

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Profil Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Kedung Jepara

Pondok Pesantren Al-Mustaqim merupakan sebuah lembaga keagamaan bersifat non formal berada di desa Bugel Kedung Jepara. Sejarah berdirinya pondok pesantren Al-Mustaqim ini, awalnya bukanlah sebuah pondok pesantren seperti sekarang. Dulu pondok pesantren ini adalah sebuah surau atau mushola kecil peninggalan dari H. Ali Mardam. Beliau mempunyai tiga putra yaitu H. Abdul Hamid, H. Masmu'i dan yang terakhir K.H. Muhsin ali. Putra beliau yang terakhir inilah pendiri dari cikal bakal pondok pesantren Al-Mustaqim yang sudah menjadi besar sekarang.¹

Setelah kepulangan K.H. Muhsin Ali dari pondok pesantren menimba ilmu agama. Beliau langsung menghidupkan surau kecil itu, dengan pengalaman yang beliau dapatkan dari pondok pesantren K.H. Muhsin Ali mencoba menarik para pemuda desa. Salah satu caranya ialah beliau mengajarkan kepada pemuda desa rebana dan shalawatan untuk menarik ketertarikan orang-orang belajar ilmu agama.

Dulu nama surau itu adalah Al-Firdaus sebelum diubah menjadi nama Al-Mustaqim seperti sekarang. Namun kebanyakan santri pada saat itu menghabiskan waktunya dengan tidur. K.H. Muhsin Ali pun berpikir dan merenungkan kenapa banyak santrinya tidur dan bermalas-malasan. Akhirnya, beliau menyimpulkan karena nama Al-Firdaus adalah nama dari surga, Surga yang identik dengan tempat yang penuh dengan keindahan kenyamanan. Beliau pun memutuskan untuk mengganti nama pondok pesantren dengan nama Al-Mustaqim. Nama itu beliau dapatkan pada saat beliau sedang menjalankan ibadah haji

¹ Hasil wawancara dengan K. Habiburrohman (Pengasuh PP Al-Mustaqim Desa Bugel Kecamatan Kedung Kabupaten Jepara) tanggal 10 agustus 2022 jam 11.00

di kota suci. Beliau menemukan sebuah tempat bernamakan *Al-Mustaqim Wa Kuttubissalafiyah*.

Dari situlah, beliau nama Al-Mustaqim sekarang tercipta dan menjadi sebuah yayasan. Yayasan Muhsin Ali ini terdiri dari beberapa lembaga pendidikan yaitu pondok pesantren, MTs, MA, TPQ dan Balai Latihan kerja. Yayasan ini juga mempunyai moto pendidikan yang berbunyi “*Bustanul Qur’an Wa Kutubissalafiyah*”. Setelah K.H. Muhsin Ali meninggal dunia, yayasan dilestarikan oleh putra putri beliau yang tinggal di lingkungan pesantren.

Pondok Pesantren Al-Mustaqim juga mempunyai keidentikan kegiatan rutin yang dilakukan oleh para santrinya. Kegiatan rutin itu salah satunya adalah sorogan, hafalan kitab kuning, bathsul masa’il, khitobah dan muhadloroh. Selain kegiatan rutin, pondok pesantren Al-Mustaqim juga identik dengan sistem pendidikan yang diterapkan kepada santrinya yaitu para santri di dorong untuk mampu membaca kitab kosong dan memaknainya yang tidak bisa ditemui di pondok lainnya di desa bugel.²

2. Letak Geografis Pondok Pesantren Al-Mustaqim

Pondok pesantren Al-Mustaqim adalah salah satu pondok terbesar di Jepara yang berdiri di tanah seluas 5000 m. Pondok pesantren Al-Mustaqim ini beralamatkan di desa Bugel Kecamatan Kedung Kabupaten Jepara. Wilayah pondok pesantren secara geografis yaitu:

- a. Sebelah utara berbatasan dengan Desa Menganti
- b. Sebelah selatan berbatasan dengan Desa Jondang
- c. Sebelah barat berbatasan dengan Desa Bulak Baru
- d. Sebelah timur berbatasan dengan Desa Dongos

Pondok pesantren Al-Mustaqim merupakan tempat ideal dengan lingkungan yang baik untuk belajar ilmu-ilmu agama karena terletak di pedesaan yang jauh dari kebisingan kota, pabrik dan bisnis lainnya. Selain sebagai pesantren yang ideal sebagai sarana pengajaran dan pembelajaran ilmu-ilmu agama, pesantren ini juga

² Hasil wawancara dengan K. Habiburrohman (Pengasuh Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Kedung Jepara) pada tanggal 10 Agustus 2022 jam 11.00

didukung lembaga-lembaga pendidikan formal yang dikelola sendiri seperti Madrasah Diniyah Ulya dan wustho, Madrasah Tsanawiyah NU Al-Mustaqim dan Madrasah Aliyah NU Al-Mustaqim.

