

## PEMBENTUKAN KARAKTER SANTRI MELALUI PUASA SUNNAH SENIN KAMIS DI PONDOK PESANTREN MODERN AN-NUQTHAH KOTA TANGERANG

Khaerunisa<sup>1</sup>, Mohamad Zaenal Arifin<sup>2</sup>  
Sekolah Tinggi Agama Islam Binamadani<sup>1,2</sup>  
khairnisa1704@gmail.com<sup>1</sup>, mzaenal@stai-binamadani.ac.id<sup>2</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini untuk mengetahui upaya pembentukan karakter santri yang dilakukan di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthan Kota Tangerang melalui pelaksanaan ibadah puasa sunnah Senin Kamis. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif lapangan dan metode yang digunakan bersifat deskriptif analisis karena data yang dianalisis tidak untuk menerima atau menolak hipotesis melainkan hasil analisis itu berupa deskriptif dari data-data yang didapatkan. Metode pengumpulan datanya diperoleh dari observasi, dokumentasi, dan wawancara. Sumber data diperoleh dari narasumber pengurus, pengajar, dan santri. Analisis data dilakukan dengan menyeleksi dan menyusun data yang diperoleh, kemudian diolah dan dianalisis sehingga dapat ditarik kesimpulan. Hasil penelitian menemukan bahwa upaya membentuk karakter melalui ibadah puasa sunnah Senin dan Kamis di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthan diawali dengan tahap mengharuskan santri untuk berpuasa sunnah Senin Kamis secara istiqamah. Dalam hal pelaksanaannya, dimulai dengan santri melaksanakan secara bersama-sama kegiatan sahur di dapur umum, melaksanakan shalat Tahajud dan shalat Subuh berjama'ah di masjid, berpuasa di siang hari dan berbuka puasa bersama di masjid serta dilanjutkan dengan melaksanakan shalat Magrib berjama'ah di masjid. Kesimpulan penelitian ini bahwa pelaksanaan puasa sunnah Senin Kamis secara rutin menjadikan santri memiliki karakter disiplin, tanggung jawab, peduli, empati, jujur, dan religius (taat menjalankan ibadah kepada Allah Swt).

Kata kunci: Karakter Santri, Puasa Sunnah Senin Kamis, Pondok Pesantren

**Abstract:** *This research is to find out the efforts to form the character of students carried out at the An-Nuqthan Modern Islamic Boarding School, Tangerang City through the implementation of sunnah fasting on Monday Thursday. This type of research is a qualitative field research and the method used is descriptive analysis because the data analyzed is not to accept or reject hypotheses but the results of the analysis are descriptive from the data obtained. The data collection method was obtained from observation, documentation, and interviews. Data sources were obtained from resource persons for administrators, teachers, and students. Data analysis is carried out by selecting and compiling the data obtained, then processed and analyzed so that conclusions can be drawn. The results of the study found that efforts to form character through Monday and Thursday sunnah fasting at the An-Nuqthan Modern Islamic Boarding School began with the stage of requiring students to fast on Monday and Thursday in an istiqamah manner. In terms of implementation, it starts with students carrying out suhoor activities together in the public kitchen, carrying out Tahajud prayers and Fajr prayers in congregation at the mosque, fasting during the day and breaking the fast together at the mosque and continuing with the Maghrib prayer in congregation at the mosque. The conclusion of this study is that the implementation of sunnah fasting on Monday and Thursday routinely makes students have the character of discipline, responsibility, care, empathy, honesty, and religion (obediently carrying out worship to Allah Swt).*

Keywords: *Character of Santri, Sunnah Fasting Monday Thursday, Islamic Boarding School*

### PENDAHULUAN

Setiap ibadah yang disyaratkan Allah kepada manusia pasti mengandung makna. Makna yang dimaksud adalah manfaat yang kembali kepada orang yang melakukannya, apakah itu manfaat langsung maupun tidak langsung, apakah itu manfaat di dunia maupun di akhirat.<sup>1</sup> Secara filosofis, ibadah dalam Islam tidak semata-mata bertujuan untuk

---

<sup>1</sup> Miftah Farid, *Ibadah Karya Makna*, Jakarta: Gema Insani, 2007, h. 1.

menyembah Allah. Sebab, disembah maupun tidak disembah Allah tetaplah Allah. Esensi ketuhanan-Nya tidak akan berkurang meskipun seluruh manusia dan yang ada di dunia ini tidak menyembah-Nya. Ibadah merupakan upaya untuk mendekatkan diri kepada Allah.<sup>2</sup>

Secara etimologi, puasa artinya *al-imsak* yang berarti menahan, yakni menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa seperti makan, minum, dan bersenggama sejak terbit fajar hingga terbenamnya matahari dengan niat karena Allah dan disertai dengan syarat-syarat. Walaupun pengertian secara bahasa dan istilah demikian, namun puasa yang dimaksud tidak hanya sekedar menahan diri dari hal-hal yang membatalkan puasa yang sifatnya dzahir saja, lebih dari itu puasa berarti menahan diri dalam arti yang sangat luas, yakni menjaga seluruh anggota tubuh kita dari hal-hal yang tidak sesuai dengan syari'atnya, bahkan bagi orang-orang *ahlul ma'rifah* puasa juga menghindarkan diri dari memikirkan selain-Nya. Oleh karena itulah wajar jika puasa merupakan takwa bagi orang-orang yang beriman. Sebagaimana Allah berfirman di dalam al-Qur'an:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (١٨٣)

*Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa (al-Baqarah/2: 183)*

Ayat di atas secara tegas menjelaskan bahwasanya puasa merupakan sarana terbesar dalam mendapatkan derajat ketakwaan. Puasa sarat dengan nilai-nilai luhur yang mengarah pada pengembangan dan perbaikan aspek spiritual, psikis, dan fisiologis pelakunya. Internalisasi nilai-nilai puasa pada diri pelakunya itulah yang menjadikan dirinya menjadi orang yang bertakwa. Dipandang dari segi aspek spiritual, hakikat berpuasa bukanlah semata menahan lapar dan minum secara lahiriyah, namun merupakan upaya meneladani sebagian sifat-sifat mulia Allah Swt. Tidak makan dan minum, tidak berhubungan suami istri, memberi makan orang lain (saat berbuka puasa), menebar kasih sayang merupakan sekian diantara sifat-sifat-Nya. Upaya peneladanan ini dapat menghadirkan kesadaran untuk senantiasa meniti jalan kebenaran, menghiasi perilaku dengan akhlak mulia, gemar mengerjakan ketaatan pada-Nya, dan takut terperosok ke dalam kemaksiatan. Semua ini merupakan cerminan perilaku ketakwaan.<sup>3</sup>

Dari hal di atas dapat dijelaskan lebih lanjut bahwa puasa memiliki hubungan erat dengan karakter manusia. Karakter adalah bentuk watak, tabiat, akhlak, yang melekat pada pribadi seseorang yang terbentuk dari hasil internalisasi yang digunakan sebagai landasan untuk berfikir dan berperilaku sehingga menimbulkan suatu ciri khas pada individu tersebut. Karakter individu akan berkembang dengan baik, apabila memperoleh penguatan yang tepat, yaitu berupa pendidikan.<sup>4</sup> Pendidikan karakter adalah sebuah usaha untuk mendidik anak-anak agar dapat mengambil keputusan dengan bijak dan mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari, sehingga mereka dapat memberikan kontribusi yang positif kepada lingkungannya.<sup>5</sup>

<sup>2</sup> Hilmi Al-Kuhli, *Menyingkap Rahasia Gerakan Shalat*, Yogyakarta: Diva Pres, 2007, h. 98.

<sup>3</sup> M. Quraish Shihab, *Wawasan al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996, h. 531. Juga: Abû Bakar Jâbir al-Jazâirî, *Aisar at-Tafâsîr li Kalâm al-Âlîy al-Kabîr*, Mesir: Dâr al-'Alâmiyyah, 2007, jilid 1, h. 48.

<sup>4</sup> Binti Maunah, "Implementasi Pendidikan Karakter dalam Pembentukan Kepribadian Holistik Siswa", *Jurnal Pendidikan Karakter*, Volume V No. 1 2015, h. 92.

<sup>5</sup> Dharma Kesuma, *Pendidikan Karakter: Kajian Teori dan Praktik di Sekolah*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2012, h. 5.

Pondok Pesantren merupakan lembaga pendidikan yang tetap istiqomah dan konsisten melakukan perannya sebagai pusat pendalaman ilmu-ilmu agama. Pondok pesantren bisa dipandang sebagai lembaga ritual, lembaga pembinaan mental, lembaga dakwah, dan yang paling populer adalah sebagai institusi pendidikan Islam yang mengalami romantika kehidupan dalam menghadapi berbagai tantangan internal maupun eksternal.<sup>6</sup> Namun dengan kemajuan teknologi dan informasi yang sudah tak terkendali, yang mengakibatkan berbagai macam perkembangan dan perubahan dalam lini kehidupan manusia, baik yang positif maupun yang negatif, tentunya merombak perilaku manusia pada zaman ini.

Melalui program-program keagamaan yang dicanangkannya, pesantren berupaya dengan sungguh-sungguh membentuk karakter baik pada diri santrinya. Hal ini seperti dilakukannya puasa sunnah Senin Kamis oleh para santri di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah Kota Tangerang. Hasil observasi yang dilakukan peneliti bahwa pada Pondok Pesantren ini santri dibiasakan untuk berpuasa sunnah senin dan kamis. Menurut Faqihudin, selaku bagian peribadatan bahwa program tersebut telah lama dilaksanakan dan tujuan utama yang ingin diraih adalah membina ketaatan ibadah pada diri santri serta menumbuh-kembangkan berbagai karakter seperti disiplin, istiqamah beribadah, kesabaran, tanggung jawab, dan lainnya.<sup>7</sup>

Sepanjang penelusuran peneliti, pembahasan tentang peran puasa dalam membentuk karakter telah banyak dilakukan. Di antaranya, penelitian Masitah yang menjelaskan bahwa puasa sunnah Senin Kamis memiliki peranan dalam meningkatkan kecerdasan spiritual siswa. Hal ini dapat dilihat dari tercapainya nilai-nilai kecerdasan spiritual yang dimiliki siswa seperti kemampuan sikap fleksibel dan tanggap, memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, mampu bersikap jujur, sabar, dermawan, sederhana dan memiliki empati.<sup>8</sup> Nuraeni juga mengemukakan bahwa ibadah puasa mampu menghasikan para santri yang mampu mengendalikan diri sendiri dalam setiap pemikiran dan tindakan.<sup>9</sup> Juga Munir menjelaskan bahwa ketaatan ibadah puasa mampu membuat seseorang menghiasi dirinya dengan beberapa akhlakul karimah dan nilai-nilai religius.<sup>10</sup>

Kesamaan pembahasan penelitian di atas terletak pada objek penelitian, yaitu sama-sama meneliti tentang peran puasa sunnah Senin Kamis, namun berbeda dari segi subjek penelitian. Pada penelitian di atas, subjek penelitian yang diteliti adalah siswa atau santri tingkatan Aliyah atau Menengah Atas, sedangkan pada penelitian ini untuk tingkatan Menengah Pertama. Dengan demikian, penelitian memiliki sisi pembeda dengan penelitian-penelitian lain yang telah dilakukan sebelumnya.

