

**PERAN PUASA SENIN KAMIS DALAM MENGEMBANGKAN
KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 8 PURWOKERTO**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Strata Satu Pendidikan (S. Pd.)**

Oleh:

'Atiq Rifqi Mu'akhiroh

1423301031

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
PURWOKERTO**

2019

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya menyatakan:

Nama : 'Atiq Rifqi Mu'akhirah
NIM : 1423301031
Jenjang : S-1
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jurusan : Pendidikan Agama Islam

Menyatakan bahwa Naskah Skripsi yang berjudul **“PERAN PUASA SENIN KAMIS DALAM MENGEMBANGKAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 8 PURWOKERTO”** ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Apabila dikemudian hari terbukti ternyata pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang saya peroleh.

IAIN PURWOKERTO

Purwokerto, 12 September 2019



a yang menyatakan,

'Atiq Rifqi Mu'akhirah
NIM. 1423301031



KEMENTERIAN AGAMA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PURWOKERTO
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
Alamat : Jl. Jend. A. Yani No. 40 A Purwokerto
Telp : 0281-635624, 628250, Fak. 0281-63655

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :

**PERAN PUASA SENIN KAMIS DALAM MENGEMBANGKAN
KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 8
PURWOKERTO**

Yang disusun oleh : 'Atiq Rifqi Mu'akhirah (NIM. 1423301031), Program Studi Pendidikan Agama Islam, Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri Purwokerto telah diujikan pada tanggal 2 Oktober 2019 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd.) oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Penguji I / Ketua Sidang / Pembimbing,

Penguji II/ Sekretaris Sidang,

Dr. Ifada Novikasari, S. Si, M. Pd.
NIP. 19831110200604 2 003

Muh. Hanif, S. Ag., M. Ag., M. A.
NIP. 19730805 20080 017

Penguji Utama,

Dr. M. Slamet Yahya, M. Ag.
NIP. 1972 11042003121003

Purwokerto, 11 Oktober 2019

Diketahui Oleh:

Dekan,



Dr. H. Suwito, M. Ag.
NIP. 19710424 199903 1 002

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Dekan FTIK IAIN
Purwokerto
Di Purwokerto

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi dari 'Atiq Rifqi Mu'akhirah, NIM: 1423301031 yang berjudul:

**PERAN PUASA SENIN KAMIS DALAM MENGEMBANGKAN
KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 8
PURWOKERTO**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan FTIK IAIN Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Pendidikan.

Demikian atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

IAIN PURWOKERTO
Purwokerto, 12 September 2019

Pembimbing


Dr. Ifada Novikasari, S. Si, M. Pd.
NIP. 19831110 200604 2 003

MOTTO

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ
النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ (الرُّوم: 30)

“Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Islam), (sesuai) fitrah Allah disebabkan Dia telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada ciptaan Allah. (Itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.”



PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orang tuaku dan semua keluargaku yang selalu tulus mendidik, mendoakan, memotivasi, dan menginginkan aku menjadi yang terbaik, serta almamaterku tercinta, IAIN PURWOKERTO



**PERAN PUASA SENIN KAMIS DALAM MENGEMBANGKAN
KECERDASAN SPIRITUAL (*SQ*) SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 8
PURWOKERTO**

‘Atiq Rifqi Mu’akhirah

NIM: 1423301031

Email: atiqrifqi1@gmail.com

Program Studi S1 Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto

Abstrak

Pendidikan mempunyai peran sangat penting dalam mengembangkan potensi yang dimiliki oleh manusia. Oleh karena itu untuk melahirkan manusia yang ber-*SQ* tinggi dibutuhkan pendidikan yang tidak hanya memperhatikan pengembangan aspek *IQ* saja melainkan sekaligus *EQ* dan *SQ*. dengan demikian diharapkan akan lahir dari lembaga-lembaga pendidikan manusia yang benar-benar utuh. Salah satu hal yang dapat dijadikan sebagai bagian pengembangan *SQ* manusia adalah pembiasaan puasa Senin Kamis. Waktu remaja awal adalah waktu yang sangat rentan bagi perkembangan seseorang dari segi apapun salah satunya dari *SQ*nya, oleh karenanya waktu ini dianjurkan sangat bagi para guru ataupun orang tua agar membiasakan putra-putrinya untuk melakukan hal-hal yang mengarahkan mereka kepada kebaikan.

Metode penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian kali ini adalah metode penelitian kualitatif. Adapun subjek yang memberikan informasi kepada penulis yaitu guru pengampu PAI, guru BK, dan siswa kelas VIII. Adapun yang menjadi objek penelitian yaitu Peran Puasa Senin Kamis dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual (*SQ*) Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 8 Purwokerto

Penelitian ini bertujuan untuk menjabarkan bahwa puasa Senin Kamis mempunyai peran yang sangat penting dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswa. diantaranya adalah: mengembangkan kemampuan bersikap fleksibel, mengembangkan kesadaran diri yang tinggi, mengembangkan sikap jujur, sabar, empati yang tinggi dan sikap disiplin

Kata Kunci: Peran Puasa Senin Kamis, Kecerdasan Spiritual (*SQ*) Siswa Kelas VIII, dan SMP Negeri 8 Purwokerto.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik serta hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabiullah Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan umat islam yang ada didunia ini, amin.

Karya tulis ini merupakan skripsi yang diajukan kepada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Selama penyusunan skripsi ini dan selama penulis belajar di Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Purwokerto, penulis banyak mendapat arahan, motivasi, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis akan menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Dr. KH. Mohammad Roqib, M. Ag., Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
2. Dr. H. Suwito, M.Ag., Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
3. Dr. Suparjo, S.Ag., MA., Wakil Dekan I Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto
4. Dr. Subur, M.Ag., M.Pd., Wakil Dekan II Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
5. Dr. Hj. Sumiarti, M.Ag., Wakil Dekan III Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Purwokerto.
6. M. Slamet Yahya, M. Ag., Ketua Jurusan Prodi Pendidikan Agama Islam Institut Agama Islam Negeri Purwokerto.
7. Dr. Ifada Novikasari, S. Si, M. Pd., Dosen Pembimbing skripsi yang telah membimbing penulis menyelesaikan skripsi.
8. Segenap Dosen dan Staff Administrasi IAIN Purwokerto yang telah membantu selama kuliah dan penyusunan skripsi.

9. Kedua orang tua penulis Bapak Kasirun Ischaq dan Ibu Winarni, serta kakak-kakakku Mb Imro'atun, Mba Salis, Mas Isnaeni, yang selalu mencurahkan kasih sayang, do'a, dan dukungan sehingga penulis mampu menyelesaikan studi dengan baik.
10. Abah Salim Muttaqin dan keluarga, serta KH. Abuya Muhammad Thoha Alawy *Al-Hafidz* dan keluarga, serta para dewan asatidz yang telah membekali penulis ilmu agama.
11. Teman-teman jajaran kepengurusan Pondok Pesantren Ath-Thohiriyyah masa bakti 2017-2019, Mba Nia, Mba Aisyah, Umi, Yuti, Amoy, Titis, Nurul, Rima, Sulih, Nana, Datul Fitri, dan Teh Rifa, serta teman-teman pengurus putra. Terima kasih untuk kebersamaannya selama ini.
12. Untuk penyemangat hebat penulis, yaitu Mba Sevi, Mba Naelis, Mba Dian, Mba Lita, Mba Nindi, dan Mas Syaefi yang selalu rajin memotivasi penulis.
13. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya hanya kepada Allah SWT penulis memohon agar budi baik yang telah mereka berikan mendapat imbalan yang sesuai dan menjadi amal sholeh yang diterima oleh-Nya. Penulis menyadari segala kekurangan dan keterbatasan skripsi ini, namun penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca. Aamiin.

IAIN PURWOC

Purwokerto, 12 September 2019
Penulis



'Atiq Rifqi Mu'akhirah
NIM. 1423301031

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Definisi Konseptual	5
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
E. Kajian Pustaka	8
F. Sistematika Pembahasan	10
BAB II TEORI PERAN PUASA SENIN KAMIS DAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ)	
A. Peran Puasa Senin Kamis	
1. Pengertian Puasa Senin Kamis	12
2. Syarat Wajib Puasa	13
3. Rukun Puasa	14
4. Macam-Macam Puasa	14
5. Tingkatan Puasa.....	18
6. Sunnah dan Adab-Adab Puasa	20
7. Syarat Sah Puasa	20
8. Hikmah Puasa	20
B. Kecerdasan Spiritual (SQ)	
1. Macam-Macam Kecerdasan	25

2. Pengertian Kecerdasan Spiritual	26
3. Pembuktian Kecerdasan Spiritual	27
4. Ciri-Ciri Kecerdasan Spiritual.....	29
5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Spiritual	32
C. Puasa Senin Kamis dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual (SQ) Siswa.....	33
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	38
B. <i>Setting</i> Penelitian	38
C. Objek dan Subjek Penelitian	39
D. Metode Pengumpulan Data	40
1. Observasi	40
2. Wawancara	41
3. Dokumentasi	41
E. Teknik Analisis Data	42
BAB IV PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN	
A. Penyajian Data	44
1. Pelaksanaan Puasa Senin Kamis di SMP Negeri 8 Purwokerto	44
2. Evaluasi.....	54
B. Analisis Data Penelitian	55
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	61
B. Saran	61
C. Kata Penutup	61
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Dokumentasi-dokumentasi SMP Negeri 8 Purwokerto
- Lampiran 2 Foto kegiatan anak kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto
- Lampiran 3 Surat permohonan persetujuan judul skripsi
- Lampiran 4 Surat keterangan persetujuan judul skripsi
- Lampiran 5 Blangko bimbingan judul skripsi
- Lampiran 6 Surat rekomendasi munaqosyah
- Lampiran 7 Berita acara mengikuti kegiatan sidang munaqosah
- Lampiran 8 Rekomendasi seminar proposal skripsi
- Lampiran 9 Daftar hadir seminar proposal skripsi
- Lampiran 10 Berita acara seminar proposal skripsi
- Lampiran 11 Surat keterangan seminar proposal skripsi
- Lampiran 12 Surat keterangan wakaf buku perpustakaan
- Lampiran 13 Surat keterangan lulus ujian komprehensif
- Lampiran 14 Sertifikat OPAK
- Lampiran 15 Sertifikat BTA/PPI
- Lampiran 16 Serifikat ujian komputer
- Lampiran 17 Sertifikat pengembangan bahasa arab
- Lampiran 18 Sertifikat pengembangan bahasa inggris
- Lampiran 19 Sertifikat PPL
- Lampiran 20 Sertifikat KKN

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ibadah merupakan bentuk perwujudan dari pengabdian dan penghambaan kita kepada Allah yang dijalani dengan mengerjakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya. Semua bentuk amalan ibadah yang disyariatkan kepada umat Islam hakikatnya mengandung banyak hikmah tersendiri, baik untuk orang tersebut maupun untuk orang disekitarnya. Misalnya seperti shalat, semua gerakan yang dilakukan di dalam shalat mengandung hikmah. Salah satu contohnya adalah ketika kita bersujud, di saat bersujud kita meletakkan muka di lantai, gerakan ini mengajarkan kita untuk menghilangkan rasa *takabbur* atau sombong.¹ Selain itu sujud juga melambangkan bentuk pengakuan kerendahan seorang hamba di hadapan kemuliaan Tuhannya.² Begitu juga amalan ibadah yang lain seperti zakat, puasa dan haji.