3. Biografi Kiai Habiburrohman (Pengasuh Pondok Pesantren Al-Mustaqim)

Kiai Habiburrohman merupakan Pengasuh Pondok Pesantren Al-Mustaqim yang berada di desa Bugel Kedung Jepara generasi ke-2 dengan jumlah santri putra putri 269 keseluruhannya yang berasal dari kepulauan Jawa. Beliau lahir di Bugel Kedung Jepara pada tanggal 29 Juni 1984. Kiai Habiburrohman adalah putra ke-4 dari 5 bersaudara pasangan K.H Muhsin Ali dan Hj. Mas'adah.

Kiai Habiburrohman menyelesaikan pendidikan formal dimulai dari MI,MTs dan kemudian MAK di lembaga pendidikan Islam Matholi'ul Huda di Desa Bugel Kecamatan Kedung Kabupaten Jepara. Kiai Habiburrohman kemudian melanjutkan studinya di Pondok Pesantren Al-Husna Tasikmalaya Jawa Barat untuk menghafal dan mendalami Al-Qur'an di bawah bimbingan K.H Fakhurrozi. Setelah menyelesaikan studinya di tasikmalaya, beliau melanjutkan studinya di pesantren Al-Falah Desa Ploso Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri Provinsi Jawa Timur guna memperdalam ilmu agama termasuk kajian kitab kuning di bawah asuhan K.H Zainuddin Djazuli.

Tahun 2012, Kiai Habiburrohman *boyong* dengan artian kembali dari pondok pesantren Al-Falah Ploso, Kediri. Pada tahun yang sama, beliau menikah dengan *ning* Fatimatuz Zahra putri dari pasangan K.H.M. Jamil Syarwi (Alm) dan Hj. Masyufi'atus Zulaikhah. Pada tahun 2016, pengasuh pondok pesantren K.H Muhsin Ali meninggal dunia dan meninggalkan pondok pesantren sehingga kepengasuhan Pondok pesantren Al-Mustaqim menjadi kosong.

Berbekal berbagai pengalaman dan pengetahuan agama dari hasil studi di lembaga pendidikan, baik formal maupun non-formal. Melanjutkan perjuangan ayahanda dengan menjadi pengasuh Pondok Pesantren Al-Mustaqim

di Desa Bugel Kecamatan Kedung Kabupaten Jepara mulai pada tahun 2016 sampai sekarang ini.

Pada tahun 2018, Pondok Pesantren Al-Mustaqim mengalami berbagai berkembang yang cukup pesat dengan adanya bukti diantaranya adalah pembanguna asrama Putri, pembangunan gedung pendidikan formal MA NU Al-Mustaqim, bertambahnya santri dari berbagai daerah maupun provinsi dengan jumlah santrinya yang hampir mencapai 270 baik santri putra maupun putri dan dengan bertambahnya pendidikan formal yang didirikan Yayasan Muhsin Ali melengkapi fasilitas lembaga pendidikan bagi para santri yang mayoritas mereka mondok di asrama pesantren.

Kegiatan santri yang dilakukan dalam kesehariannya selain mengaji dan sekolah di lingkungan pesantren, mereka juga dibekali dengan berbagai pengalaman dan ilmu yang bermanfaat pada kegiatan ekstra pondok pesantren Al-Mustaqim yaitu pramuka, khitobah, rebana, kaligrafi, diskusi, kajian ilmiah dan sebagainya.³

4. Visi dan Misi Pondok Pesantren Al-Mustaqim

Lembaga pendidikan Pondok Pesantren Al-Mustaqim mempunyai visi dan misi sebagai berikut:

a. Visi

Ikut mencerdaskan anak dan memberikan pendidikan anak dengan basic akhlakul karimah pintar di dalam mengaji dan ilmu umum.

b. Misi

- 1) Menyiapkan generasi penerus bangsa yang berfaham Ahlussunah Wal Jamaah.
- 2) Mencerdaskan kehidupan bangsa dan pendidikan yang berkualitas.
- 3) Mencetak ulama yang intelektual dan intelektuel yang ulama.

³ Hasil wawancara dengan K. Habiburrohman (Pengasuh Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Kedung Jepara) pada tanggal 10 agustus 2022 jam 11.00

5. Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara

Struktur kepengurusan di Pondok Pesantren Al-Mustaqim dari Pengasuh Pondok, Pembimbing, ketua pondok dan sampai seksi-seksi dari kepengurusan lainnya. Mereka mempunyai tanggung jawabnya sendiri-sendiri sesuai dengan posisi yang mereka emban.

