berumur 19 tahun MF melakukan Puasa Senin dan Kamis semenjak berada di Pondok Pensantren. MF merupakan santri yang sudah cukup lama Pondok Pesantren selama 5 tahun. MF menerapkan Program Tahfidz Al-Qur’an Dimana MF di tuntut untuk menyetorkan hafalannya setiap pagi di ibuk pondok. Sebelum melakukan Puasa Sunnah Senin dan Kamis MF sering sekali melanggar peraturan yang ada, hal ini di sampaikan pada saat wawancara sebagai berikut : “ dulu sebelum saya mondok, saya sering sekali bolos sekolahan mbak, Ketika ada Pelajaran yang tidak saya sukai saya suka izin ke kamar mandi sampai Pelajaran itu selesai”.²⁸

Dari ungkapan hasil wawancara menyatakan bahwa MF mempunyai pribadi yang kurang bagus. Akan tetapi Ketika dia sudah di pondok pesantren dan dia mengamalkan Puasa Senin dan Kamis menjadikan

²⁷ Wawancara dengan siti naimah pada tanggal 10 nvember pukul : 09.00 WIB “transip wawancara lima “

²⁸ Wawancara dengan marfuah pada tanggal : 9 november 2023 “ transkrip wawancara empat “

dirinya sadar akan semua perbuatan yang kurang baik dimasa lalu. Dan dia sekarang berusaha memperbaiki diri dengan mengamalkan puasa Senin dan kamis dengan istiqomah. Hal itu juga bertujuan untuk mempermudah pikirannya untuk menghafal Al-Qur'an dengan fokus.²⁹

- i. Informan ke Sembilan berinisial JINA yang berumur 19 tahun. JINA mengamalkan Puasa Senin dan Kamis semenjak di Pondok Pesantren. JINA merupakan santri Tahfidz dan juga santri pengurus. JINA memilih mengambil program Tahfidz karena dia ingin menghafalkan dan mengamalkan kitab suci Al-Qur'an dan mengharap Ridho dari Allah SWT. Dulu sebelum menerapkan Puasa Senin dan Kamis JINA selalu tidak bersemangat dikarenakan sudah terlanjur capek setelah melakukan aktifitas keseharian yang sangat padat. Hala itu di sampaikan pada saat wawancara sebagai berikut : “dulu sebelum saya menerapkan puasa senin dan kamis saya selalu malas untuk menambah hafalan saya, karena saya terlalu capek dan malas”

Dari ungkapan hasil wawancara terhadap JINA merupakan santri yang mudah putus asa, Ketika dia sudah capek maka dia memutuskan untuk tidur dan tidak berusaha untuk menghafal sama sekali. Akan tetapi setelah melakukan amalan Puasa Sunnah Senin dan Kamis rasa malas yang JINA rasakan sudah mulaia berkurang dan dia sudah bisa menghafal dan menyetorkan hafalannya setiap harinya. Hal ini disebutkan dalam wawancara sebagai berikut : “Ketika saya sudah capek, maka yang ada di fikiran saya hanya ada rasa malas, saya tidak mungkin akan berlarut-larut membiarkan rasa malas ini di tubuh saya. Saya mencoba untuk melakukan puasa senin dan kamis dan ternyata hasilnya sangat mengejutkan, hafalan saya sudah mulai tertata sedikit demi sedikit.” Ketika kita melakukan amalan yang membuat kita

²⁹ Wawancara dengan marfuah pada tanggal : 9 november 2023 “ transkrip wawancara empat “

semakin dekat dengan Allah maka hasilnya tidak akan mengkhianati kita.³⁰

- j. Informan ke sepuluh yang berinisial NUL yang berumur 17 tahun. NUL mengamalkan Puasa Senin dan Kamis semenjak di Pondok Pesantren. NUL merupakan santri Tahfidz dan juga santri pengurus. NUL memilih mengambil program Tahfidz karena dia ingin menghafalkan dan mengamalkan kitab suci Al-Qur'an dan mengharap Ridho dari Allah SWT. Sebelum berada di Pondok NUL selalu mengabaikan perbuatan baik. NUL menganggap bahwa dia berbuat baik kalau ada orang yang berbuat baik kepada dirinya terlebih dahulu. Akan tetapi kalau ada orang yang melukai hati NUL dia akan membalas dengan seribu kejahatan yang dia mau.³¹