Puasa merupakan salah satu ibadah atau amalan yang istimewa yang menjadi rukun Islam yang ke tiga. Menurut Ibnu Qayyim al-Jauziyah yang dikutip dari Ridwan Malik dalam bukunya barokah puasa Senin Kamis dijelaskan bahwa puasa sangat manjur dalam memberikan perlindungan terhadap anggota badan bagian luar maupun dalam. Puasa mencegah kerusakan-kerusakan yang ditimbulkan oleh timbunan materi yang sudah busuk di dalam tubuh, menetralkan racun dan bakteri yang dapat merusak kesehatan. Puasa juga mengobati berbagai penyakit yang berkembang di dalam tubuh, yang disebabkan oleh kekenyangan berlebihan.³

Mengetahui berbagai hikmah dari puasa seperti yang dijelaskan di atas, tidak berarti membuat ibadah yang kita lakukan hanya sekedar untuk mendapatkan hikmah-hikmah tersebut tetapi sebaiknya sebagai motivasi kita untuk berpuasa. Sementara itu kita harus mengembalikan niat puasa itu sendiri

¹ M. Solahudin, *Butir-Butir Hikmah Ibadah*, (Jakarta: Citra Risalah, 2010), hlm. 45.

² M. Solahudin, *Butir-Butir Hikmah Ibadah*, hlm. 46.

³ Ridwan Malik, *Barokah Puasa Senin Kamis*, (Jakarta: Kuta Bina, 2008), hlm. 7.

untuk mengharap ridho Allah SWT karena tidak ada yang mengetahui hakikat pahalanya terkecuali Allah SWT. Di dalam HR. At- Tirmidzi disebutkan

الصَّوْمُ لِي وَأَنَا أُجْرِي بِهِ (رواه الترمذی)

“Puasa itu untuk-Ku dan Akulah yang berhak memberikan balasan puasa itu.”(H.R At-Tirmidzi)⁴

Penilaian berpuasa sudah menjadi hak prerogatif Allah SWT ini membuktikan bahwa puasa memiliki nilai lebih tersendiri. Satu amal biasanya dinilai satu pahala hingga dilipatgandakan menjadi seratus, berbeda dengan berpuasa tidak dibatasi nilainya. Karena bisa jadi pahalanya berlipat-lipat dan tidak terhingga selama aktifitas ibadah ini dijalankan dengan baik dan diterima.⁵

Ajaran berpuasa telah diperintahkan kepada umat-umat sebelum kedatangan Rasulullah SAW.⁶ Ajaran berpuasa ini juga dilakukan oleh pemeluk-pemeluk agama kuno tetapi dengan tatacara yang berbeda-beda.⁷ Bagi umat Islam, melakukan puasa tidak harus menunggu bulan Ramadhan, tetapi bisa berpuasa sunnah pada waktu-waktu tertentu seperti puasa sunnah Daud, puasa Tarwiyah, puasa Arafah ataupun, puasa Senin Kamis.

Puasa sunnah Senin Kamis merupakan puasa yang biasa dilakukan oleh Rasulullah SAW selama hidupnya, bahkan sebuah hadis dari Usmah menyebutkan bahwa beliau tidak pernah meninggalkan puasa dua hari ini. Di dalam haditsnya dijelaskan bahwa pada dua hari itu amal-amal manusia diperlihatkan kepada Allah, dan Rasul lebih suka jika amalnya diperlihatkan sementara beliau dalam keadaan berpuasa.⁸ Hadits ini menjelaskan kepada kita bahwa puasa Senin Kamis merupakan puasa yang istimewa.

Terlepas dari hal di atas, seperti apa yang kita ketahui kehidupan dalam masa sekarang ini sering sekali terjadi krisis-krisis moral dan sosial yang berkepanjangan mulai dari kasus kekerasan, pemerkosaan, penjarahan, pertikaian

⁴ Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*, (Jakarta: Gema Insani, 2003), hlm. 65.

⁵ Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat*, hlm. 81.

⁶ Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat*, hlm. 13.

⁷ Toni Pransiska, *Peta dan Risalah Ramadhan*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2014), hlm. 8- 18.

⁸ Ridwan Malik, *Barokah Puasa Senin Kamis*, (Jakarta: Kuta Bina, 2008), hlm. 40.

antar kelompok serta hal-hal lain yang membuat kita untuk selalu mengawasi anak-anak kita untuk tidak terjerumus dalam hal-hal tersebut. Apalagi bagi mereka yang menginjak usia remaja (kurun usia 12-18 tahun), usia ini sangat rentan bagi mereka untuk terlibat atau terpengaruh karena pada usia ini anak cenderung untuk mencoba hal atau sesuatu yang baru baginya. Karena masa ini merupakan masa dimana remaja belajar dan berkembang dalam mengenali diri dan lingkungannya.⁹ Apabila lingkungan bergaul sekitar mereka positif, maka mereka akan berkembang ke arah positif, dan sebaliknya apabila lingkungan bergaul sekitar mereka negatif maka mereka juga akan terdorong untuk berkembang ke negatif. Dalam hal ini, peran orang tua dan lingkungan sekitarnya sangat berpengaruh, para orang tua harus sangat berhati-hati serta teliti dengan siapa anak mereka bermain. Orang tua yang perhatian pada anaknya akan mengajarkan kepada mereka pembiasaan-pembiasaan hal yang positif di lingkungan rumahnya. Selain itu, sekolah juga berperan penting dalam menumbuhkan kemampuan anak-anak.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang berfungsi untuk meningkatkan kualitas moral, pengetahuan, ketrampilan, dan sosial anak didik. Berbagai program dilaksanakan untuk mewujudkan tujuan tersebut. Selain itu para guru juga memiliki peran sama pentingnya seperti halnya orang tua. Mampu membimbing serta mengarahkan anak-anak didiknya menuju hal yang lebih baik, salah satu contohnya yaitu dengan membiasakan mereka berpuasa sunnah Senin Kamis. Berpuasa Senin Kamis bagi sebagian orang menjadi sebuah kerutinan amal yang mudah dilakukan, namun bagi sebagian lagi banyak yang merasa berat untuk berpuasa, terlebih bagi para remaja yang tinggal di lingkungan umum, bukan lingkungan santri. Butuh sekali bimbingan dari orang dewasa untuk melakukan kebiasaan berpuasa, baik itu dari orang tuanya di rumah maupun gurunya di sekolah.

Pembiasaan berpuasa sunnah biasanya diterapkan di sekolah-sekolah yang berada di bawah naungan Kementerian Agama, bukan di sekolah-sekolah

⁹ Jamal Ma'mur Asmani, *Kiat Mengatasi Kenakalan Remaja di Sekolah*, (Yogyakarta: Buku Biru, 2012), hlm. 13.

yang di bawah naungan Dinas Pendidikan. Tetapi berbeda dengan SMP Negeri 8 Purwokerto yang notabennya di bawah Dinas Pendidikan. Di sekolah ini menerapkan pembiasaan berpuasa sunnah Senin Kamis yang dilakukan dengan cara mengingatkan kepada siswanya ketika hari Rabu dan Jum'at untuk berpuasa sunnah Senin Kamis, penyampaianya dilakukan oleh guru mata Pelajaran Agama Islam pada setiap jam terakhir.

Berdasarkan A. Syifaul Qulub dalam jurnal pendidikan Islamnya yang berjudul pengaruh puasa terhadap kecerdasan spiritual menyebutkan bahwa aktivitas puasa dapat berpengaruh terhadap peningkatan *SQ* manusia terutama puasa yang dijalankan secara fungsional (*shaumul khawash, wa khawashul khawash*) sebab melalui puasa manusia akan lebih memahami dirinya sendiri, sadar eksistensi, dan terus mencari hakikat kehidupan. Adapun pengaruh yang disebutkan antara lain yaitu menambah rasa rendah hati (*tawadhu'*), membersihkan jiwa (*tazkiyatun nafsi*), menambah rasa sabar, menambah syukur, tawakkal dan memperbaiki akhlak.¹⁰ Sedangkan *Spiritual Quetient (SQ)* merupakan temuan mutakhir ilmiah yang digagas oleh Danah Zohar dan Ian Marshal. *SQ* merupakan landasan yang diperlukan untuk memfungsikan *IQ* dan *EQ*.¹¹

Pada dasarnya setiap anak telah memiliki kemampuan *SQ* yang dibawanya sejak lahir, untuk mengembangkan kemampuan ini pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting. Oleh sebab itu, untuk melahirkan manusia yang ber-*SQ* tinggi, dibutuhkan pendidikan yang tidak hanya memperhatikan pengembangan aspek *IQ* saja, melainkan sekaligus aspek *EQ* dan *SQ*. Dengan demikian lahirlah lembaga pendidikan manusia yang benar-benar utuh.¹² Masih jarang sekali lembaga pendidikan khususnya sekolah yang benar-benar memperhatikan ranah ini, kebanyakan sekolah hanya memperhatikan ranah kognitif yang cenderung dianggap sebagai tolak ukur keberhasilan suatu lembaga

¹⁰ A. Syifaul Qulub, "Pengaruh Puasa terhadap Kecerdasan Spiritual", Jurnal Pendidikan Islam, vol. 12 no. 1, (Gresik: Sekolah Tinggi Agama Islam Daruttaqwa Suci Gresik, 2016), hlm. 111.