---

<sup>6</sup> Abdullah Syukri Zarkasyi, *Gontor dan Pembaharuan Pendidikan Pesantren*, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada: 2005, h. 1.

<sup>7</sup> Wawancara dengan bagian Ibadah Pesantren Modern An-nuqthah, Ust. Faqihuddin, Tangerang, 19 Januari 2023

<sup>8</sup> Umi Masitah, *Peranan Puasa Sunnah Senin Kamis dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas IX Madrasah Aliyah Nurul Ummah*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2019.

<sup>9</sup> Nuraeni, *Makna Puasa Sunnah Bagi Santri Assalafiah Seleman Yogyakarta*, Yogyakarta: UIN Yogyakarta: 2014.

<sup>10</sup> Fadhul Munir, *Nilai-nilai Religius Ibadah Puasa dalam Mengembangkan Ketaatan Ibadah*, Lampung: UIN Lampung, 2017.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *field research* (penelitian lapangan). Secara terminologi penelitian pendekatan kualitatif merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan pelaku yang diamati.<sup>11</sup> *Field research* berarti penelitian yang langsung dilakukan di lapangan atau responden, tujuannya adalah untuk mencari, menunjukkan atau membuktikan adanya hubungan antara fakta dan teori.<sup>12</sup> Sumber data pada penelitian ini diambil secara langsung kepada narasumber yakni pengurus bagian ibadah dan santri di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah. Sementara sumber sekundernya bersumber dari literatur kepustakaan yang memiliki keterkaitan dengan pembahasan.

Peneliti menggunakan analisis data berupa reduksi data dengan mengumpulkan seluruh data, informasi dan dokumentasi di tempat penelitian. Setelah terkumpul seluruh data maka peneliti melakukan proses pemilihan, dan penyederhanaan tentang data yang berkaitan dengan pembahasan penelitian. Untuk memudahkan penyimpulan data-data yang telah didapat, maka diadakan reduksi data. Peneliti melakukan reduksi data dengan mengumpulkan semua catatan di lapangan yaitu di Pesantren Modern An-Nuqthah, kemudian dianalisis dengan cermat dan lugas, kemudian menyisihkan data lapangan yang tidak sesuai dengan fokus penelitian, terakhir peneliti menarik kesimpulan penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pendidikan Karakter dalam Ibadah Puasa

Puasa menurut bahasa berarti menahan. Maksud menahan di sini adalah menahan diri dari segala hal yang membatalkan puasa, mulai dari fajar hingga matahari terbenam dan disertai dengan niat.<sup>13</sup> Puasa merupakan pendidikan bagi fisik, psikis, dan jiwa manusia. Hal ini dikarenakan pencegahan dari makan dan minum, sejak sebelum fajar hingga terbenamnya matahari pada semua hari bulan Ramadhan merupakan latihan bagi manusia dalam melawan dan menundukkan hawa nafsunya. Dengan ini, dapat tertanam semangat ketakwaan pada dirinya. Puasa juga dapat menghindarkan diri dari berbagai maksiat sebab puasa bisa menundukan hawa nafsu yang mendorong tindakan maksiat. Puasa juga merupakan latihan bagi manusia yang bersabar dalam menahan lapar, haus, dan mencegah hawa nafsu. Selanjutnya, kesabaran yang dipelajari dari puasa akan diterapkannya dalam seluruh aspek kehidupannya.

Secara umum, berdasarkan hal di atas nampak bahwa puasa merupakan ibadah yang memiliki hubungan dengan pendidikan karakter. Apabila dilihat dari sisi spiritualitas, hakikat berpuasa tidaklah terletak pada upaya fisik atau badan untuk menahan rasa haus dan lapar yang dialaminya. Akan tetapi terletak pada hakekat untuk mencontoh sifat-sifat mulia yang dimiliki Allah Swt. seperti tidak makan dan minum, tidak berhubungan suami istri, memberi makan orang lain (saat berbuka puasa), dan menebarkan rasa kasih sayang terhadap manusia. Seseorang yang berupaya dengan sungguh-sungguh meneladani sifat-

---

<sup>11</sup> Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung, Remaja Rosda Karya, 2014 h. 4.

<sup>12</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013, h. 277.

<sup>13</sup> Sayyid Sabiq, *Fiqh Sunnah Jilid II Pena Ilmu dan Amal*, Jakarta Pusat: Cempaka Putih, 2013, h. 189.

sifat Allah Swt tersebut akan memiliki kesadaran untuk selalu berada dalam jalan kebenaran dan jiwanya akan selalu terjaga dari dosa dan maksiat.<sup>14</sup>

Demikian juga halnya, puasa yang dilakukan oleh seseorang karena didorong oleh niat yang tulus dan ikhlas hanya mengharap ridho dan balasan dari Allah Swt akan melahirkan kesadaran spiritual pada diri. dalam beraktifitas sehari-hari ia akan merasa dalam perlindungan dan pengawasan Allah Swt. Hal tersebut akan menjadikan diri orang tersebut selalu berhati-hati dan menjaga segala ucapan dan tindakan yang dilakukan agar jangan sampai menyalahi perintah Allah Swt. Apabila kondisi semacam ini selalu dijaga maka orang tersebut akan terpelihara dari dorongan hawa nafsu yang menyesatkan dan dosa serta maksiat. Hal ini sebagaimana diisyaratkan oleh hadits di bawah ini:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ صَامَ رَمَضَانَ إِيمَانًا وَاحْتِسَابًا غُفِرَ لَهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِهِ. رواه البخاري<sup>15</sup>

*Dari Abu Hurairah ra bahwasanya Rasulullah Saw bersabda: Barang siapa yang menunaikan puasa Ramadhan dengan dilandasi rasa iman dan penuh perhitungan, maka akan diampuni dosa-dosanya di masa lampau. (HR. Bukhari)*