Dari hasil wawancara diatas NUL merupakan santri yang pendendam, akan tetapi setelah NUL berada di Pondok Pesantren dan mengamalkan Puasa Senin dan Kamis NUL menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Hal ini diungkapkan pada saat wawancara sebagai berikut : “ setelah saya masuk di pondok pesantren dan saya menjalankan amalan sunnah puasa senin dan kamis sifat pendendam saya perlahan menghilang dikarenakan saya sudah sadar bahwa pendendam bukanlah perbuatan yang baik, akan tetapi termasuk ke dalam perbuatan yang tercela. selain itu dengan sholat akan menjadikan diri saya menjadi lebih suci dan semakin dekat dengan Allah dan di tambah dengan berpuasa senin dan kamis juga bisa menjadikan saya menjadi lebih mudah untuk menambah hafalan yang saya lakukan.³²

³⁰ Wawancara dengan jovita ika nur anggraini pada tanggal : 9 november 2023 pukul : 19:00 WIB “ transkrip wawancara tiga”

³¹ Wawancara dengan nova umma lathifa pada tanggal 14 november 2023 pukul : 19:00 WIB “transkrip wawancara Sembilan “

³² Wawancara dengan nova umma lathifa pada tanggal 14 november 2023 pukul : 19:00 WIB “transkrip wawancara Sembilan “

- k. Informan ke sebelas yang berinisial KMP yang berumur 17 tahun.³³ KMP mengamalkan Puasa Senin dan Kamis semenjak di Pondok Pesantren. KMP merupakan santri Tahfidz. KMP memilih mengambil program Tahfidz karena dia ingin menghafalkan dan mengamalkan kitab suci Al-Qur'an dan mengharap Ridho dari Allah SWT. Sebelum mengamalkan Puasa Senin dan Kamis KMP merasa bahwa dirinya tidak sanggup untuk menghafal Kitab Al-Qur'an dikarenakan KMP merasa tidak pandai untuk menghafal. Hal itu terungkap dalam wawancara sebagai berikut : “ saya merasa bahwa fikiran saya tidak bisa untuk menghafal 30 jus ayat Al-Qur'an mbak, Mustahil saja rasanya”.
- Dari hasil wawancara di atas KMP merupakan sanytri yang memiliki sifat pesimis sebelum melakukan. Akan tetapi setelah melakukan amalan Puasa Senin dan Kamis KMP bisa menghafalkan ayat Al-Qur'an dengan baik dan lancar. Hal ini dijelaskan pada saat wawancara : “ setelah saya melakukan Puasa Senin dan Kamis saya merasa bahwa diri saya mampu dan ingatan saya juga mendukung untuk menghafal ayat Al-Qur'an dengan baik”.³⁴
- l. Informan ke dua belas yang berinisial AHM yang berumur 17 tahun. AHM mengamalkan Puasa Senin dan Kamis semenjak di Pondok Pesantren. AHM merupakan santri Tahfidz. AHM memilih mengambil program Tahfidz karena dia ingin menghafalkan dan mengamalkan kitab suci Al-Qur'an dan mengharap Ridho dari Allah SWT. Sebelum mengamalkan Puasa Senin dan Kamis AHM tidak begitu semangat untuk menghafalkan Al-Qur'an dikarenakan banyaknya aktifitas dan daya ingat yang tidak begitu memadai, hal ini disampaikan pada saat wawancara sebagai berikut : “ saya tidak percaya diri untuk menghafalkan Al-

³³ Wawancara dengan kadaroh maulida putri pada tanggal 10 november pukul : 10:00 WIB “transip wawancara enam”

³⁴ Wawancara dengan kadaroh maulida putri pada tanggal 10 november pukul : 10:00 WIB “transip wawancara enam”

Qur'an mbak, dikarenakan aktifitas keseharian saya yang sudah padat dan ingatan saya juga kurang tajam".³⁵

Dari hasil wawancara diatas AHM memiliki rasa kurang percaya diri untuk menghafal Al-Qur'an. Akan tetapi setelah melakukan Puasa Senin dan Kamis AHM merasa lebih percaya diri dan bisa menghafal Al-Qur'an dengan lancar. Hal ini disampaikan pada saat wawancara sebagai berikut : setelah saya melakukan amalan Puasa Senin dan Kamis saya menjadi lebih mudah untuk menghafal Al-Qur'an".³⁶