Adapun berikut ini gambar struktur kepengurusan di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara, yaitu:

Tabel 4.1
Struktur Kepengurusan Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara

Pengasuh	K. Habiburrohman Muhsin KH. Ahmad Najib Al-Hafidz KH. Sholahuddin Muhsin, M.A
Pembimbing	KH. Ahmad Roziqin, S. Pd. Ust. Bambang Wahyudi, S.E Mella Umi Khumaeroh Ira Khoiriyah Nailia Jami'atul Muna Zahwa Veronica Nur. S
Ketua	Milla Fitriyanti
Wakil Ketua	Aulia Izzatun Nisa'
Sekretaris	Ayu anistya Adheliana Rasya Citra Novita Imroatul Azizah Kholilatul Fadhilah
Bendahara	Arsyada Uroifah Aghfir Fajriyatus Syahr Rizqi Putri Apriliani Wulan Rofifatun Jannah
Seksi Keamanan	Ikhlaulal Maziyah A. Mutiara Husna Nailis Sa'adah Layli Yusriana Aisyah Khafilia Rahmah Dewi Safitri Hestik Pujianti

Seksi Kegiatan	Nurul Isnaini Hanifah Dwi Amelia Nanik Muzaroh Nesti Dzunnatul M. Intan Anggi Aulia Nafisatus Sholihah Ananda Nurma Yunita Putri Aulia Ramadhani
Seksi Kebersihan	Fitrotus Sa'diyah Nazila Salsabila Manda Widya Yusria
Seksi UKP	
Seksi Perlengkapan	
Seksi Koperasi	
Seksi Humas	

6. Kegiatan Keseharian di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara

Kegiatan sehari-hari yang dijalani oleh para santri di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara dimulai dari bangun tidur hingga kembali tidur kembali pada malam hari. Santri juga mendapatkan makan tiga kali sehari.

Kegiatan para santri dimulai pada pukul 04.26 fajar santri melakukan Shalat Subuh berjamaah dengan diimami oleh Ning Fatimatuz Zahra selaku pengasuh pondok Pesantren. Dan setelah selesai melakukan Shalat Subuh berjamaah para santri melakukan kajian kitab Tafsir Jalalain dan selain santri salaf, santri tahfidz mengulang hafalan Al-Qur'an. Pada jam 07.00 santri berangkat ke sekolah yang berada di lingkungan pondok. Kemudian pada jam 15.00 santri berangkat klasikal madin sampai jam 17.00 sore hari. pada jam 17.39 santri berangkat berjamaah Shalat Maghrib dan dilanjutkan mengaji Al-Qur'an. Saat waktu Shalat Isya' tiba para santri berjamaah bersama-sama dan dilanjutkan kegiatan nadhoman kitab kuning dan setelahnya makan malam. Pada jam 20.00 para santri bersiap berangkat mengikuti kegiatan malam sampai jam

21.00. kemudian semua santri belajar dan tidur pada jam 22.00.⁴

Tabel 4.2
Jadwal Kegiatan Malam
Pondok Pesantren Putri Al-Mustaqim

Hari	Jenis Kegiatan	Musyrifah
Sabtu	Tartilan	Usth. Fatimah Az-Zahra
Ahad	Khitobah	Petugas khitobah
Senin	Nadhoman	Sie. Kegiatan
Selasa	Ubudiyah	Ust Abdul Aziz
Rabu	Bathsul Masa'il	-
Kamis	Murojaah	Pengurus
Jum'at	Al-Barjanji Khataman Istighosah Al-Kahfi	

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Pelaksanaan Puasa Senin dan Kamis di Pondok Pesantren Al-Mustaqim

Kegiatan penelitian yang dilakukan penulis pada tanggal 11 agustus 2022 menemukan beberapa jawaban terkait dengan judul penelitian. Narasumber yang ditemui oleh peneliti di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara adalah kepada Pengasuh dan pengurus pondok pesantren, kemudian dilanjutkan wawancara dengan santri yang melakukan puasa senin kamis.

Pondok pesantren Al-Mustaqim seperti penjelasan diatas mempunyai jadwal yang padat dalam sehari. Dimana kegiatan yang dilakukan di pondok ini untuk mencetak santri agar bisa disiplin dalam kehidupannya. Dalam kehidupan bersosial di pondok pesantren, santri diajarkan hidup bertatakrama dengan lingkungannya. Makanya dari itu, santri di Pondok Pesantren Al-Mustaqim dibekali dengan pendidikan spiritual.⁵

⁴ Wawancara dengan Agfir Fajriyatussyahr (Seksi Kegiatan) pada tanggal 14 agustus 2022 jam 11.00

⁵ Hasil Observasi di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara, 10 Agustus 2022

Pendidikan spiritual merupakan pedoman hidup dalam hidup seseorang untuk memperkuat iman seseorang, upaya untuk menciptakan kebutuhan yang benar-benar alami untuk mengatur perilaku seseorang. Oleh karena itu, munculnya etika dapat mengantarkan individu pada nilai-nilai spiritualitas untuk menumbuhkan prinsip dan teladan hidup yang ideal, yang pada dasarnya dapat diperoleh dari iman yang benar dari sang pencipta.