¹¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2013), hlm. 174.

¹² Desmita, *Psikologi Perkembangan*, hlm. 175.

pendidikan. Peran sekolah di sini menjadi sangat penting dalam rangka mengembangkan ketiga aspek ini khususnya dalam aspek *SQ* siswa. Terlebih untuk jenjang SMP-MTs, pada masa remaja awal ini, diperlukan perhatian yang sangat intens dari setiap sekolah. Mengacu pada hasil observasi pendahuluan yang dilakukan penulis di SMP Negeri 8 Purwokerto pembiasaan berpuasa sunnah Senin Kamis yang dilakukan di sekolah ini diyakini menjadi salah satu bagian dari kegiatan untuk mengembangkan aspek *SQ* siswa, sesuai pernyataan dari salah satu guru pengampu PAI di SMP Negeri 8 Purwokerto.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 8 Purwokerto, dengan mengambil judul penelitian “Peran Puasa Senin Kamis dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual (*SQ*) Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto”.

B. Definisi Operasional

Penulis akan menjelaskan maksud yang terkandung dalam judul agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami judul skripsi serta pembahasan dalam skripsi lebih terarah dan jelas.

1. Peran

Peran dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti pemain sandiwara (film), tukang lawak pada pemain makyong, perangkat tingkah yang akan diharapkan dimiliki oleh seseorang yang berkedudukan di masyarakat.¹³ Peran yang dimaksud oleh penulis dalam skripsi ini adalah serangkaian perilaku maupun hasil yang diperoleh oleh seseorang setelah orang tersebut melakukan puasa sunnah Senin Kamis. Dalam skripsi ini akan membahas tentang peran puasa sunnah Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswa.

2. Puasa Senin Kamis

Puasa dalam bahasa Arab dinamakan dengan *shiyam* atau *shaum* yang secara bahasa berarti “menahan diri” (berpantang) dari suatu perbuatan. Adapun menurut istilah hukum Islam puasa berarti menahan, berpantang, atau mengendalikan diri dari makan, minum, seks, dan hal-hal lain yang membatalkan dari terbit fajar (waktu subuh) hingga terbenam matahari (waktu

¹³ Dendy Sugono, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hlm.1115

maghrib).¹⁴ Di dalam ajaran Islam, puasa diatur dengan sangat tegas sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an dalam Qs. Al-Baqarah ayat 183-184, Allah berfirman:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (183)
 أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ.. (184)

*“Wahai orang-orang yang beriman diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa (yaitu) dalam beberapa hari tertentu (bulan Ramadhan)” (Al-Baqarah:183-184).*¹⁵

Puasa dibagi menjadi dua yaitu puasa wajib dan puasa sunnah. Puasa sunnah merupakan amalan yang dapat melengkapi kekurangan amalan wajib. Adapun puasa Senin Kamis merupakan salah satu puasa sunnah yang sering sekali dilakukan oleh Nabi. Nabi Muhammad SAW pernah ditanyai oleh para sahabat tentang keutamaan puasa sunnah Senin Kamis beliau menjawab bahwa semua amal-amal dipersembahkan setiap hari senin dan kamis dan beliau lebih berkenan jika ketika waktu itu beliau sedang dalam keadaan berpuasa.¹⁶

3. Kecerdasan Spiritual Siswa

Kecerdasan spiritual (*SQ*) menurut Danah Zohar dan Ian Marshall merupakan kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai. Kecerdasan yang dimaksudkan di sini yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.¹⁷ Seseorang yang

¹⁴ Ahmad Syarifuddin, *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*, (Jakarta: Gema Insani Press,2003), hlm. 43.

¹⁵ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Diponegoro, 2006), hlm. 28.

¹⁶ Ahmad Harjani, *Panduan Lengkap Puasa Wajib dan Sunnah*, (Yogyakarta: Buku Pintar, 2015), hlm.156.

¹⁷ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*, (Bandung: Mizan, 2002), hlm. 4.

memiliki kecerdasan spiritual tinggi mampu mamaknai secara utuh segala hal yang mereka lakukan sehari-hari.

Danah Zohar dan Ian Marshal menyebutkan beberapa dimensi-dimensi kecerdasan spiritual antara lain: kemampuan bersikap fleksibel (adaptif secara spontan dan aktif), tingkat kesadaran diri yang tinggi, kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, kualitas hidup yang diilhami dengan visi dan nilai, berpandangan holistik dan keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu.¹⁸

4. SMP Negeri 8 Purwokerto

SMP Negeri 8 Purwokerto merupakan sekolah di Kabupaten Banyumas yang terletak di Jl. Pierre Tendean No. 36, Brubahan, Purwokerto Lor, Purwokerto Tim., Kabupaten Banyumas. Sekolah ini merupakan salah satu sekolah favorit di Kabupaten Banyumas yang pada tahun 2015 pernah mendapatkan kejuaraan prestasi PAI unggulan tingkat Nasional. Dari segi prestasi, sekolah ini telah banyak sekali tercatat mendapatkan kejuaraan baik akademik maupun non akademik semenjak tahun ajaran 1989/1990 sampai sekarang. Berawal dari perolehan-perolehan kejuaraan yang didapat inilah SMP Negeri 8 Purwokerto menjadi sekolah yang sangat diperhitungkan oleh sekolah-sekolah lain bahkan mulai digemari oleh masyarakat.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang peneliti paparkan, maka peneliti tertarik untuk memfokuskan pelaksanaan penelitian dengan rumusan masalah yaitu “Bagaimana Peran Puasa Senin Kamis dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual (*SQ*) Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto?”

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dilaksanakannya penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tentang peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII di SMP Negeri 8 Purwokerto.

¹⁸ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan*, hlm. 14.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

- 1) Memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan dan khazanah keilmuan terkait peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa. Selain itu juga dapat diharapkan dapat dijadikan bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penelitian ini.
- 2) Memberikan pemahaman kepada penulis, pendidik, serta pembaca terkait peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII di SMP Negeri 8 Purwokerto.

b. Manfaat Praktis

- 1) Menambah dan memperkaya keilmuan bagi penulis dalam rangka mengembangkan wacana dan pendidikan terkait peranan puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto.
- 2) Mengetahui bagaimana pelaksanaan puasa Senin Kamis di SMP Negeri 8 Purwokerto.
- 3) Sebagai sumbangan khazanah keilmuan pada IAIN Purwokerto.

E. Kajian Pustaka

Peneliti akan membandingkan beberapa karya yang ada relevansinya dengan judul skripsi ini. Berikut ini merupakan kajian pustakanya:

Skripsi Umi Masitah (2014) Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. “Peranan Puasa Sunnah Senin Kamis dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas IX Madrasah Aliyah Nurul Ummah Yogyakarta”. Dalam penelitian ini 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. Kesamaan pembahasan terletak pada objek penelitian, yaitu sama-sama meneliti tentang peran puasa sunnah Senin

Kamis terkait kecerdasan spiritual siswa. Perbedaannya adalah pada subjek penelitian, pada penelitian ini subjek penelitian yang diteliti adalah untuk tingkatan Aliyah atau menengah atas, sedangkan pada penelitian yang akan saya teliti adalah untuk tingkatan menengah pertama, serta yang perannya dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswa.

Skripsi Fadlul Munir (2017) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung “Nilai-nilai Religius Ibadah Puasa dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual”. Dalam penelitian ini menjelaskan bahwa kecerdasan spiritual sangat penting ditanamkan kepada jiwa setiap insan mulai sejak anak bahkan sejak di dalam kandungan, kecerdasan tersebut dapat dimiliki apabila seseorang menghiasi dirinya dengan beberapa akhlakul karimah yang termasuk ke dalam nilai-nilai religius ibadah puasa. Kesamaan pembahasan penelitian ini adalah sama-sama membahas tentang ibadah puasa terkait kecerdasan spiritual namun dilihat dari sisi nilai-nilai religiusnya, sedangkan dalam penelitian yang akan saya teliti adalah dilihat dari peranan puasa, lebih khususnya lagi yaitu puasa sunnah Senin Kamis. Dalam skripsi Fadlul Munir ini disebutkan ciri-ciri seseorang yang *SQ*-nya berkembang antara lain kemampuan bersikap fleksibel, kemampuan refleksi tinggi, kesadaran diri dan lingkungan tinggi, kemampuan kontemplasi tinggi, berfikir secara holistik, berani menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, berani melawan arus atau tradisi, kemampuan untuk menggunakan sumber-sumber spiritual untuk menyelesaikan masalah dan kemampuan untuk berbuat baik.

Skripsi Nuraeni (2014). Jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri Yogyakarta yang berjudul “Makna puasa sunnah bagi santri As-Salafiah Mlangi Nogotirto Sleman Yogyakarta”, jenis penelitiannya adalah penelitian lapangan yang membahas satu makna ibadah sunnah yang meliputi: dasar hukum puasa sunnah, macam-macam puasa sunnah, hikmah puasa sunnah dan keutamaan puasa sunnah serta aspek-aspek puasa sunnah. Adapun makna puasa sunnah bagi santri As-salafiah Mlangi tersebut adalah dapat menjadikan santri lebih mampu mengendalikan diri sendiri dalam setiap pemikiran dan tindakan. Kesamaan pembahasan terletak pada pokok pembahasan

yang membahas tentang puasa sunnah, hanya saja pada penelitian yang saya teliti lebih dikhususkan lagi yaitu puasa sunnah Senin Kamis. Sedangkan perbedaannya terletak pada subyek penelitian yaitu santri dan siswa.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan berisikan gambaran secara umum tentang skripsi yang akan disusun penulis, hal ini ditunjukkan untuk memudahkan pembaca dalam memahami isi penelitian. Oleh karena itu penulis akan membaginya menjadi tiga bagian:

Pada bagian awal skripsi berisi halaman judul, halaman pernyataan keaslian, halaman pengesahan, halaman nota dinas pembimbing, halaman moto, halaman pembahasan, halaman abstrak, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel dan daftar lampiran.