C. Analisis Penelitian

1. Analisis Pelaksanaan Puasa Senin dan Kamis di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang.

Pelaksanaan puasa senin dan kamis dalam pondok pesantren ini ada tiga tahapan diantaranya yaitu :

a. Tahapan awal

Di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah mempunyai peraturan pondok di antaranya melakukan puasa sunnah senin dan kamis. Pada tahapan awal ini para santri melakukan puasa senin dan kamis di landasi dengan ingin menati peraturan yang ada di pondok. Akan tetapi seiring berjalannya waktu santri akan mulai terbiasa melakukan puasa senin dan kamis.

b. Tahapan tengah

Pada tahapan ini santri sudah mulai terbiasa melakukan amalan puasa sunnah senin dan kamis sehingga bisa lebih mudah dan senang melakukan puasa sunnah senin dan kamis. Ketika hati dan perasaan kita senang maka akan lebih mudah dalam menambah hafalan Al-Qur'an.

³⁵ Wawancara dengan arina husna maulida pada tanggal : 12 november pukul : 19.00 WIB "transip wawancara tuju"

³⁶ Wawancara dengan arina husna maulida pada tanggal : 12 november pukul : 19.00 WIB "transip wawancara tuju"

c. Tahapan akhir

Pada tahapan akhir ini santri sudah mulai mencitai puasa sunnh senin dan kamis. Sehingga ketika para santri tidak melakukan puasa sunnah senin dan kamis satu kali akan terasa ada yang kurang. Hal itu dikarenakan sudah adanya kebiasaan melakukan amalan puasa sunnah senin dan kamis.³⁷

2. Analisis Faktor-Faktor Pelaksanaan Puasa Senin dan Kamis di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang.

Pelaksanaan Puasa Senin dan Kamis memiliki beberapa faktor pendukung yang sangat memberikan perubahan yang signifikan terhadap pola hidup dan kemampuan mengingat para santri dengan baik. Hal itu disampaikan oleh beberapa informan pada saat wawancara sebagai berikut :

SN mengatakan bahwa “ Ketika saya sudah di Pondok Pesantren dan saya tertarik untuk mengikuti program tahfidz yang mennganjurkan setiap pagi harus setor hafalan kepada ibuk pondok, maka saya sering sholat tepat waktu dan berdoa agar hafalan saya menjadi lebih mudah”.³⁸

Dari pernyataan diatas puasa senin dan kamis dapat memberikan faktor yang baik dengan terlaksanakannya sholat dengan tepat waktu dan rajin berdo’a. menurut kiyai Mahbub Abdillah Ada beberapa faktor yang mendukung para santri untuk melaksanakan puasa senin dan kamis antara lain yaitu :³⁹

- a. Menjadikan para santri mempunyai rasa sosial yang tinggi terhadap teman.
- b. Menjadikan para santri menjadi lebih dekat terhadap Allah SWT

³⁷ Wawancara Mahbub Abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah), 7 novemer 2023 jam 18.20 “transkrip wawancara satu “

³⁸ Wawancara dengan siti naimah pada tanggal 10 november pukul : 09.00 WIB “transip wawancara lima “

³⁹ Wawancara Mahbub Abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah), 7 novemer 2023 jam 18.20 “transkrip wawancara satu “

- c. Menjadikan para santri menjadi lebih mudah untuk meninggalkan hawa nafsu.
- d. Para santri menjadi lebih mudah untuk mendapat ridho dari Allah SWT.
- e. Menjadikan para santri lebih mudah untuk mensucikan diri
- f. Menjadikan para santri untuk selalu menjaga diri dari hal-hal yang negativ.
- g. Menjadikan para santri untuk menjadi pribadi yang lebih baik kedepannya.

Akan tetapi selain faktor pendukung, juga ada faktor penghambat dalam melaksanakan Puasa Senin dan Kamis antara lain sebagai berikut :

- a. Tidak adanya hukuman atau saksi yang di berikan kepada santri kalau tidak melaksanakan puasa senin dan kamis.

3. Analisis Meditasi Puasa Senin dan Kamis Terhadap Daya Ingat Penghafal AL-Qur'an di Pondok Pesantren Tahfidz Al-falah Mlagen Pamotan Rembang.