Kiai Habiburrohman menjelaskan, di dalam kehidupan Pondok Pesantren banyak permasalahan yang dihadapi oleh beliau sebagai pengasuh. Beliau juga menjelaskan dengan adanya peraturan di dalam Pondok Pesantren mampu menjadikan kontrol diri santri dalam bertindak yang sesuai dengan lingkungan yang ada. Akan tetapi, para santri belum sepenuhnya menjalankan peraturan pondok pesantren itu sepenuhnya. Beliau menambahkan pelanggaran yang dilakukan santri biasanya bermacam-macam, salah satunya adalah berinteraksi dengan santri lawan jenis, membawa alat elektronik, tidak mengikuti kajian dan pelanggaran kecil lainnya. Dalam hal penanganan kasus pelanggaran santri pengurus dari pondok pesantren memberikan sebuah ta'ziran, yaitu dengan menyuruh berdiri saat kegiatan malam, mencuci sandal satu pondok, membaca satu juz Al-Qur'an dengan berdiri di halaman dan dzikir dengan disimak oleh pengurus.

Pondok pesantren Al-Mustaqim memang bukan mewajibkan santrinya untuknya melakukan rutinan Puasa Senin dan Kamis. Akan tetapi kebanyakan mereka banyak melaksanakan Puasa Senin dan Kamis setiap minggunya. Kiai Habiburrohman lebih lanjut, beliau lebih menganjurkan kepada para santrinya untuk melakukan puasa sunnah senin dan kamis dibanding melakukan puasa dalail yang sifatnya memberatkan santrinya.

Tentang tanggapan Puasa Senin dan Kamis, Kiai Habiburrohman mengatakan bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda dalam hadist:

صُومُوا تَصِحُّوا

Yang artinya adalah berpuasa maka kamu akan sehat. Beliau juga menjelaskan lebih lanjut hari senin adalah hari

yang mulia dimana Nabi Muhammad SAW lahir pada hari senin. Sedangkan pada hari kamis, adalah hari dimana pintu-pintu surga terbuka. Maka dari itu, alangkah baiknya jika kita bisa melakukan Puasa Sunnah Senin dan Kamis, dimana pada dua hari itu mempunyai keistimewaan.

Kiai Habiburrohman menambahi pengaruh dari Puasa Senin dan Kamis mempunyai banyak manfaat. Salah satunya adalah dengan puasa dapat membentuk pribadi yang baik, sehat jasmani dan rohaninnya dan dapat menangkal godaan dari hawa nafsu. Puasa Senin dan Kamis adalah dua hari yang sangat istimewa, pada kedua hari itu seluruh dosa-dosa yang diperbuat oleh umat muslim mendapatkan ampunan dari Allah SWT.⁶

2. Dampak Puasa Senin dan Kamis terhadap Pengendalian Diri Santri di Pondok Pesantren Al-Mustaqim

Para santri di Pondok Pesantren Al-Mustaqim mempunyai latar belakang yang berbeda-beda dan berasal dari daerah yang berbeda. Setiap anak mempunyai kondisi dan kemampuan yang berbeda. Sebagaimana yang dikatakan oleh mbak Ira sebagai Wakil Ketua di Pondok Pesantren Al-Mustaqim. Para santri mempunyai kedisiplinan dan pengendalian yang berbeda. Santri yang masih baru saja contohnya, mereka yang masih labil harus selalu diingatkan untuk berjamaah, kegiatan dan berhafalan yang mana hafalan ini adalah ciri khas dari Pondok Pesantren Al-Mustaqim.⁷

Santri dengan pengendalian diri yang rendah, masih membutuhkan bimbingan yang lebih. Mereka masih butuh arahan, contohnya saja saat kegiatan malam masih saja ada santri yang mandi, saat yasinan ada yang tidak mengikuti dan saat piket pondok masih harus diingatkan, seperti yang dikatakan oleh Mbak Ira.⁸

Pengendalian diri dalam diri para santri memang masih minim adanya, seperti yang dipaparkan oleh Mbak Lila Seksi Keamanan Pondok. Adanya peraturan pondok

⁶ Hasil Wawancara dengan Kiai Habiburrohman

⁷ Hasil Observasi Di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara

⁸ Hasil Wawancara Ira Khoiriyah (Wakil Ketua Pondok Pesantren Al-Mustaqim) pada tanggal 14 Agustus jam 13.00

memang dibuat agar mengatur para santri untuk mengikuti dan mentaati peraturan pondok. Mereka akan mendapat ta'ziran atau hukuman ketika mereka melakukan pelanggaran pondok. Akan tetapi, para santri dengan pengendalian diri yang rendah tidak menginginkan peraturan dan masih saja melakukan pelanggaran.⁹

Berdasarkan pemaparan wawancara diatas dengan pengurus di Pondok Pesantren Al-Mustaqim, peneliti melakukan wawancara kepada beberapa santri yang melakukan Puasa Sunnah Senin dan Kamis.