Pada bagian kedua berisikan pokok-pokok permasalahan skripsi yang disajikan dalam bentuk bab I sampai bab V, berikut ini penjabarannya:

BAB I Pendahuluan, yang didalamnya memuat latar belakang masalah, devinisi operasional, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, dan sistematika pembahasan.

BAB II Kerangka teori yang didalamnya memuat penjabaran tentang teori-teori yang menjadi dasar penelitian ini terutama teori-teori tentang peranan puasa Senin Kamis dalam meningkatkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto.

BAB III Metode penelitian yang memuat jenis penelitian, lokasi penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

BAB IV Pembahasan Hasil Penelitian yang memuat pembahan tentang hasil penelitian terkait peranan puasa Senin Kamis dalam meningkatkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto. Bagian pertama berisi gambaran umum tentang pelaksanaan puasa Senin Kamis di SMP Negeri 8 Purwokerto terutama kelas VIII dan peranannya dalam meningkatkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa. Bagian kedua berisi tentang gambaran umum objek penelitian meliputi sejarah berdirinya sekolah, tujuan, visi dan misi, letak dan kondisi geografis serta struktur organisasi. Bagian ketiga meliputi analisis

data terkait peranan puasa sunnah Senin Kamis dalam meningkatkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto.

BAB V Penutup, berisi kesimpulan dan saran-saran. Sedangkan bagian yang terakhir memuat daftar pustaka, lampiran-lampiran, dan daftar riwayat hidup.

Sedangkan pada bagian akhir dari skripsi ini adalah daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang berkaitan dengan kepenulisan skripsi ini.



BAB II

PERAN PUASA SENIN KAMIS DALAM MENGEMBANGKAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) SISWA

A. Peran Puasa Senin Kamis

Peran dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti pemain sandiwara (film), tukang lawak pada pemain makyong, perangkat tingkah yang akan diharapkan dimiliki oleh seseorang yang berkedudukan di masyarakat.¹⁹ Peran yang dimaksud oleh penulis dalam skripsi ini adalah serangkaian perilaku maupun hasil yang diperoleh oleh seseorang setelah orang tersebut melakukan puasa sunnah Senin Kamis. Dalam skripsi ini penulis akan membahas tentang peran puasa sunnah Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswa.

1. Pengertian Puasa Senin Kamis

Secara etimologi puasa berarti menahan diri dari sesuatu, baik dalam bentuk perkataan maupun perbuatan, seperti menahan makan, minum, berbicara atau perbuatan lain. Sedangkan secara terminologi puasa berarti menahan diri dari segala perbuatan yang dapat membatalkan, yang dilakukan oleh seorang mukallaf pada siang hari, sejak terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari.²⁰

Puasa menurut istilah (syari'at) adalah mencegah diri dari segala perkara yang membatalkan, mulai terbit fajar hingga terbenamnya matahari dengan niat ibadah kepada Allah SWT. Ada juga yang mendefinisikan puasa dari segi bahasa (*lughah*) adalah semata-mata menahan dan menjauhkan diri dari melakukan sesuatu. Apabila dikatakan seseorang itu menahan diri dari melakukan perbuatan yang sia-sia, atau menahan diri dari makan dan minum ataupun berbicara, semuanya itu berarti menahan diri dari melakukan perbuatan yang membatalkan puasa, sejak terbit fajar sampai

¹⁹ Dendy Sugono, *Kamus Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), hlm. 1115.

²⁰ Ridwan Malik. *Barokah Puasa Senin Kamis*, (Jakarta: Kuta Bina, 2008), hlm . 13.

terbenamnya matahari dan disertai dengan niat pada malam harinya.²¹ Jadi, pengertian puasa menuju sehat secara syar'i adalah menahan dan mencegah diri secara sadar dari makan, minum, bersetubuh, dengan perempuan (istri), dan hal-hal yang semestinya, selama sehari penuh. Yakni dari kemunculan fajar hingga terbit matahari, dengan niat memenuhi perintah Allah SWT.²²

Puasa merupakan salah satu ibadah yang diwajibkan bagi umat Islam sejak dahulu. Adapun agama selain Islam yang menganjurkan umatnya untuk berpuasa seperti agama Yahudi kuno, namun puasa yang mereka lakukan berbeda dengan puasa yang dilakukan umat Islam. Agama Islam memahami berpuasa tidak hanya dengan menahan lapar dan dahaga saja namun ada banyak sekali sisi spiritual yang ada. Adapun puasa Senin Kamis merupakan salah satu bentuk puasa sunnah yang dilakukan pada hari senin dan kamis yang tata cara pelaksanaannya tidak berbeda dengan puasa pada bulan Ramadhan.²³ Namun niat yang dilakukan untuk berpuasa sunnah Senin Kamis ini tidak diwajibkan dilakukan pada malam sebelumnya tetapi bisa dilakukan hari itu juga. Puasa Senin Kamis ini merupakan salah satu puasa yang sering dilakukan oleh Rasulullah.

2. Syarat Wajib Puasa

- a. Islam
- b. Baligh
- c. Berakal
- d. Adanya kekuatan dan kemampuan untuk melaksanakan puasa²⁴

²¹ Hasan Muhammad Ayub, *Puasa dan I'tikaf Dalam Islam*, (Jakarta: Amzah, 2000), hlm. 18.

²² Yusuf Qardawi, *Fiqih Puasa*, (Surakarta: Era Intermedia, 2000), hlm. 18.

²³ Ridwan Malik, *Barokah Puasa Senin Kamis*, (Jakarta: Kutabina, 2008), hlm. 16.

²⁴ Mustamiar Pedak, *Puasa Obat Dasyat Ampuh Menggempur Berbagai Macam Penyakit Ringan dan Berat*, (Jakarta: Wahyu Media, 2011), hlm.17.

3. Rukun Puasa

a. Niat

Niat merupakan kunci bagi tercapainya manfaat puasa, puasa yang dilandasi dengan niat yang kurang kuat akan berakibat kurang baik pula termasuk bagi kesehatannya. Disyariatkan niat pada malam hari untuk puasa fardhu, tetapi untuk puasa sunnah tetap terhitung sah apabila berniat puasa sebelum tergelincirnya matahari.²⁵ Niat puasa wajib dilakukan pada malam hari ketika esoknya akan berpuasa. Sebaliknya dengan puasa sunnah, niatnya boleh dilakukan setelah terbit fajar dan matahari telah meninggi dengan syarat ia tidak makan atau minum sebelumnya. Jumhur ulama berpendapat bahwa sah puasa sunnah melakukan niat di siang hari.²⁶

b. Menahan diri dari sesuatu yang membatalkan puasa, mulai dari terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari.

Hal-hal yang membatalkan puasa antara lain: makan atau minum dengan sengaja, muntah dengan sengaja, keluarnya darah haid atau nifas, melakukan hubungan kelamin, *istim'na*, gila, dan membatalkan niat puasa.²⁷

4. Macam-macam Puasa

Ajaran Islam mengenal pembagian puasa menjadi beberapa macam yang dikelompokkan berdasarkan hukum dari puasa itu sendiri.

Berikut ini merupakan pembagian macam-macam puasa:

²⁵ Zainuddin bin Abdul Aziz Al-Malibari Al-Fannani, *Terjemahan Fathul Mu'in 1*, (Bandung: Sinar Baru Algensindo Bandung, 2016), hlm. 619.

²⁶ Asmaul Husna, "Pembiasaan Puasa Sunnah dan Korelasinya dalam Membentuk Karakter Anak", *Skripsi*, (Banda Aceh: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry), hlm. 20.

²⁷ Mahad Jami'ah IAIN Purwokerto, *Modul Baca Tulis al- Qur'an(BTA) dan Pengetahuan Pengalaman Ibadah (PPI) IAIN Purwokerto*, (Purwokerto: UPT. Ma'had al-Jamiah, 2017), hlm. 168.

a. Puasa Wajib

Puasa wajib merupakan puasa yang diperintahkan Allah SWT bagi seluruh umat muslim yang harus dilaksanakan sesuai waktu yang telah ditentukan.

Adapun beberapa puasa yang dihukumi wajib antara lain, yaitu:

1) Puasa Ramadhan

Kewajiban berpuasa Ramadhan bagi umat Islam dimulai semenjak 10 Sya'ban tahun kedua Hijrah Nabi Muhammad SAW dari Mekkah ke Madinah. Kewajiban berpuasa Ramadhan diperintahkan Allah dalam Qs. Al-Baqarah ayat 183.

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

“Hai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu agar kamu bertakwa”

2) Puasa Nadzar

Puasa ini dilakukan karena orang tersebut telah bernadzar akan berpuasa. Menurut para ulama jika puasa nadzar tidak bisa dilakukan maka dapat diganti dengan memerdekakan budak (hamba sahaya) atau memberi makan atau memberi pakaian kepada 10 fakir miskin.

3) Puasa Kifarat

Puasa kafarat adalah puasa yang diwajibkan Allah SWT terhadap siapa saja yang telah melakukan perbuatan terlarang dalam syariat Islam untuk membuatnya jera, membersihkan diri dan sebagai taubat kepada Allah SWT. Puasa ini merupakan puasa yang dilakukan karena adanya pelanggaran yang dilakukan oleh seorang muslim. Seperti jika seorang muslim melakukan hubungan suami istri di siang hari pada bulan

Ramadhan maka akan dikenai sanksi dengan menjalankan puasa kafarat selama dua bulan berturut-turut.

b. Puasa Sunnah

Ada beberapa puasa yang dihukumi sunnah. Berikut ini merupakan beberapa puasa yang disunahkan oleh Rasulullah SAW:²⁸

1) Puasa 6 hari di Bulan Syawal

Puasa ini dilakukan setelah hari raya idul fitri selama bulan Syawal, mulai tanggal 2 Syawal selama enam hari berurut-urut atau secara acak.²⁹ Orang yang berpuasa enam hari di bulan Syawal akan mendapatkan pahala sebanding dengan orang yang berpuasa selama satu tahun penuh.