Dampak pengamalan Puasa Senin dan Kamis terhadap Daya Ingat Santri Penghafal Al-Qur'an sebagai berikut:

Sumber masalah pada remaja merupakan adanya pertentangan yang terjadi dalam diri remaja itu sendiri maupun orang lain dilingkungannya. Oleh sebab itu, remaja membutuhkan agama sebagai pengendalian diri untuk memantapkan kepribadian dan mengontrol perilakunya karena agama merupakan integritas interaktif antara iman, ilmu, dan amal yang merupakan daya kendali dan dorongan.⁴⁰

Permasalahan tidak hanya dialami remaja di luar sana, akan tetapi permasalahan juga di alami di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah mlagen, Pamotan, Rembang. Para santri tahfidz di pondok ini sering sekali mengeluh dan merasa malas untuk meningkatkan hafalannya dikarenakan sudah terlalu kecapean karena aktifitas kesehariannya yang sangat padat.

⁴⁰ Sukanto, Nafsiologi: Refleksi Analisis tentang Diri dan Tingkah Laku Manusia, (Surabaya: Risalah Gush, 1995), 8

Akan tetapi hidup di naungan Pondok Pesantren harus selalu mematuhi peraturan yang ada. Karena semua perbuatan yang dilakukan adalah perbuatan yang mengandung nilai agama yang sangat baik dan bermanfaat buat diri kita kedepan. Maka dari itu kita di tuntutan untuk selalu melaksanakannya dengan hati yang Ikhlas.

Salah satu Upaya yang mengandung nilai agama untuk mengatasi permasalahan yang terjadi dalam diri santri yaitu berikhtiar untuk melakukan amalan sunnah Puasa Senin dan Kamis. Puasa adalah menahan diri dari makan, minum dan segala sesuatu yang membatalkan puasa. Puasa juga suatu Upaya untuk mencapai ridho dari Allah. Dengan berpuasa para santri akan merasa dirinya semakin dekat dengan Allah dan menimbulkan rasa tenang. Jika fikiran kita tenang maka akan sangat mudah untuk menambah hafalan ayat Al-Qur'an.⁴¹

Dalam penemuan peneliti Ahmad Ahsin Darajat, Ketika kita melakukan amalan sunnah Puasa Senin dan Kamis dengan istiqomah maka sangat berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecerdasan emosional pada santri.⁴² Sama seperti penelitian saat ini bahwa santri di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlgen, Pamotan, Rembang mengalami perubahan yang signifikan setelah melaksanakan amalan Puasa Senin dan Kamis sebagai berikut :

a. Taqarrub ilallah

Kemampuan untuk menjadi pribadi yang lebih baik adalah perilaku yang sangat di idam-idamkan oleh umat muslim lainnya. Dalam analisis penulis, sebelum para santri mengamalkan Puasa Senin dan Kamis di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlgen, Pamotan, Rembang para santri belum bisa mengontrol

⁴¹ Saputra, johan. 2018. *Ngrowot dan Tazkiyatun Nafs (Studi Manfaat Ngrowot untuk Pembersihan Jiwa di Kalangan Santri Asmara Perguruan Islam (API) Pondok Pesantren Salaf Tegalrejo Magelang Jawa Tengah)*, Skripsi Fakultas Ushuluddin Univarsitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, hal.18.

⁴² Darajat, Ahmad Ahsin. 2015. *Pengaruh Keistiqomahan Puasa Senin dan Kamis Terhadap Kecerdasan emosional santri Pondok Pesantren Anwarul Huda Karangbesuki Malang*. Tesis Sarjana, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.

kepribadiannya. Hal ini terjadi karena faktor lingkungan tempat tinggal yang kurang mendukung.

Setelah berada di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang dan kemudian mengikuti pengamalan Puasa Senin dan Kamis para santri mengalami perubahan pada pembentukan kepribadian terbukti dari kurangnya perilaku negatif yang dilakukan santri. Santri menjadi lebih semangat untuk menjalankan ibadah-ibadah yang mendekatkan diri kepada Allah seperti melakukan sholat dengan tepat waktu, melakukan amalan-amalan puasa sunnah senin dan kamis yang bisa menjadikan para santri menjadi pribadi yang lebih baik kedepannya.⁴³