Tabel 4.3
Identitas Umum Narasumber

Narasumber	Jenis Kelamin	Usia
NI	P	18 Tahun
RP	P	18 Tahun
HP	P	17 Tahun
SF	P	16 Tahun
AH	P	16 Tahun
KK	P	17 Tahun
IM	P	15 Tahun
MM	P	15 Tahun

Dari daftar narasumber diatas merupakan santri di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara. Semua santri ini mempunyai latar belakang yang berbeda serta kondisi pengendalian diri yang berbeda.

Santri pertama, yang berinisial NI umur 18 Tahun rutin melakukan puasa sunnah senin dan kamis. Dalam kesehariannya di pondok, NI merupakan santri yang menekuni kitab salaf dan ia mendapat kewajiban dari pondok untuk menghafal tiap bait kitab Alfiyah. Pada awal pertama mondok di Al-Mustaqim, NI termasuk anak yang bangun lebih lambat saat akan berjamaah Shalat Subuh. Akan tetapi setelah rutin melakukan Puasa Senin dan Kamis, NI bisa bangun lebih awal untuk Shalat berjamaah. NI juga mulai rajin melakukan Shalat Sunnah. Setelah rutin melakukan Puasa Sunnah Senin dan kamis, NI mulai

⁹ Hasil Wawancara dengan Lila (Seksi Keamana Pondok Pesantren Al-Mustaqim) pada tanggal 14 agustus 2022 jam 13.50

mengintropeksi diri dan membenahi dirinya. Dulu NI mempunyai tingkat kesabaran yang rendah dan memilih mengeluarkan sisi emosional. Tetapi setelah rutin Puasa Senin dan Kamis, NI mulai menerapkan pada dirinya untuk mengelola emosi dan tidak terlalu membawa perasaan saat sesuatu masalah melandannya. NI berkata, puasa juga dapat berfungsi sebagai tameng pribadinya. Akan tetapi, walau sudah rutin melakukan Puasa Senin dan Kamis kadang kala NI diserang rasa bermalas-malasan yang membuatnya kewalahan dalam membenahi belajarnya.¹⁰

Santri yang kedua bernama RP berumur 18 tahun, pada awal mondok ia selalu menunda hafalan, sering menyepelkan hafalan dan bangun subuh lambat. Akan tetapi setelah melakukan rutin Puasa Sunnah Senin dan Kamis, ia sering menyendiri di suatu tempat untuk menghafalkan Al-Qur'an. Setelah rutin Puasa Senin dan Kamis, ia juga sering mengulang hafalan Al-Qur'an dan ia lebih giat untuk menyetorkan hafalannya pada ustadzah. RP juga berkata, sebelum ia rutin melakukan Puasa Sunnah Senin dan Kamis ia suka mengeluh dan frustrasi karena tidak bisa menghafalkan dengan lancar. RP juga melanjutkan, sekarang setelah rutin melakukan Puasa Senin dan Kamis dan menghayati makna Puasa Sunnah ia lebih bisa mengendalikan dirinya untuk tidak berlebihan dalam marah, lebih giat menghafalkan daripada banyak mengeluh dan mampu mengendalikan diri dengan baik.¹¹

Santri yang ketiga bernama HP berumur 17 tahun. Pada awal pertama mondok, ia mengatakan bahwa ia sering mengeluh karena tidak mendapatkan antrian mandi, mengeluh karena tidak lancar menghafalkan dan dulu ia juga sering bermalas-malasan mengikuti kegiatan pondok. HP berkata, dulu ia sangat sulit mengendalikan dirinya dan dulu ia juga sering menghabiskan waktu untuk bermalas-malasan. Tetapi setelah rutin melakukan Puasa Senin dan Kamis, ia lebih mudah mengendalikan dirinya kearah yang lebih baik lagi. HP menambahkan bahwa Puasa Sunnah juga mengajarkan kepada dirinya menyikapi segala hal

¹⁰ NI, Wawancara Oleh Penulis Transkrip, 10 Agustus 2022

¹¹ RP, Wawancara oleh Penulis Transkrip, 10 Agustus 2022

sesuatu kearah yang positif. Sekarang ia lebih rajin untuk berjamaah, berangkat mengaji kitab kuning lebih awal dan sekarang ia juga menghabiskan waktunya untuk mengulang hafalan. HP lebih lanjut, Puasa Sunnah Senin dan Kamis yang ia lakukan awalnya hanya untuk membayar hutang puasanya, tapi sekarang Puasa Sunnah Senin dan Kamis baginya saat bermanfaat bagi kesehatan fisik dan jasmaninya. Ia juga menambahi, dengan Puasa Sunnah Senin dan Kamis membuatnya dengan mudah mengontrol dirinya untuk lebih baik lagi.¹²