عَنْ أَبِي أَيُّوبَ الْأَنْصَارِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ مَنْ

صَامَ رَمَضَانَ ثُمَّ أَتْبَعَهُ سِتًّا مِنْ شَوَّالٍ كَانَ كَصِيَامِ الدَّهْرِ

Diriwayatkan dari Abu Ayyub Al-anshari RA, Rasulullah SAW bersabda “Barangsiapa berpuasa pada bulan Ramadhan, lalu diiringi dengan puasa enam hari pada bulan Syawal maka dia seperti berpuasa sepanjang tahun.”(HR. Muslim, Abu Dawud, At-Tirmidzi, An- Nasai, dan Ibnu Majah).

2) Puasa Arafah

Puasa ini dilakukan pada tanggal 9 Dzulhijjah bertepatan dengan para jamaah haji berwukuf di Arafah. Puasa ini dilakukan bagi orang-orang yang tidak berwukuf di Arafah, sedangkan bagi mereka yang sedang berwukuf tidak diperkenankan berpuasa di tanggal ini.

Rasulullah SAW bersabda “Puasa tiga hari setiap bulan, bulan dari Ramadhan ke Ramadhan sama dengan puasa

²⁸ Enjang Burhanudin, *Mujahadah di Siang Hari Meraup Pahala disaat Sibuk*, (Jakarta: Qultum Media, 2018), hlm. 44-49.

²⁹ Ahmad Harjani, *Panduan Lengkap Puasa Wajib dan Sunnah*, (Yogyakarta: Buku Pintar, 2015), hlm. 152.

setahun penuh. Aku memohon kepada Allah agar puasa itu bisa menghapus dosa setahun penuh sebelumnya dan setahun sesudahnya. Adapun puasa pada hari Asyura aku memohon kepada Allah agar puasa tersebut bisa menghapus dosa setahun sebelumnya.”(HR. Muslim)

3) Puasa Senin Kamis

Puasa ini dilakukan pada hari Senin Kamis. Puasa ini merupakan salah satu puasa yang sering dilakukan oleh Rasulullah setiap minggu. Ada banyak sekali keutamaan-keutamaan dari berpuasa Senin Kamis.

4) Puasa Daud

Puasa ini dilakukan dengan cara berselang-seling, sehari berpuasa dan sehari berikutnya tidak berpuasa. Puasa ini biasa dilakukan oleh nabi Daud. Puasa ini merupakan puasa sunnah yang paling afdhal dan tidak ada lagi puasa yang afdhal selain itu.

“Abdullah bin Amru bin Al-Ash RA mengabarkan bahwa Rasulullah pernah berkata kepadanya, “Sebaik-baik shalat di sisi Allah adalah shalatnya Nabi Daud As. Dan sebaik-baik puasa disisi Allah adalah puasa Daud. Nabi Daud dahulu tidur di pertengahan malam dan beliau shalat di sepertiga malamnya dan tidur lagi diseprenamnya. Adapun puasa Daud yaitu puasa sehari dan tidak berpuasa di hari berikutnya.”(HR. Bukhari).

5) Puasa Asyura'

Puasa ini dilakukan pada tanggal 9 dan 10 Muharram. *Dikisahkan dari Ibnu Abbas RA, ia berkata, Rasulullah bersabda “apabila (usia) ku sampai tahun depan maka aku akan berpuasa pada hari kesembilan.”*(HR. Muslim)

6) Puasa 3 hari di pertengahan bulan Hijriyah (13, 14, 15)

Puasa ini sering disenut dengan puasa *Ayyamul Bidh* (puasa putih). Dalam sebuah riwayat disebutkan bahwa berpuasa pada tanggal ini pahalanya bagaikan dengan berpuasa

sepanjang tahun. Puasa ini merupakan salah satu puasa yang sering dilakukan oleh Rasulullah pada setiap bulannya.

c. Puasa Haram

Puasa yang dilakukan pada hari raya idul fitri, idul adha, puasa hari-hari tasyrik, puasa wanita haid, puasa wanita nifas, dan puasa hari *syakk* (jika tanpa sebab)

d. Puasa Makruh

Puasa makruh adalah puasa yang dilaksanakan atas dasar kesanggupan yang tidak dianjurkan oleh Rasulullah SAW. Yang termasuk dalam puasa makruh yaitu puasa yang dilakukan pada hari Jum'at saja, atau Sabtu saja, atau Minggu saja.

5. Tingkatan Puasa

Pelaksanaan puasa masing-masing orang berbeda-beda disesuaikan dengan pemaknaan puasa serta penghayatan masing-masing orang. Sedangkan sedikit sekali orang yang dapat memahami pemaknaan puasa seseorang Hal ini membuat para ulama membagi puasa menjadi tiga tingkatan, antara lain yaitu:³⁰

a. Puasa orang kebanyakan (*shaumul umum*)

Tingkatan puasa ini merupakan tingkatan yang paling banyak ditempati oleh manusia. Dalam menjalankan puasa ini, mereka menjalankan puasa dengan tidak menjalankan sesuatu yang membatalkan puasa seperti tidak makan, tidak minum, dan tidak melakukan hubungan seksual di siang hari. Tetapi mereka tidak menjaga panca inderanya (mata, tangan, kaki dan mulut) untuk berpuasa.

b. Puasa orang khusus (*shaumul khusus*)

Pada tingkatan ini, mereka berpuasa dengan tidak hanya menahan lapar, minum, melakukan hubungan seksual tetapi mereka juga berpuasa dalam menjaga panca inderanya. Tingkatan puasa ini

³⁰ M. Solahudin, *Butir-butir Hikmah Ibadah*, (Yogyakarta: Citra Risalah, 2010), hlm. 147.

ditempati oleh orang-orang shalih kekasih Allah. Ada enam hal yang selalu diperhatikan oleh orang-orang yang telah sampai tingkatan ini antara lain:

- 1) Menjaga mata agar tidak melihat hal-hal yang membuat hati tidak lagi ingat kepada Allah atau menyebabkan lupa terhadap kehidupan akhirat
- 2) Menjaga mulut agar tidak menggunjing, mengadu domba, memfitnah, berbohong, dan mengucapkan atau membicarakan sesuatu yang tidak baik.
- 3) Menjaga telinga agar tidak mendengarkan hal-hal yang dilarang atau tidak perlu di dengar.
- 4) Menjaga anggota tubuh yang lain dari hal-hal yang dilarang atau diharamkan (*al-muharramat*) dan hal-hal yang dimakruhkan (*al-makruhah*), termasuk hal-hal yang *syubhat* (tidak jelas hukumnya)
- 5) Tidak berlebihan saat berbuka karena berpotensi membangkitkan syahwat yang sepanjang hari sebelumnya telah dapat dikendalikan.
- 6) Setelah berbuka hati berada antara *khauf* dan *raja'*. *Khauf* berarti rasa takut puasanya akan diterima atau tidak, sedangkan *raja'* berarti harapan agar puasanya diterima oleh Allah.

c. Puasa orang istimewa (*shaum khusushil khusus*)

Pada tingkatan ini mereka tidak hanya perut, kelamin, dan seluruh anggota tubuhnya berpuasa, tetapi pikirannya juga ikut berpuasa. Orang-orang yang berada pada tingkatan ini adalah mereka para nabi dan rasul.

6. Sunnah dan Adab-Adab Puasa

Berpuasa memiliki beberapa kesunnahan dan adab yang dianjurkan bagi orang yang berpuasa agar puasa yang dilakukan lebih bermakna. Beberapa hal yang dianjurkan antara lain adalah:³¹

- a. Sahur
- b. Mengakhirkan sahur
- c. Menyegerakan berbuka
- d. Berbuka dengan kurma jika ada atau dengan air
- e. Banyak berinfaq
- f. Membaca dan mempelajari al-Qur'an
- g. Meninggalkan apa saja yang bisa menghilangkan pahala puasa yaitu berupa maksiat-maksiat baik yang lahir maupun batin
- h. Jika ada yang mencacimaki hendaknya mengatakan saya puasa

7. Syarat Sah Puasa

Berpuasa memiliki beberapa ketentuan-ketentuan yang harus dipenuhi, apabila ketentuan-ketentuan tersebut tidak dipenuhi maka puasanya dianggap tidak sah. Berikut yang menjadi syarat sah puasa adalah:

- a. Islam
- b. *Mumayiz*
- c. Tidak sedang haid atau nifas
- d. Waktu yang diperbolehkan untuk berpuasa³²

8. Hikmah Puasa

Puasa merupakan ibadah yang mengandung banyak hikmah. Tidak hanya dari segi spiritualnya saja, tapi juga dari aspek-aspek yang lain. Berpuasa memiliki beberapa hikmah tersendiri yang dapat dirasakan bagi pelakunya. Baik dari aspek kejiwaan maupun aspek jasmaniah.

³¹ Syaikh Abu Malik Kamal bin As-Sayyid Salim, *Ensiklopedi Shaum dan Zakat* (Solo: Cordova Mediatama, 2010), hlm. 42-46.

³² Ubaidurrahman El-Hamdy, *Rahasia Kedasyatan Puasa Senin Kamis*, (Jakarta: Wahyu Media, 2010), hlm. 19-21.