Selain itu, puasa juga memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental dan spiritual pelakunya. Salah satu indikator sehatnya mental dan spiritual yang dihasilkan dari menjalankan ibadah puasa adalah memiliki makna dan tujuan hidup. Sebagaimana diketahui, ibadah puasa melatih seseorang untuk memiliki rasa peduli, empati, dan kasih sayang pada penderitaan orang lain. Ketika seseorang memiliki rasa peduli dan empati dalam dirinya, ia akan mudah dan ringan mengulurkan bantuan terhadap orang lain dan rela berkorban meringankan penderitaan dan kesusahan orang lain. Kesediaan membantu dan meringankan penderitaan orang lain inilah yang akan memunculkan perasaan bahwa hidup orang tersebut bernilai dan bermanfaat bagi orang lain. Semakin banyak orang lain yang ia tolong atau bantu maka rasa bahwa hidupnya bernilai dan bermakna akan semakin besar pula. Hal tersebut akan membuat mental dan spiritualnya merasa bahagia, tentram, dan damai.<sup>16</sup>

Puasa juga berkaitan erat dengan kesehatan psikis. Hal ini karena hakekat puasa berupa menahan hawa nafsu berkaitan erat dengan kestabilan emosi seseorang. Sewaktu berpuasa, seseorang dilarang keras untuk marah, berbohong, emosional, dan lainnya. Dengan demikian, puasa berfungsi sebagai benteng yang melindungi pelakunya dari *stressor psiko-sosial* (pemicu stres) seperti perilaku jahat orang lain, amarah orang lain, dan lainnya. Maka dengan tidak menanggapi atau merespon *stressor psiko-sosial* (pemicu stres) tersebut, psikis seseorang akan tenang, tidak stres, apalagi mengalami depresi.<sup>17</sup>

Kestabilan emosi didapat seseorang yang berpuasa dari kemampuannya dalam menghayati makna puasa dan mengerjakannya sesuai tuntutan syariat. Ketika berpuasa, seseorang tidak hanya dituntut untuk meninggalkan larangan-larangan yang bersifat

<sup>14</sup> M. Quraish Shihab, *Wawasan al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat ...*, h. 531. Juga: Abû Bakar Jâbir al-Jazâirî, *Aisar at-Tafâsîr li Kalâm al-Âlîy al-Kabîr ...*, jilid 1, h. 48.

<sup>15</sup> Manshûr Âli Nâshif, *at-Tâj al-Jâmi' li Ushûl fi Ahlâdits ar-Rasûl*, Volume II, Kairo: Dâr al-Fikr, 1975, h. 48.

<sup>16</sup> Imam Musbikin, *Melogikakan Rukun Islam, Bagi Kesehatan Fisik dan Psikologi Manusia*, Yogyakarta: Diva Press, 2008, h. 172.

<sup>17</sup> Imam Musbikin, *Obati Kankermu Dengan Mukjizat Puasa*, Yogyakarta: Sabil, 2013, h. 89.

lahiriah, namun juga yang bersifat batiniah, seperti berkata bohong, bersikap kasar, menyinggung perasaan orang lain, marah, dan sebagainya. Hal ini sebagaimana disinggung Nabi Saw dalam sabdanya:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ وَالْجَهْلَ فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ فِي أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشَرَابَهُ. رواه البخاري<sup>18</sup>

*Dari Abu Hurairah ra bahwasanya Rasulullah Saw bersabda: Barang siapa yang tidak meninggalkan perkataan dusta dan bertindak bodoh, maka Allah tidak akan menerima amal itu (puasa) yang meninggalkan makan dan minumannya. (HR. Bukhari)*

Tindakan dan upaya yang sungguh-sungguh untuk meninggalkan larangan-larangan di atas sejatinya menjadi sarana latihan seseorang untuk mampu mengontrol dan mengendalikan diri dan emosinya. Sehingga ia memiliki kemampuan bertahan dan sabar terhadap berbagai beban hidup dan tekanan yang dialami.<sup>19</sup> Ia tidak mudah terpancing oleh keadaan yang tidak menyenangkan hatinya dan terbawa emosi atas perilaku buruk orang lain terhadap dirinya. Keharusan seseorang yang berpuasa untuk memiliki daya kontrol atas emosi dan dirinya kembali ditegaskan oleh Rasulullah Saw dalam sabdanya:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ الصَّيَّامُ حُنَّةٌ فَإِذَا كَانَ أَحَدُكُمْ صَائِمًا فَلَا يَرْفُثْ وَلَا يَجْهَلْ فَإِنْ امْرُؤٌ قَاتَلَهُ أَوْ شَاتَمَهُ فَلْيَقُلْ إِنِّي صَائِمٌ إِنِّي صَائِمٌ. رواه البخاري ومسلم<sup>20</sup>

*Dari Abu Hurairah ra. bahwasanya Rasulullah Saw bersabda: Puasa itu merupakan perisai. Oleh karena itu, hendaklah salah seorang diantara kalian tidak berkata kotor ketika dia menunaikan ibadah puasa dan hendaklah juga tidak bertindak bodoh! Apabila ada orang yang menggangukannya, hendaklah dia berkata, sesungguhnya aku sedang berpuasa. (HR. Bukhari dan Muslim)*

Secara tegas hadits di atas menyatakan bahwa puasa merupakan perisai (benteng) pertahanan yang melindungi pelakunya dari gangguan-gangguan kejiwaan. Hal ini terjadi jika pelaku puasa tidak membiarkan dirinya jatuh pada melakukan perbuatan-perbuatan yang tidak baik dan tidak memberikan respon negatif terhadap perlakuan buruk yang ditujukan terhadap dirinya. Sebaliknya, hendaknya ia memiliki kemampuan bersabar, kemauan tidak membalas perbuatan buruk orang lain, tidak terbawa emosi, mengendalikan amarah, dan sebagainya. Dengan mengambil sikap dan tindakan positif ini, maka orang yang berpuasa akan terhindar dari gangguan kejiwaan, seperti mudah tersinggung, frustrasi, lekas marah, depresi, stress, dan lainnya.