Santri yang keempat bernama SF yang berumur 16 tahun, awal-awal mondok SF juga suka mengeluh karena tidak bisa menghafalkan dengan lancar dan sering tersulut emosi. Ia mengatakan, dulu ia sering sengaja untuk terlambat shalat berjamaah dan dulu dia juga tidak mampu mengontrol dirinya sendiri. akan tetapi setelah melakukan Puasa Sunnah Senin dan Kamis, ia merasakan dampak Puasa Senin dan Kamis yang besar bagi kehidupannya. SF berkata dengan melaksanakan Puasa Sunnah Senin dan Kamis menjadikan diri pribadinya terbentuk kearah yang baik dan juga dapat mengontrol diri dari hawa nafsu. Walaupun setelah melakukan Puasa Senin dan Kamis ia masih sedikit susah mengendalikan diri, belum sepenuhnya bisa mengendalikan dirinya. Akan tetapi ia mencoba mengendalikan pikiran sebelum ia tersulut emosi. SF juga bisa merasakan dampak setelah melakukan Puasa Senin dan Kamis dalam hal menghafalkan kitab. Ia lebih bisa mengendalikan dirinya saat ingin mengeluh karena susah menghafal dan lebih memilih lebih giat untuk menghafalkan.¹³

Santri yang kelima bernama AH berumur 16 tahun, AH beranggapan dulu ia sering merasakan rasa malas untuk mengulang hafalan Al-Qur'an. Saat hendak mengulang hafalannya, beberapa menit kemudian ia merasa mengantuk dan lama kelamaan ia tertidur dan tidak jadi mengulang hafalan. AH juga menambahi, dulu ia sangat susah mengontrol emosinya dan menyepelkan

¹² HP, Wawancara Oleh Penulis Transkrip, 10 Agustus 2022

¹³ SF, Wawancara Oleh Penulis Transkrip, 10 Agustus 2022

kegiatan di pondok. Setelah rutin melakukan Puasa Senin dan Kamis ia dapat merasakan dampaknya dalam kehidupan kesehariannya. Sekarang ia akan lebih memilih untuk berpikir jernih terlebih dahulu sebelum bertindak. AH juga dapat mengendalikan dirinya dari perkara buruk yang melanggar peraturan pondok karena ia terbiasa dengan Puasa Sunnah Senin dan Kamis dimana diajarkan untuk menahan dari hawa nafsu. AH juga berkata walau setelah melakukan Puasa Senin dan Kamis ia masih merasa kurang bisa mengendalikan diri dalam hafalan, tapi AH tidak mau menyerah dan lebih fokus pada hafalan.¹⁴

Santri yang bernama KK mempunyai kebiasaan yang mana dulu ia sering meminjam barang temannya tanpa meminta izin dahulu. KK memang kata orang sekitar adalah orang yang acuh pada sekitarnya. Teman sekamarnya sering merasa jengkel terhadap perilaku KK. Sering sekali ia mendapatkan teguran dari temannya atas ulahnya itu, akan tetapi itu tak membuat KK berubah. Puasa Senin dan Kamis yang dijalani oleh KK menjadikan dirinya berubah sedikit demi sedikit. Awalnya setelah rutin melakukan Puasa ia masih meminjam barang temannya tanpa izin. Akan tetapi lama kelamaan hal itu mulai berubah dan menjadikan KK untuk berperilaku dan berpikir sebelum bertindak.¹⁵

Santri yang berikutnya bernama IM, dia yang dulu adalah santri yang sering melanggar peraturan pondok. Bahkan saat sedang liburan Pondok dan berada di rumah ia sering bertemu dengan lawan jenis. IM dulu juga sering mendapatkan hukuman karena pelanggaran peraturan Pondok lainnya. Dulu IM sering mendahulukan egonya tanpa berpikir panjang kedepannya. Seiring berjalannya waktu, IM merasa bahwa perilakunya tidak pantas dan ia mencoba menjadi orang baik. IM juga sekarang rajin melakukan Puasa Senin dan Kamis. IM menjelaskan dengan berpuasa ia lebih mampu mengendalikan dirinya dan mengarahkan dirinya kearah yang tidak negatif.¹⁶