Yusuf Qardhawi dalam bukunya fiqih puasa menyebutkan hikmah-hikmah puasa antara lain:³³

a. *Tazkiyah an-Nafs* (pembersihan jiwa)

Melalui berpuasa seseorang akan dapat melatih diri untuk mengontrol segala hal yang dilakukan yaitu dengan mematuhi perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya bermula dari puasa. Belajar dari dengan tidak makan, tidak minum, tidak melakukan hal-hal yang membatalkan puasa seseorang akan bisa merasakan kebersihan pada jiwanya.

b. Menyehatkan badan dan meningkatkan aspek kejiwaan mengungguli aspek materi dalam diri manusia

صَوْمُكُمْ تَصِحُّوْ

“Berpuasalah, maka kalian akan sehat”

Ungkapan nabi ini sesuai dengan yang dilakukan para dokter saat ini, yaitu dengan menyuruh pasien yang akan dioperasi untuk berpuasa. Hal ini menunjukkan bahwa puasa memang sangat penting untuk menunjang kesehatan.

Penyakit obesitas merupakan salah satu penyakit yang timbul dari konsumsi asupan makanan yang melebihi ambang yang dibutuhkan tubuh yang disertai kurangnya aktifitas yang dapat membakar lemak. Sehingga banyaknya lemak yang tertimbun di bawah kulit dan muncullah obesitas. Penyakit obesitas ini dapat mengakibatkan beberapa penyakit yang lainnya seperti: tekanan darah tinggi, penyakit jantung, diabetes, penyakit kandung kemih, encok, ataupun radang persendian. Selama berpuasa tidak ada asupan makanan, sehingga lemak yang berada di bawah kulit menjadi terurai untuk mengganti asupan makanan tersebut. Dengan

³³ Yusuf Qardhawi, *Fiqih Puasa*, hlm. 22.

demikian maka penyakit obesitas dapat dihindari dengan cara berpuasa.³⁴

- c. *Tarbiyah* bagi *iradah* (kemauan), jihad bagi jiwa, pembiasaan kesabaran dan pemberontakan bagi hal-hal yang telah lekat mentradisi.

Toni pransiska menyebutkan bahwa di dalam berpuasa mengandung tiga macam kesabaran yang sesuai dengan pendapat sahabat Ali bin abi thalib dan Imam Al-Ghazali yang mengklasifikasikan sabar menjadi tiga macam yaitu (1) sabar dalam ketaatan yaitu menahan kesusahan dan kesukaran dalam mengerjakan dan menunaikan amal ibadah, (2) sabar dalam kemaksiatan, (3) sabar dalam menghadapi ujian dan cobaan yang menyimpannya. Puasa adalah separuh kesabaran dan kesabaran adalah separuh keimanan. Ini berarti puasa merupakan seperempat keimanan.³⁵

- d. Mempertajam Kecerdasan

Pada saat tidak ada asupan makanan dalam tubuh, usus akan beristirahat, sari makanan akan berkurang. Jadi beban darah yang membawanya akan berkurang. Itu sebabnya darah yang ada di dalam otak tidak perlu lagi dikerahkan untuk membawa sari makanan dari dalam usus. Ketika itulah pikiran akan merasa senang dan segar.

Tentunya dengan pikiran yang jernih dan segar, kerja otak untuk menerima ilmu pengetahuan akan semakin cepat. Pikiran akan menjadi fokus dan dapat berkonsentrasi penuh, sehingga

³⁴ Mustaghfiroh, "Pengaruh Intensitas Puasa Senin Kamis terhadap Kecerdasan Spiritual Santri Pondok Pesantren Daarun Najaah Jerakah Tugu Semarang", *Skripsi*, (Semarang: Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Walisongo, 2012)

³⁵ Toni Pransiska, *Peta dan Risalah Ramadhan Menebar Hikmah dan Pesan Ilahi di Bulan Suci*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2011), hlm. 91-92.

penuntut ilmu yang sering berpuasa akan memperoleh prestasi yang cemerlang³⁶

Az-Zarnuji dalam karyanya kitab Ta'lim al Muta'allim menyebutkan sebuah keterangan bahwa belajar paling efektif adalah pada saat perut lapar, karena pada saat perut kenyang, banyak darah yang tersalur untuk melakukan proses pencernaan. Sewaktu seseorang berpuasa dan perut kosong maka volume darah dibagian pencernaan dapat dikurangi dan dipakai untuk keperluan lain terutama untuk melayani otak.³⁷

- e. Mematahkan gelora syahwat dan mengangkat tinggi nalurinya khususnya jika terus-menerus puasa dengan mengharap ridho Allah SWT.

Sudah menjadi nalurinya semua manusia memiliki syahwat (hawa nafsu), melalui berpuasa manusia akan lebih mampu mengendalikan hawa nafsunya. Oleh karena itu Rasulullah menganjurkan berpuasa bagi para pemuda yang belum mampu menikah.

Melalui berpuasa, seseorang akan mudah untuk mengendalikan hawa nafsunya. Sebagaimana sabda Rasulullah:

يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ مَنِ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَ ةَ فَلْيَتَزَوَّجْ فَإِنَّهُ أَغْضُ لِلْبَصْرِ وَأَخْصَنُ لِلْفَرْجِ وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ فَإِنَّهُ لَهُ وَجَاءٌ

“Wahai para pemuda, barang siapa diantara kalian telah mampu maka menikahlah. Sesungguhnya ia lebih dapat menundukkan pandangan dan lebih menjaga kemaluan. Sedangkan barangsiapa tidak mampu maka berpuasalah, karena sesungguhnya puasa itu pengendalian baginya.”

³⁶ Mustaghfiroh, “Pengaruh Intensitas Puasa Senin Kamis Terhadap Kecerdasan Spiritual Santri Pondok Pesantren Daarun Najaah Jerakah Tugu Semarang”, *Skripsi*, (Semarang: Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Walisongo, 2012)

³⁷ A. Syifaul Qulub, “Pengaruh Puasa Terhadap Kecerdasan Spiritual”, *Jurnal Pendidikan Islam*, vol. 12 no. 1 (Gresik: Sekolah Tinggi Agama Islam Daruttaqwa Suci, 2016), hlm. 103.

f. Menajamkan perasaan terhadap nikmat Allah SWT

Seseorang dapat merasakan nikmatnya kenyang dan nikmatnya pemenuhan dahaga jika dia merasakan lapar dan kehausan. Jika dia merasakan kenyang setelah lapar atau hilang dahaga setelah kehausan, dalam hatinya akan keluar ucapan alhamdulillah. Hal inilah yang akan mendorong seseorang untuk senantiasa mensyukuri nikmat-nikmat Allah kepadanya.

g. Mempunyai hikmah *ijtima'iyah* (hikmah sosial)

Puasa dapat memperkokoh dan mendidik rasa kasih sayang, karena pada saat berpuasa akan merasakan panasnya lapar. Sehingga menumbuhkan rasa kasih sayang kepada fakir miskin yang tidak mendapati pangan dan bisa menutupi lapar dan dahaganya. Kalau orang yang berpuasa bisa berbuka di sore hari karena ada makanan, mereka kaum fakir miskin belum tentu bisa makan. Dari sinilah akan menimbulkan rasa empati sosial yang tinggi.

h. Mempersiapkan orang menuju derajat taqwa dan naik meningkatkan ke kedudukan orang-orang *muttaqin*

Puasa adalah alat untuk mengetes ketaatan dan amanah seorang muslim. Sebab, puasa adalah ibadah yang khusus di mana yang mengetahuinya hanyalah orang yang berpuasa dan Allah semata. Bisa saja berpura-pura berpuasa dengan menampakkan badan yang lemas. Bisa pula ia bilang kepada teman-temannya bahwa hari ini ia berpuasa. Namun yang tahu hanya Allah dan dirinya. Jika ia bisa menunaikan amanah tersebut, maka dia termasuk hamba yang mendapatkan pahala khusus dari-Nya. Namun, jika ia gagal berarti ia telah berkhianat baik dunia maupun akhirat.³⁸

³⁸ Mustaghfiroh, "Pengaruh Intensitas Puasa Senin Kamis Terhadap Kecerdasan Spiritual Santri Pondok Pesantren Daarun Najaah Jerakah Tugu Semarang", *Skripsi*, (Semarang: Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Walisongo, 2012)

B. KECERDASAN SPIRITUAL (SQ)

1. Macam-macam Kecerdasan

a. *Intelligence Quotient (IQ)*

Intelligence Quotient (IQ) adalah ukuran kemampuan intelektual, analisis, logika dan rasio seseorang. Dengan demikian, hal ini berkaitan dengan ketrampilan berbicara, kesadaran akan ruang, kesadaran akan sesuatu yang tampak, dan penguasaan matematika. *IQ* mengukur kecepatan kita mempelajari hal-hal baru, memusatkan perhatian pada aneka tugas dan latihan, menyimpan dan mengingat kembali informasi objektif, terlibat dalam proses berpikir, bekerja dengan angka, berpikir abstrak dan analisis, serta memecahkan permasalahan dan menerapkan pengetahuan yang telah ada sebelumnya. Jika *IQ* kita tinggi, kita memiliki modal yang sangat baik untuk lulus dari semua jenis ujian dengan gemilang, dan meraih nilai yang tinggi dalam uji *IQ*.

b. *Emotional Quotient (EQ)*

Emotional Quotient secara sederhana merupakan perangkat untuk mengukur kecerdasan emosional seseorang, namun sampai saat ini belum ada testing yang baku sehingga masih berupa kepedulian-kepedulian saja. *EQ* merupakan kecerdasan yang dimiliki seseorang sehingga ia mampu mengendalikan emosinya bahkan menguasainya. Orang yang memiliki *IQ* yang baik, ditandai dengan kehidupan yang penuh motivasi, menyadari kemampuan dan kelemahan diri, selalu berempati dan simpatik, bersolidaritas tinggi dan syarat dengan kehangatan emosional dalam pergaulan.³⁹

c. *Spiritual Quotient (SQ)*

Pada hakikatnya *SQ* adalah suara hati. Suara yang paling jernih muncul dari hati. Suara tersebut tidak dapat ditipu oleh siapapun termasuk diri sendiri. *SQ* akan membimbing manusia

³⁹ Azhari Akmal Tarigan, *40 Pesan Ramadhan*, hlm. 29.

menjadi manusia yang jenuine diri yang autentik dan bukan menjadi diri yang palsu.⁴⁰ Dalam *SQ* ini ditemukan eksistensi “titik Tuhan (*god spot*) dalam otak manusia. Pusat spiritual ini terletak diantara jaringan saraf dan otak. Zohar dan Marshal berkesimpulan bahwa *SQ* sangat dibutuhkan dalam mencapai kehidupan yang lebih bernilai dan lebih bermakna.⁴¹

2. Pengertian Kecerdasan Spiritual (*SQ*)

Pusat pembinaan dan pengembangan bahasa menyebutkan bahwa kecerdasan adalah kesempurnaan perkembangan akal budi seperti kepandaian dan ketajaman pikiran⁴² Pada dasarnya manusia memiliki potensi diri yang dibawa sejak lahir

Kecerdasan spiritual (*SQ*) merupakan temuan ilmiah mutakhir yang digagas oleh Danah Zohar dan Ian Marshal. Danah Zohar dan Ian Marshal mengartikan kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai. Kecerdasan yang dimaksudkan di sini yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.⁴³ Dalam penelitiannya disebutkan bahwa Kecerdasan spiritual (*SQ*) merupakan kecerdasan paling tinggi dibandingkan dengan dua kecerdasan yang telah ditemukan sebelumnya yaitu kecerdasan intelektual (*IQ*) dan kecerdasan emosional (*EQ*).