Selain itu, berdasarkan isyarat hadits di atas, secara psikis muatan puasa juga efektif dalam mengatasi kegelisahan dan kekhawatiran terkait masa depan dan problem kehidupan. Hal ini karena puasa menanamkan dalam diri pelaku puasa sikap optimisme dan pengharapan terkait limpahan rahmat dan balasan pahala yang diberikan Allah Swt di akherat kelak. Secara psikologis, adanya harapan dan optimisme dalam jiwa seseorang akan memotivasi dirinya semangat dalam beramal, mampu bertahan dari kesulitan hidup,

<sup>18</sup> Abî 'Abd Allâh Muḥammad Ibn Ismâ'îl al-Bukhârî, *Shahîh al-Bukhârî*, Hadits ke 935, jilid 2, Malaysia: Klang Book Centre, 1997, h. 213.

<sup>19</sup> Muḥammad 'Utsmân Najâtî, *Al-Qur'ân wa 'Ilm an-Nafs*, Kairo: Dâr asy-Syurûq, 1992, h. 462.

<sup>20</sup> Abû Zakariya Yahya bin Syaraf an-Nawawî, *Shahîh Muslim fî Syarh an-Nawawî*, Kairo: al-Mathba'ah al-Mishriyah wa Makbatuh, t.th., jilid 2, h. 1216.

dan tegar menghadapi tantangan. Kalaupun hidup ini berjalan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, ia tidak akan mengeluh dan menyesal karena yakin di akherat kelak ia mendapatkan apa yang dijanjikan Allah Swt; rahmat, pahala, dan surga-Nya.<sup>21</sup>

Puasa adalah ibadah yang cukup sederhana, namun memiliki karakter kuat untuk membentuk kepribadian pelakunya. Di antara karakter ibadah puasa menurut al-Jurjawi sebagaimana dikutip oleh Faridl adalah sebagai berikut:

- a. Sesungguhnya berpuasa menguatkan hasrat dan memenangkan rasio dari syahwat. Jika manusia telah rela mengenai hal itu dengankereleaan yang sempurna, dan kekuasaannya dengan akal bukannya nafsu, maka ia merupakan *super power* yang dapat menjadikannya sebagai manusia terbaik.
- b. Menyelidiki Allah dan merasa malu pada-Nya. Sesungguhnya jika engkau menginginkan sesuatu sementara engkau berpuasa, maka engkau akan meninggalkannya karena Allah. Sehingga, pengawasan Allah itu terdidik dalam diri kita. Jika semua manusia telah memiliki kontrol jiwa ini, maka tidak akan ditemukan kejahatan, yang kuat tidak dapat memperbudak yang lemah. Dunia menjadi surga dalam ketenangannya, dalam kebeningannya, dan suci hati di dalamnya.
- c. Ingat dengan keadaan orang miskin sehingga bisa peduli dan kasihan kepada mereka. Tidak dapat mengenali keadaan orang yang bahaya kecuali orang yang ditimpa bahaya. Tidak dapat merasakan keadaan orang yang lapar kecuali orang yang pernah lapar. Dan tidak dapat merasakan sakit kecuali orang yang susah.<sup>22</sup>

Karakter puasa yang demikian di atas, tentu sangat relevan apabila digunakan sebagai sarana membentuk karakter santri. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), karakter diartikan dengan tabi'at, sifat-sifat kejiwaan, akhlak atau budi pekerti yang membedakan seseorang dengan yang lain, dan watak.<sup>23</sup> Mengingat pentingnya karakter dalam kehidupan manusia, maka hendaknya pendidikan karakter harus merupakan suatu proses yang berkelanjutan dan tak pernah berakhir sehingga menghasilkan perbaikan yang berkesinambungan. Sebagaimana ditegaskan oleh Mulyasa bahwa pendidikan karakter merupakan upaya untuk membantu perkembangan jiwa anak-anak baik lahir maupun bathin, dari sifat kodratnya menuju kearah peradaban yang manusiawi dan lebih baik.<sup>24</sup>

### **Pelaksanaan Ibadah Puasa Sunnah Senin dan Kamis Untuk Membentuk Karakter di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah**

Dalam upaya membentuk karakter santri, Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah merujuk pada 18 karakter yang sudah ditentukan oleh standar dinas pendidikan, namun pengembangan karakter secara internal berpedoman pada motto pondok pesantren, yaitu menjadi manusia berbudi luhur, berbadan sehat, berpengetahuan luas, dan berpikiran bebas. Secara khusus, berkaitan dengan motto menjadi manusia berbudi luhur, pengurus pesantren sangat mengharapkan para santri memiliki karakter, sifat, dan sikap yang terpuji, seperti empati, peduli, tanggung jawab, disiplin, suka menolong, dan lainnya. Maka, dalam upaya membentuk dan menanamkan berbagai karakter tersebut, pengurus

---

<sup>21</sup>Imam Musbikin, *Melogikakan Rukun Islam, Bagi Kesehatan Fisik dan Psikologi Manusia ...*, h. 178.

<sup>22</sup>Miftah Faridl, *Puasa Ibadah Karya Makna*, Jakarta: Gema Insani, 2007, h.152

<sup>23</sup>KBBI Daring, <http://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/religiositas>, diakses pada 17 Juli 2023.