Dengan menjadi pribadi yang lebih baik InsyaAllah menjadikan para santri menjadi lebih mudah untuk menghafal Al-Qur'a, karena Al-Qur'an merupakan kitab Allah yang sangat mulia, maka ketika kita membacanya akan mendapatkan pahala dari Allah SWT. Hal ini sependapat dengan Al-Ghazali bahwa taqarrub merupakan penyucian hati dari segala hal selain Allah SWT. Apabila hati sudah suci maka Allah lah yang akan hadir bersama hambannya.⁴⁴

b. Fokus dan Konsentrasi

Fokus dan konsentrasi merupakan salah satu hal yang paling penting dalam diri seorang pelajar. Konsentrasi merupakan suatu tolak ukur dalam dalam proses pemahaman peserta didik yang merupakan bagian penting dalam indikator keberhasilan suatu proses pembelajaran.⁴⁵ Dalam analisis penulis, sebelum para santri mengamalkan Puasa Senin dan Kamis di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlagen, Pamotan, Rembang para santri belum bisa fokus

⁴³ Wawancara Mahbub Abdillah (pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah), 7 novemer 2023 jam 18.20 “transkrip wawancara satu “

⁴⁴ Al-Ghazali, Raudatun Thalibin Wa Umdatus Salikien, alih bahasa, Muhammad Lukman Hakim, Raudhah: Taman Jiwa Kaum Sufi (Surabaya: Risalah Gusti, 1997), lm,61

⁴⁵ Zamzam Mustofa, 2023. Strategi Peningkatan Konsentrasi Belajar Siswa dalam Memahami Materi Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam (SKI). Volume 3 Nomor 1. 20

sehingga tidak konsentrasi. Hal itu diakibatkan oleh padatnya jadwal yang membuat para santri menjadi capek dan fikiran fokus.

Setelah berada di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlgen, Pamotan, Rembang dan kemudian mengikuti pengamalan Puasa Senin dan Kamis para santri mengalami perubahan pada pola pikir sehingga mengakibatkan perubahan yang sangat drastis terhadap konsentrasi pada diri santri. Ketika membaca Al-Qur'an dalam kondisi sedang berpuasa maka fikiran akan menjadi lebih fokus karena tujuan utamanya yaitu membaca Al-Qur'an untuk menambah hafalan. Hal ini serupa oleh pendapat dari Sukri dan Purwanti bahwa konsentrasi merupakan suatu usaha yang dilakukan individu dalam bentuk pemusatan kepada suatu objek dengan hanya berfokus padanya.⁴⁶

c. Meningkatkan Daya Ingat

Ingatan merupakan poin yang sangat penting di dalam tubuh manusia. ingatan bisa mempengaruhi para santri untuk menentukan keberhasilannya. Ingatan merupakan kemampuan seseorang untuk memunculkan kembali informasi yang pernah diperolehnya. Dalam analisis penulis, sebelum para santri mengamalkan Puasa Senin dan Kamis di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlgen, Pamotan, Rembang para santri belum bisa mengingat-ingat secara lancar sehingga mengakibatkan para santri tidak bisa menambah hafalannya dengan baik. Hal itu diakibatkan oleh fikiran para santri yang tidak fokus.

Akan tetapi Setelah berada di Pondok Pesantren Tahfidz Al-Falah Mlgen, Pamotan, Rembang dan kemudian mengikuti pengamalan Puasa Senin dan Kamis para santri mengalami perubahan pada ingatannya di karenakan pada waktu berpuasa hati dan fikiran santri menjadi lebih tenang dan itu bisa menciptakan ide untuk berkreasi menghafal Al-Qur'an menggunakan nada atau kode supaya lebih mudah

⁴⁶ Sukri, A & Purwanti, E (2013) Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Melalui Brain Gym. JEMS: Jurnal Edukasi Matematika dan Sains, 1 (1).

untuk mengingat dan hal itu bisa mempengaruhi daya ingat santri menjadi lebih baik sehingga santri bisa mengingat-ingat ayat Al-Qu'an yang telah di hafalnya dan dapatmenambah hafalannya dengan lebih mudah.

Hal ini sependapat dengan Bruno Syah bahwa Memori atau ingatan merupakan proses mental yang meliputi pengkodean, penyimpanan, dan pemanggilan kembali informasi dan pengetahuan yang semuanya terpusat dalam otak.⁴⁷



⁴⁷ Bruno, Syah. (2004) Psikologi Belajar. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.