Pada hakikatnya kecerdasan spiritual (*SQ*) merupakan suara hati. Suara hati paling jernih yang muncul dari hati. Suara itu tidak dapat ditipu oleh siapapun termasuk oleh diri kita sendiri.⁴⁴ Winarno

⁴⁰ Azhari Akmal Tarigan, *40 Pesan Ramadhan*, hlm. 31-32.

⁴¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, hlm. 174-175.

⁴² Tim Penyusun Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2009), hlm. 209.

⁴³ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan*, hlm. 4.

⁴⁴ Azhari Akmal Tarigan, *40 Pesan Ramadhan Agar Puasa Lebih Bermakna*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2008), hlm. 30.

Darmoyuwono mengartikan *SQ* sebagai kecerdasan yang berkaitan dengan kecerdasan interpersonal yaitu kemampuan seseorang melakukan refleksi diri, merenung, dan berhubungan dengan alam batin serta Tuhannya, serta kecerdasan interpersonal yaitu sikap dan perbuatan terhadap orang lain atau makhluk lain.⁴⁵

Berdasarkan pernyataan Jalaludin Rahmat dalam pengantar buku *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan* yang mengutip pernyataan Marsha Sinetar dan Khalil Khavari tentang kecerdasan spiritual. Marsha Sinetar menyebutkan bahwa kecerdasan spiritual adalah pikiran yang mendapat inspirasi, dorongan, dan efektifitas yang terinspirasi, *theisness* atau penghayatan keutuhan yang di dalamnya kita semua menjadi bagian. Adapun Khalil Khavari mengartikan kecerdasan spiritual sebagai fakultas dari dimensi non material kita-ruh manusia.⁴⁶

Berdasarkan berbagai pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual merupakan kemampuan manusia dalam memahami segala hal secara utuh yang bersumber dari hati nurani dan bersifat fitrah serta berprinsip karena Allah yang mengarahkan manusia agar bersikap bijak dalam segala hal.

3. Pembuktian Kecerdasan Spiritual

Hasil riset yang dilakukan oleh ahli saraf Austria Wolf Singer pada tahun 1990 atas makalahnya *The Binding Problem* yang menunjukkan bahwa ada proses saraf manusia yang terkonsentrasi pada usaha untuk menyatukan serta member makna dalam pengalaman hidup kita. Suatu jaringan yang secara literal “mengikat” pengalaman kita secara bersama untuk “hidup lebih bermakna”. Pada *God Spot* inilah sebenarnya terdapat *value* manusia yang tertinggi.

⁴⁵ Winarno Darmoyuwono, *Rahasia Kecerdasan Spiritual*, (Jakarta: PT. Sangkan Peran Media, 2008), hlm. 20.

⁴⁶ Danar Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan*, hlm. Xxvii.

Namun pembahasannya baru sebatas tataran biologi-psikologi, belum menjangkau pada nilai-nilai ketuhanan.⁴⁷

Penelitian terbaru yang dilakukan oleh ahli saraf VS Ramachandran dan timnya dari California university pada tahun 1997 yang menemukan bahwa terdapat eksistensi *God Spot* dalam otak manusia. Titik *God spot* ini digunakan sebagai pusat spiritual (*spiritual center*) yang terletak diantara jaringan saraf dan otak.⁴⁸ *God Spot* ini merupakan fitrah hati yang dimiliki oleh manusia sehingga manusia mampu melihat dengan “mata hati”, mampu melihat dengan tepat serta memprioritaskannya dengan benar sehingga mampu menghasilkan keputusan yang adil dan bijaksana.⁴⁹

Pembuktian kecerdasan spiritual dalam Islam yang menjadi acuan para ilmuwan Muslim mengacu pada beberapa ayat al-Qur’an diantaranya terdapat dalam al-Qur’an surat Ar-Rum: 30

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَا لِكَ الدِّينِ الْقَيِّمُ
وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

“Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Islam), (sesuai) fitrah Allah disebabkan Dia telah menciptakan manusia menurut fitrah itu. Tidak ada perubahan pada ciptaan Allah. (Itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui.”

Keterkaitan antara fitrah dengan *God Spot* sangatlah erat. *God Spot* merupakan sumber suara hati spiritual yang akan mengantarkan manusia kembali pada fitrah. Sedangkan suara hati manusia pada dasarnya bersifat universal. Adapun yang menjadi sumber dari suara hati manusia adalah sifat-sifat Allah 99 yang dikenal dengan Asmaul husna. Sifat-sifat yang sering tiba-tiba muncul dan dirasakan, mulai dari berupa larangan, peringatan, atau sebaliknya. Semua itu bermula

⁴⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ (Emosional Spiritual Quotient) Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Arga, 2001), hlm. 44.

⁴⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses*, hlm. 44.

⁴⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses*, hlm. 104.

dari perjanjian primordial antara manusia dan Tuhannya. Ketika jiwa manusia mengakui bahwa Allah sebagai Tuhannya maka saat itu juga sifat-sifat Allah akan memancar dalam *God Spot*nya. Bermula dari sinilah dasar awal pijakan kecerdasan spiritual muncul.⁵⁰

Kebenaran Islam senantiasa selaras dengan suara hati manusia. Dengan demikian agama Islam merupakan agama fitrah yang sesuai dengan kebutuhan yang dibutuhkan manusia. Jadi seluruh ajaran agama Islam merupakan tuntutan suara hati manusia. Karena hati nurani merupakan tantangan hidup yang perlu dipertimbangkan serta dikembangkan agar mampu menghadapi perubahan kehidupan yang cepat serta dinamis ini, maka agama Islam mampu menjadi landasan bagi pengembangan kecerdasan spiritual.⁵¹

4. Ciri-ciri Kecerdasan Spiritual

Ciri-ciri kecerdasan spiritual menurut Sinetar antara lain:⁵²

- a. Mempunyai kesadaran diri yang mendalam, sehingga bisa menyadari situasi dan kondisi yang datang sehingga bisa menghadapinya dengan positif.
- b. Mempunyai visi dan tujuan hidup, sehingga kualitas hidupnya diilhami oleh visi dan nilai-nilai kebaikan yang dianutnya.
- c. Mampu bersikap fleksibel secara spontan dan aktif untuk mencapai hasil yang baik, berpandangan pragmatis (sesuai kegunaan) dan efisien tentang realitas.
- d. Berpandangan holistik, yang melihat keterkaitan peristiwa dalam berbagai hal sebagai rencana yang indah dari Tuhan di dalam kehidupannya.
- e. Mampu melakukan perubahan dalam bidang-bidang kehidupan yang ditekuninya tanpa harus menjatuhkan orang lain.

⁵⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses*, hlm.107-108.

⁵¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses*, hlm. 40.

⁵² Monty P. Satiadarma & Fidelis E. Waruwu, *Mendidik Kecerdasan*, (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003), hlm. 46.

- f. Mampu menjadi sumber inspirasi bagi orang lain, mempunyai gagasan-gagasan yang unik, segar dan spektakuler.
- g. Mampu melakukan refleksi diri dan memilah-memilah mana yang menjadi prioritas dalam hidupnya.

Toto Tasmara menyebutkan beberapa ciri-ciri kecerdasan spiritual diantaranya adalah:⁵³

a. Memiliki visi

Mereka menyadari bahwa hidup merupakan kesengajaan yang harus dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab, yaitu dengan memahami hidup mereka secara utuh. Membuat proyeksi dirinya di masa yang akan datang, yaitu dengan menetapkan visinya dengan berdasarkan alasan-alasan yang bisa dipertanggungjawabkan. Visi atau tujuan hidup setiap muslim yang cerdas secara spiritual akan menjadikan pertemuan Allah sebagai puncak dari pernyataan visi pribadinya yang kemudian dijabarkan dalam bentuk perbuatan baik yang terukur dan terarah.

b. Merasakan kehadiran Allah

Mereka merasakan menyadari bahwa seluruh detak hatinya diketahui dan dicatat oleh Allah tanpa ada satupun yang tercecceh. Kesadaran bahwa Allah senantiasa bersamanya dan perasaan bahwa Allah bersama dirinya merupakan bentuk fitrah manusia.⁵⁴ Melalui kesadaran inilah yang nantinya akan mengarahkan manusia berlaku pada arah yang baik. Perasaan akan hadirnya Allah dapat diperoleh melalui ibadah-ibadah, baik itu ibadah wajib maupun sunnah.

c. Berdzikir dan berdoa

Berdzikir memberikan makna kesadaran diri “aku di hadapan Tuhanku”, yang kemudian mendorong dirinya sadar dan

⁵³ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), hlm. 14.