<sup>24</sup>E. Mulyasa, *Manajemen Pendidikan Karakter*, Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2013, h. 1.

pesantren mencanangkan berbagai program di antaranya adalah program puasa sunnah Senin Kamis yang harus diikuti dan dijalankan oleh seluruh santri.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan, pelaksanaan ibadah puasa Senin Kamis yang dijalankan oleh santri di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah diatur sesuai ketentuan yaitu: bahwa para santri dihimbau untuk melaksanakan puasa sunnah senin kamis secara istiqamah. Dengan dituntun dan diawasi oleh bagian ibadah, setiap hari senin dan kamis para santri berniat untuk puasa yang didahului dengan melakukan sahur bersama di dapur umum. Menurut penuturan ustazah Julianti, ada perbedaan waktu sahur yang dilakukan santri. Saat ini, sahur bersama dilakukan lebih awal yakni sebelum santri tidur, sekitar pukul 21.30 WIB. Perubahan pelaksanaan waktu sahur ini berdasarkan hasil evaluasi di mana santri banyak yang tidak sahur ketika dibangunkan pada pukul 03.00 WIB. Banyak di antara mereka yang merasa malas makan atau hanya pindah ke masjid untuk langsung melaksanakan shalat Tahajud dan tidur kembali. Hal tersebut berdampak pada makanan yang sudah disiapkan di dapur umum tidak dimakan oleh santri.<sup>25</sup>

Adanya perubahan waktu sahur di atas mengandung pengajaran karakter bagi santri, yaitu hendaknya mereka memiliki rasa tanggung jawab melaksanakan peraturan yang telah disepakati bersama dan belajar bertanggung-jawab terhadap diri sendiri dengan cara menjaga kebugaran dan kekuatan selama berpuasa di siang harinya. Kebugaran dan kekuatan tubuh tersebut dapat diperoleh melalui makan sahur. Selain itu, para santri juga dididik untuk menghargai pekerjaan orang lain. Sebagaimana diketahui, untuk menu sahur disiapkan oleh bagian dapur pesantren. Maka dengan melakukan makan sahur, sama halnya para santri menghargai jerih payah bagian dapur dan juga terhindar dari menyia-nyaiakan makanan apabila mereka tidak makan sahur.

Berikutnya, para santri di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah dibiasakan untuk bangun tidur lebih awal atau menjelang Shubuh. Setelah bangun tidur, mereka diarahkan untuk berangkat ke masjid guna melaksanakan shalat Tahajud dan dilanjutkan shalat Shubuh berjamaah. Setelah selesai shalat Shubuh berjamaah, para santri langsung mempersiapkan diri untuk melaksanakan Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) di sekolah, tidak disarankan untuk tidur kembali karena akan berdampak santri keablasan tidur dan tidak masuk ke sekolah.<sup>26</sup> Karenanya, meski di hari Senin dan Kamis mereka berpuasa, tidak menjadi alasan untuk bolos sekolah atau tidak semangat mengikuti kegiatan belajar karena merasa letih dan lemas sebab berpuasa. Kemudian, di sela-sela kegiatan belajarnya para santri diarahkan untuk bertadarus bersama yang biasanya dilakukan sebelum mata pelajaran pertama di mulai. Juga mendirikan shalat Dhuha di masjid pada jam istirahat pertama.

Kegiatan rutin yang dikerjakan oleh para santri di atas, menurut ustadz Haukol Hawari adalah bertujuan untuk membentuk karakter disiplin dan bertanggung-jawab. Dengan mengikuti kegiatan-kegiatan yang telah diagendakan sesuai waktu dan jadwalnya, diharapkan para santri terbiasa untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara teratur dan tertata. Begitu pula diharapkan mereka memiliki rasa tanggung jawab untuk menjaga kualitas kehidupannya. Dengan mengikuti kegiatan-kegiatan tersebut, setidaknya mereka

---

<sup>25</sup> Wawancara bagian Ibadah Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustazah Julianti, Senin, 25 September 2023.

<sup>26</sup> Wawancara bagian Ibadah Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustazah Julianti, Senin, 25 September 2023.

tidak menyalakan waktu dan kesempatan yang dimiliki.<sup>27</sup> Kemudian ada hal menarik yang peneliti amati yaitu ketika hari Senin dan Kamis seluruh kantin yang ada di pesantren ditutup. Begitu pula dapur pesantren tidak menyediakan makanan. Menurut beliau hal tersebut dilakukan agar para santri memiliki sikap hemat atau pandai mengatur keuangan yang telah diberikan orang tuanya. Nantinya, diharapkan mereka memiliki pemahaman betapa berharganya pemberian orang tua yang oleh karenanya mereka wajib berterima kasih atas kebaikan orang tua mereka.

Apa yang diharapkan oleh pengurus pesantren di atas rupanya dipahami dengan baik oleh para santri. Peneliti mewawancarai salah satu santri bernama Raudhatul Jannah, yang mengatakan bahwa aturan tentang puasa sunnah Senin Kamis sangat dirasakan faedahnya bagi santri. Menurutnya, dirinya merasa semangat untuk belajar dan mengikuti berbagai kegiatan yang diselenggarakan di pesantren tanpa merasa dipaksa. Hal tersebut terjadi karena dirinya merasa malu kepada orang tua bila bermalasan di pesantren. Sementara orang tuanya telah mengeluarkan biaya besar untuk mencukupi segala kebutuhannya selama di pesantren tersebut.<sup>28</sup>

Selanjutnya, menjelang waktu berbuka puasa, para santri diarahkan oleh bagian ibadah menuju masjid untuk belajar i'tikaf, membaca al-Qur'an, dan mendengarkan kuliah tujuh menit (kultum) dari pengurus pesantren sambil menunggu waktu berbuka puasa. Apabila waktu berbuka puasa telah masuk, para santri dianjurkan untuk berbuka secukupnya karena mereka akan melaksanakan shalat Maghrib berjamaah. Setelah shalat berjamaah, barulah mereka dibolehkan menuju dapur umum untuk makan dan minum berbuka puasa. Semua ini bertujuan untuk membiasakan santri mengisi waktu dengan mengerjakan kegiatan yang bermanfaat dan meningkatkan keimanan dan spiritualitas para santri. Hal ini sebagaimana dijelaskan oleh Ustadzah Mutia, bahwa:

"Bahwa puasa Senin Kamis ini sangat berdampak positif bagi santri contohnya dalam bidang kedisiplinan. Sewaktu menjalani puasa sunnah Senin dan Kamis santri lebih berdisiplin dalam melaksanakan ibadah, lebih tepat waktu untuk berangkat ke masjid untuk melaksanakan shalat berjamaah, baca al-Qur'an dan di sore hari para santri lebih awal melaksanakan pengajian atau mendengarkan kultum sambil menunggu adzan Maghrib. Hal ini tidak dilakukan pada hari lainnya kecuali hari Senin dan Kamis".<sup>29</sup>

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti menangkap bahwa kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan menjelang waktu berbuka puasa tersebut dilakukan agar para santri terasah aspek spiritualitasnya sekaligus mengisi aspek kognitifnya dengan memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang tujuan, manfaat, serta hakekat puasa. Dengan demikian, para santri ketika menjalankan ibadah puasa sunnah Senin Kamis tidak hanya semata-mata bersifat lahiriyah semata tetapi didasari oleh ilmu. Hal ini akan membuat ibadah yang dikerjakan berkualitas dan memberi pengaruh positif terhadap diri para santri.

Guna lebih menguatkan dampak positif puasa terhadap jiwa para santri, pengurus pesantren juga membuat kegiatan-kegiatan yang bermanfaat. Sebagai misal, agar rasa empati dan peduli semakin terasah, para santri sering dilibatkan dalam kegiatan-kegiatan

---

<sup>27</sup> Wawancara bagian Pengasuh Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustadz Haukol Hawari, Rabu, 03 Agustus 2023.

<sup>28</sup> Wawancara dengan santri Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, Raudhatul Jannah, Sabtu, 07 Oktober 2023.

<sup>29</sup> Wawancara dengan bagian Ibadah Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustadzah Muthia, Rabu, 03 Agustus 2023.

sosial, seperti santunan untuk fakir miskin dan anak-anak yatim, bakti sosial, dan lainnya. Kegiatan ini dirancang untuk mendorong siswa untuk memperhatikan orang-orang di sekitar mereka, terutama mereka yang kurang mampu secara finansial. Hal ini selaras dengan yang diutarakan oleh salah satu santri, Salwa Salsabilah, bahwa:

"Puasa sunnah Senin Kamis yang saya lakukan membuat saya sedikit banyak bisa merasakan kalau banyak orang yang mengalami kekurangan, tidak bisa makan, atau bahkan tidak bisa bersekolah. Kami di pesantren ini juga diajarkan supaya banyak-banyak membantu orang-orang yang kesusahan".<sup>30</sup>

Pelaksanaan kegiatan ibadah puasa Senin Kamis di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah terlihat istiqamah dikerjakan oleh para santri dan menurut hemat peneliti nampak memberikan dampak positif terhadap karakter para santri. Hal ini peneliti rasakan sendiri ketika berkunjung ke pesantren, disambut dengan sangat ramah oleh santri yang berjaga di pos pintu gerbang. Peneliti juga memperhatikan sikap dan perilaku para santri terlihat sopan dan menghargai tamu yang datang. Semua hal ini tidak lepas dari kemauan kuat dan *support* yang diberikan oleh pengurus pesantren. Sebagaimana penuturan ustadzah Meylania Ayu Wulandari, bahwa:

"Puasa sunnah Senin Kamis di pesantren dilaksanakan dengan istiqamah. Istiqamah bisa diartikan dengan berpuasa pada hari Senin Kamis dengan benar dan berkesinambungan tidak pernah putus dan dilakukannya dengan rasa ikhlas demi mengharapkan ridha Allah Swt. Dalam mekanisme pelaksanaannya semuanya diatur dan diawasi oleh bagian ibadah, baik mulai dari kegiatan sahur bersama, mengisi waktu dengan mengerjakan ibadah wajib, hingga waktu berbuka puasa. Dan puasa sunnah Senin Kamis ini tidak hanya santrinya yang berpuasa, tapi seluruh keluarga pondok berpuasa pada hari senin dan kamis".<sup>31</sup>

Meski demikian, dalam pelaksanaan kegiatan ibadah puasa sunnah Senin Kamis tersebut juga dijumpai kendala. Hal ini sebagaimana dijelaskan oleh pengurus pesantren bahwa ada saja santriwati yang tidak berpuasa dengan berpura-pura alasan haid. Tentu sangat sulit melakukan pengontrolan kebenaran santri tersebut haid atau tidak. Maka, strategi yang dijalankan oleh pengurus untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan memberi keteladanan tenaga pendidik dalam berpuasa dan terus memberikan motivasi, bimbingan, serta memberikan sanksi kepada santri yang melanggar peraturan pesantren, seperti menulis shalawat, botak bagi santri putra, dan mengenakan kerudung pelanggaran bagi santri putri. Hal tersebut dimaksudkan sebagai agar tumbuh sikap jujur dan pembiasaan agar nantinya santri atas kemauannya sendiri melaksanakan puasa sunnah Senin Kamis secara rutin.<sup>32</sup>

## KESIMPULAN

Dalam upaya pembentukan karakter, santri di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah diharuskan berpuasa sunnah Senin Kamis, kecuali yang berhalangan sebab sakit

---

<sup>30</sup> Wawancara dengan santri Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, Salwa Salsabila, Senin, 25 September 2023.

<sup>31</sup> Wawancara dengan pengajar Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustadzah Meylania Ayu Wulandari, Rabu, 03 Agustus 2023.