¹⁴ AH, Wawancara Oleh Penulis Transkrip, 6 September 2022

¹⁵ KK, Wawancara oleh Penulis Transkrip, 6 September 2022

¹⁶ IM, Wawancara oleh penulis transkrip, 6 September 2022

MM santri yang mondok di Pondok Pesantren Al-Mustaqim. Dulu MM adalah anak yang sering mengalahkan temannya jika ada perdebatan. MM adalah orang yang tidak pernah akur dengan temannya. Ia sering bermusuhan dengan temannya karena sifatnya yang sangat tidak toleran pada sekitarnya. Akan tetapi lama kelamaan, MM menjadi anak yang baik terhadap sekitarnya karena seringnya ia rutin melakukan Puasa Senin dan Kamis. Puasa yang mengajarkan dirinya untuk menjadi pribadi yang lebih baik serta memiliki perilaku yang baik.¹⁷

Dalam pemaparan wawancara yang dilakukan oleh peneliti diatas. Menjelaskan bahwa dampak dari Puasa Senin dan Kamis terhadap pengendalian diri santri sebelum dan sesudah melakukannya. Menunjukkan dampak dari Puasa Senin dan Kamis terhadap pengendalian diri dalam diri santri membawa perubahan kepada santri yang melakukannya meskipun tidak sepenuhnya dan masih perlu adanya pengendalian diri dari dalam diri santri itu sendiri.

C. Analisis Data Penelitian

1. Analisis Pelaksanaan Puasa Senin Dan Kamis Di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara

Kegiatan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Hasil penelitian yang dipaparkan dengan menggunakan metode observasi wawancara dan dokumentasi dari pihak terkait yang berada di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara. Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara memang tidak mengkhususkan Puasa Senin Dan Kamis untuk dilakukan para santrinya tiap minggu. Para santrilah yang melakukannya dari kesadaran diri mereka melakukan Puasa Sunnah setiap minggunya.

Adapun pelaksanaan Puasa Senin dan Kamis Di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara dilakukan oleh kemauan para santri sendiri dan tanpa paksaan dari pihak manapun. Seperti pendapat McCown, mengatakan bahwa alasan utama seseorang melakukan sesuatu adalah dorongan yang disebut motivasi, yang merupakan faktor

¹⁷ MM, Wawancara oleh Penulis Transkrip, 6 September 2022

yang melekat pada diri individu melakukan tindakan untuk mencapai tujuan. Motivasi intrinsik yang berkelanjutan untuk mendorong perilaku yang diharapkan dan menciptakan dampak positif.¹⁸

Puasa Senin dan Kamis yang dilakukan setiap hari Senin dan Kamis bertujuan juga bagi santri untuk dapat mengarahkan diri mereka kearah yang lebih baik. Puasa bagi mereka juga akan dapat mendekatkan diri mereka kepada Allah SWT untuk dilancarkan dalam menimba ilmu di Pondok Pesantren.

2. Analisis Dampak Puasa Senin dan Kamis terhadap Pengendalian Diri Santri Di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara

Dari hasil data penelitian yang didapatkan oleh peneliti di lapangan penelitian. Para santri yang mondok di Pondok Pesantren Al-Mustaqim Bugel Jepara mempunyai permasalahan berbeda dalam pengendalian diri mereka. Puasa Sunnah Senin dan Kamis yang dilakukan oleh mereka sangat berdampak besar bagi pengendalian diri. Puasa Sunnah Senin dan Kamis Juga bermanfaat bagi kesehatan baik jasmani maupun rohani.

Dampak bagi santri melakukan Puasa Sunnah Senin dan Kamis juga dapat mendidik pribadi mereka. Dimana Puasa Sunnah mampu melatih kesabaran seseorang yang berpuasa. Sedangkan sabar termasuk pengendalian diri yang harus dikembangkan dimanapun kita berada.¹⁹ Pengendalian diri termasuk dalam kategori kesabaran dengan tingkatan tertinggi dalam Islam. Ibnu Qoyyim Al-Jauziyah berpendapat bahwa kesabaran yang tinggi adalah sesuatu yang diinginkan manusia dalam arti bersabar terhadap hal-hal yang diinginkan oleh Allah SWT demi kebahagiaan di kehidupan selanjutnya.²⁰ Seperti yang dikatakan M. Nur Ghufroon dan Rini Risnawati, dimana pengendalian diri merupakan cara individu mengarahkan diri kearah perilaku yang positif. Pengendalian diri ini

¹⁸ Mu'arifah and Martaniah, "Hubungan Keteraturan Menjalankan Sholat Dan Puasa Senin Kamis Dengan Agresivitas."