<sup>32</sup> Wawancara dengan bagian Ibadah Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustadz Faqihudin, Rabu, 03 Agustus 2023.

atau datang bulan. Dicanangkannya kegiatan ibadah puasa sunnah Senin Kamis adalah untuk menanamkan karakter baik dalam diri para santri, seperti mampu menahan hawa nafsu, disiplin, tanggung jawab, taat menjalankan ibadah, rasa empati, dan lainnya. Berdasarkan hasil obsevasi dan wawancara peneliti diketahui bahwa program ibadah puasa sunnah Senin Kamis tersebut dijalankan secara istiqamah dan memberikan dampak positif terhadap karakter dan sikap para santri.

Dalam pengamatan peneliti, para santri menunjukkan karakter disiplin dan tanggung jawab yang ditunjukkan dengan mengikuti semua kegiatan pesantren maupun sekolah selama menjalankan puasa Senin Kamis. Para santri juga menunjukkan sikap sopan, ramah, menghargai terhadap orang lain (tamu) yang berkunjung ke pesantren. Dalam hal karakter religius, para santri terlihat semangat mengikuti kegiatan ibadah di masjid dengan mengikuti shalat berjamaah, i'tikaf, membaca al-Qur'an, menyimak kultum, shalat tahajud, dan lainnya. Karakter kepedulian dan empati terhadap orang lain, kedua karakter tersebut ditunjukkan dengan keterlibatan para santri dalam kegiatan-kegiatan sosial yang dilaksanakan pesantren. Kemudian dalam hal kejujuran, ditunjukkan dengan secara istiqamah menjalankan puasa sunnah Senin Kamis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian*, Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- al-Bukhârî, Abî 'Abd Allâh Muḥammad Ibn Ismâ'îl, *Shahîh al-Bukhârî*, Hadits ke 935, jilid 2, Malaysia: Klang Book Centre, 1997.
- al-Jazâirî, Abû Bakar Jâbir, *Aisar at-Tafâsîr li Kalâm al-Âlîy al-Kabîr*, Mesir: Dâr al-'Alâmiyyah, 2007.
- al-Kuhli, Hilmi, *Menyingkap Rahasia Gerakan Shalat*, Yogyakarta: Diva Pres, 2007.
- an-Nawawî, Abû Zakariya Yahya bin Syaraf, *Shahîh Muslim fî Syarh an-Nawawî*, Kairo: al-Mathba'ah al-Mishriyah wa Makbatuh, t.th.
- Farid, Miftah, *Ibadah Karya Makna*, Jakarta: Gema Insani, 2007.
- Farid, Miftah, *Puasa Ibadah Karya Makna*, Jakarta: Gema Insani, 2007.
- KBBI Daring, <http://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/religiositas>, diakses pada 17 Juli 2023.
- Kesuma, Dharma, *Pendidikan Karakter: Kajian Teori dan Praktik di Sekolah*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2012.
- Masitah, Umi, *Peranan Puasa Sunnah Senin Kamis dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas IX Madrasah Aliyah Nurul Ummah*, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2019.
- Maunah, binti. (2015). "Implementasi Pendidikan Karakter dalam Pembentukan Kepribadian Holistik Siswa", *Jurnal Pendidikan Karakter* V(1): 92.
- Moleong, Lexy J., *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung, Remaja Rosda Karya, 2014.
- Mulyasa, E., *Manajemen Pendidikan Karakter*, Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2013, h. 1.
- Munir, Fadul, *Nilai-nilai Religius Ibadah Puasa dalam Mengembangkan Ketaatan Ibadah*, Lampung: UIN Lampung, 2017.
- Musbikin, Imam, *Melogikakan Rukun Islam, Bagi Kesehatan Fisik dan Psikologi Manusia*, Yogyakarta: Diva Press, 2008.
- Musbikin, Imam, *Obati Kankermu Dengan Mukjizat Puasa*, Yogyakarta: Sabil, 2013.

- Najâti, Muḥammad 'Utsmân, *Al-Qur'ân wa 'Ilm an-Nafs*, Kairo: Dâr asy-Syurûq, 1992.
- Nâshif, Manshûr Âli, *at-Tâj al-Jâmi' li Ushûl fî Ahâdîts ar-Rasûl*, Volume II, Kairo: Dâr al-Fikr, 1975.
- Nuraeni, *Makna Puasa Sunnah Bagi Santri Assalafiah Seleman Yogyakarta*, Yogyakarta: UIN Yogyakarta: 2014.
- Sabiq, Sabiq, *Fiqih Sunnah Jilid II Pena Ilmu dan Amal*, Jakarta Pusat: Cempaka Putih, 2013, h. 189.
- Shihab, M. Quraish, *Wawasan al-Qur'an: Tafsir Maudhu'i Atas Pelbagai Persoalan Umat*, Bandung: Mizan, 1996.
- Wawancara bagian Ibadah Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustadzah Julianti, Senin, 25 September 2023.
- Wawancara bagian Pengasuh Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustadz Haukol Hawari, Rabu, 03 Agustus 2023.
- Wawancara dengan bagian Ibadah Pesantren Modern An-nuqthah, ustadz Faqihuddin, Tangerang, 19 Januari 2023.
- Wawancara dengan bagian Ibadah Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustadzah Muthia, Rabu, 03 Agustus 2023.
- Wawancara dengan pengajar Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, ustadzah Meylania Ayu Wulandari, Rabu, 03 Agustus 2023.
- Wawancara dengan santri Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, Raudhatul Jannah, Sabtu, 07 Oktober 2023.
- Wawancara dengan santri Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah, Salwa Salsabila, Senin, 25 September 2023.
- Zarkasyi, Abdullah Syukri, *Gontor dan Pembaharuan Pendidikan Pesantren*, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada: 2005.