¹⁹ Hasil Wawancara dari Narasumber

²⁰ Alaydrus, "Membangun Kontrol Diri Remaja Melalui Pendekatan Islam Dan Neuroscience."

mencakup potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu dalam kehidupan.²¹

Peneliti juga menemukan bahwa santri berpendapat bahwa Puasa Sunnah dapat membentuk kepribadian dalam diri kearah yang positif. Hal ini termasuk juga manfaat dari Puasa Sunnah, dimana Puasa pada hari Senin dan Kamis dapat membangun moral seseorang. Proses pembinaan akhlaq adalah untuk mencapai tingkat ketakwaan, tingkat tertinggi di sisi Allah SWT. lebih tepatnya puasa mencegah dari berbuat dosa dan maksiat.²²

Dalam menghadapi problema kehidupan di dunia, apalagi santri yang hidup bersama-sama dalam satu tempat. Menjadikan santri menerapkan dalam kehidupan untuk mengendalikan amarah dalam hidup bersosial. Selain membentuk kepribadian yang baik, manfaat puasa juga bisa mengendalikan amarah. Ini karena orang yang berpuasa perlu menyikapi perilaku negatif dengan bijak agar dapat memetik manfaat puasa sepenuhnya. Oleh karena itu, orang yang berpuasa harus bisa mengendalikan amarahnya.²³

Dari hasil wawancara dengan santri yang melakukan Puasa Sunnah Senin dan Kamis, dampak dari Puasa Sunnah Senin dan Kamis yaitu termasuk mendidik pribadi mereka, dimana mendidik adalah sebuah proses mengatur fisik, psikis dan perilaku seseorang dalam rangka membentuk dirinya. Sependapat dengan definisi pengendalian diri dari Calhoun dan Acocella, diharapkan pengendalian diri individu dapat mengendalikan dan mengarahkan perilakunya sesuai dengan situasi dan kondisi untuk mengembangkan keterampilan sosialnya untuk mengendalikan sikap.²⁴

²¹ zulfah, "Karakter: Pengendalian Diri."

²² Hidayati, "Riyadhah Puasa Sebagai Model Pendidikan Pengendalian Diri Untuk Pemenuhan Kebutuhan Fisiologis."

²³ Aminah, Walad, and Shodiqin, "Pengaruh Puasa Sunnah Hari Senin Dan Kamis Terhadap Karakter Religius Siswa."

²⁴ Pujawati, "HUBUNGAN KONTROL DIRI DAN DUKUNGAN ORANG TUA DAN PERILAKU DISIPLIN PADA SANTRI."

Meski memang kesadaran mengendalikan diri berasal dari diri sendiri. Akan tetapi, dengan berpuasa Sunnah Senin dan Kamis juga berdampak pada pengendalian diri manusia. Di dalam puasa terdapat aspek pengendalian diri, karena inti dari puasa adalah pengendalian diri dari hal-hal yang dilarang ketika berpuasa, jadi puasa berisikan latihan kesabaran, latihan ketekunan serta pendidikan hati bagi manusia. Puasa juga sebagai upaya pengendalian diri dari tindakan yang merugikan.²⁵ Dalam Hadist Nabi Muhammad SAW bersabda:

لَيْسَ الصَّيَّامُ مِنَ الْأَكْلِ وَالشُّرْبِ، إِنَّمَا الصَّيَّامُ مِنَ اللَّغْوِ
وَالرَّفَثِ

Artinya: “Bukanlah puasa itu hanya (menahan) dari makan dan minum, tetapi puasa itu (juga menahan) perkataan-perkataan kotor dan caci maki.” (HR. Ibnu Khuzaimah)

Dalam riwayat lain, Rasulullah SAW bersabda:

لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصَّارِعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ
الْغَضَبِ

Artinya: “Orang yang kuat bukanlah orang yang pandai bergulat. Orang yang kuat adalah orang yang mampu menahan dirinya saat marah.” (HR. Ahmad dan Ibnu Hibban).

Inti dari puasa adalah pengendalian diri. Dalam arti menghindari rasa lapar, haus, marah atau keinginan buruk lainnya. Memang sulit untuk mengendalikan diri, namun sebenarnya dibalik kesulitan kita dalam melawan hawa nafsu tersebut ada hikmah yang luar biasa.²⁶

Oleh karena itu, Puasa yang dalam artian juga bermakna menghindari hawa nafsu dan membimbing manusia ke jalan yang benar. Maka, Puasa Senin dan Kamis juga bermanfaat untuk pengendalian diri dengan

²⁵ Muhopilah, Gamayanti, dan Kurniadewi, “Hubungan Kualitas Puasa Dan Kebahagiaan Santri Pondok Pesantren Al-Ihsan.”

²⁶ Rahmi, “Puasa Dan Hikmahnya Terhadap Kesehatan Fisik Dan Mental Spiritual,” January 2015.

hasil yang dicapai yaitu, memungkinkan seseorang mampu bersabar dalam menghadapi cobaan, juga memungkinkan orang tersebut mempunyai kepribadian perilaku yang lebih disiplin dan orang tersebut juga mampu mengontrol emosi dengan baik.