⁵⁴ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah(Transcendental Intelligence)*, (Jakarta: Gema Insani, 2001), hlm. 14.

penuh tanggungjawab untuk melanjutkan misi hidupnya yang dinamis. Sedangkan doa merupakan bagian dari berdzikir⁵⁵

d. Memiliki kualitas sabar

Sabar berarti memiliki ketabahan dan daya yang sangat kuat untuk menerima beban, ujian, atau tantangan tanpa sedikitpun mengubah harapan untuk menuai hasil yang ditanamnya. Mereka yang sabar akan menerima ujian sebagai tantangan, baginya hal tersebut adalah sesuatu yang biasa atau memang demikianlah seharusnya. Menerima dengan hati yang lapang dan antusias.⁵⁶

e. Cenderung pada kebaikan

Kebaikan merupakan kodrat yang melekat pada fitrah manusia itu sendiri. Sedangkan manusia hanya dapat memanusiaikan dirinya selama ia bertanggungjawab terhadap amanah yang diberikan oleh Allah kepadanya, dan amanah tersebut harus dilaksanakan dalam bentuk tanggungjawab yaitu dengan bertaqwa.⁵⁷

f. Memiliki empati

Empati berarti kemampuan seseorang untuk memahami orang lain.⁵⁸ Daniel goelman mengartikan empati sebagai kesadaran terhadap perasaan, kebutuhan, dan kepentingan orang lain⁵⁹. Maka orang yang memiliki empati tinggi akan cenderung lebih bersikap bijaksana terhadap orang lain karena mereka memahami perasaan masing-masing orang.

⁵⁵ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, hlm.19.

⁵⁶ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, hlm.30.

⁵⁷ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, hlm. 34.

⁵⁸ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, hlm. 34.

⁵⁹ Mustaghfiroh, "Pengaruh intensitas Puasa Senin Kamis Terhadap Kecerdasan Santri Pondok Pesantren Daarun Najah Jerakah Tugu Semarang", *srkipsi*, (Semarang: Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo Semarang, 2012)

g. Berjiwa besar

Orang yang cerdas secara spiritual adalah mereka yang mampu memaafkan kesalahan orang lain betapa besarnya kesalahan tersebut. Terkecuali dalam hal yang sudah termasuk melanggar norma. Baik itu norma agama dan norma adat.

h. Bahagia melayani

Budaya melayani dan tolong menolong merupakan bagian dari citra diri seorang muslim. Mereka sadar bahwa kehadiran dirinya tidak terlepas dari tanggungjawab terhadap lingkungannya. Sebagai bentuk tanggungjawab mereka menunjukkan sikapnya dengan tulus melayani orang-orang di sekitarnya.⁶⁰

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Spiritual (SQ)

Perkembangan kecerdasan spiritual setiap masing-masing orang berbeda, tergantung pada pribadi mereka untuk terus berusaha mengasahnya seperti rasa keingintahuan mereka tentang sesuatu dan bagaimana cara mereka menyikapi hal tersebut. Ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi kecerdasan spiritual seseorang, antara lain:

- a. Tidak mengembangkan beberapa bagian dari dirinya sendiri. Tidak ada usaha sama sekali untuk mengembangkan kemampuan mereka. Hal ini bisa terjadi karena pengaruh banyak faktor baik dalam diri yang memang tidak ada kemauan ataupun dari pengaruh luar yang tidak mendukung seperti kurangnya perhatian orang tua serta guru mereka masing-masing.
- b. Mengembangkan beberapa bagian namun tidak proposional atau dengan cara yang negatif atau diskriptif. Hal ini sering terjadi dalam dunia nyata pendidikan sekarang ini seperti halnya hanya memperhatikan perkembangan aspek kognitif siswa mereka tanpa memperhatikan aspek psikomotorik dan aspek spiritual mereka. jika pengembangannya tidak proposional (tidak seimbang) maka

⁶⁰ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, hlm. 38.

yang terjadi adalah tingkat kecerdasan spiritual mereka tidak akan berkembang maksimal, begitu juga apabila dengan cara yang negatif.

- c. Bertentangan atau buruknya hubungan antara bagian-bagian.⁶¹ Ketidaksinambungan antara bagian yang satu dengan yang lainnya menyebabkan buruknya hasil dari setiap perkembangan spiritual mereka.

C. PUASA SENIN KAMIS DALAM MENGEMBANGKAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) SISWA

Puasa merupakan salah satu sarana pendekatan seorang hamba kepada Allah SWT. dan bukti kecintaan pada-Nya. Orang yang berusaha menahan diri dari makan dan minum serta sesuatu yang membatalkan puasa, padahal makanan dan minuman itu halal baginya, tentu orang ini memiliki kedudukan mulia di sisi Allah SWT.⁶²

Pada hakikatnya puasa adalah media latihan bagi manusia untuk kembali menjadi autentik. Manusia autentik adalah manusia yang tetap berada dalam fitrah keseimbangan. Yaitu fitrah untuk selalu berpegang pada kebenaran serta memperjuangkan kebenaran demi kemanusiaan. Adapun manusia merupakan makhluk rohani dan jasmani yang memiliki kebutuhan berbeda-beda. Kebutuhan rohani selalu menggiring manusia untuk dekat dengan Tuhan dan selalu mengerjakan kebaikan, sedangkan kebutuhan jasmani menggiring manusia untuk selalu memenuhi kebutuhan fisik.⁶³

Kedua kebutuhan di atas hakikatnya harus seimbang, namun pada realitanya kebutuhan jasmani selalu mendominasi manusia sehingga menjadi rakus, tamak, dan tidak pernah puas terhadap kesenangan duniawi yang akhirnya membuat manusia menjadi makhluk yang semena-mena dalam bertindak. Pada kondisi ini sebenarnya manusia tidak lagi berada dalam fitrah keseimbangan. Ia telah menjelma menjadi manusia yang

⁶¹ Danar Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan*, hlm. 44.

⁶² Azhari Akmal Tarigan, *40 Pesan Ramadhan*, hlm 35

⁶³ Azhari Akmal Tarigan, *40 Pesan Ramadhan*, hlm. 31.

palsu. lebih dari itu iapun semakin jauh dari titik orbit Tuhan karena kebutuhan rohaninya tidak lagi terpenuhi. Fitrah keseimbangan setiap muslim bisa dikembalikan melalui pelaksanaan puasa. Melalui kegiatan puasa, kebutuhan jasmani ditekan sedangkan kebutuhan rohaninya yang selama ini rendah dipacu naik sehingga sejajar dengan kebutuhan jasmani yang telah mengalami penurunan tersebut.⁶⁴

Tidak hanya puasa wajib, kecerdasan spiritual juga dapat dikembangkan melalui puasa sunah seperti halnya puasa Senin Kamis. Puasa Senin Kamis adalah puasa yang dilakukan pada hari senin dan kamis, dengan tata cara tidak berbeda dengan puasa Ramadhan.⁶⁵ Hanya saja puasa Ramadhan ketika tidak dilakukan wajib mengganti dilain hari, sedang puasa Senin Kamis tidak. Istimewanya puasa Senin Kamis adalah tepat hari senin dimana hari Nabi Agung Muhammad Saw, dilahirkan ke muka bumi serta dimana semua amal perbuatan diperiksa dan dilaporkan. Hari kamis ialah hari dimana dosa-dosa umat islam diampuni oleh Allah.

A. Syifaul Qulub menyebutkan dalam jurnalnya yang berjudul "Pengaruh Puasa Terhadap Kecerdasan Spiritual" bahwa *SQ* mengacu pada titik Tuhan (*God Spot*). Adapun aspek-aspek *God Spot* tersebut diantaranya adalah rasa rendah hati, pembersihan jiwa, rasa sabar, rasa syukur, rasa tawakkal, perbaikan akhlak. Aktifitas puasa dapat memberi pengaruh terhadap peningkatan *SQ* manusia, terutama puasa yang dijalankan secara fungsional (*shaumul khawash, wa khawashul khawash*) sebab melalui puasa, manusia akan lebih memahami dirinya sendiri, sadar eksistensi, dan terus mencari hakikat kehidupan. Adapun pengaruhnya antara lain yaitu: menambah rasa rendah hati (*tawadhu'*), membersihkan jiwa (*tazkiyatun nafsi*), menambah rasa sabar, menambah syukur, *tawakkal* dan memperbaiki akhlak.⁶⁶

⁶⁴ Azhari Akmal Tarigan, *40 Pesan Ramadhan*, hlm. 31-32.

⁶⁵ Ridwan Malik, *Barokah Puasa Senin Kamis*, (Jakarta: Kutabina, 2008), hlm . 16.

⁶⁶ A. Syifaul Qulub, "Pengaruh Puasa Terhadap Kecerdasan Spiritual", *Jurnal Pendidikan Islam*, vol. 12 no. 1 (Gresik: Sekolah Tinggi Agama Islam Daruttaqwa Suci, 2016), hlm. 111.

Sebagaimana kita tahu macam-macam kecerdasan dibagi menjadi 3 yaitu *IQ*, *EQ*, dan *SQ*. Pada idealnya ketiga kecerdasan tersebut merupakan serangkaian kecerdasan yang saling mendukung antara yang lain namun pada umumnya ketiga kecerdasan tersebut memiliki potensi kekuatan tersendiri yang sangat memungkinkan bahwa ketiga kecerdasan tersebut tidak berjalan dengan seimbang. Orang yang mempunyai *IQ* serta *EQ* tinggi belum tentu memiliki *SQ* yang tinggi, bisa juga begitu sebaliknya bahkan bisa jadi orang tersebut hanya memiliki satu tingkat kecerdasan. Hakikatnya setiap orang mempunyai tiga potensi kecerdasan tersebut namun tidak semuanya dapat mengolah serta mengembangkan potensi tersebut.

Pendidikan mempunyai peran sangat penting dalam mengembangkan potensi ini. Oleh karena itu untuk melahirkan manusia yang ber-*SQ* tinggi dibutuhkan pendidikan yang tidak hanya memperhatikan pengembangan aspek *IQ* saja melainkan sekaligus *EQ* dan *SQ*. Dengan demikian diharapkan akan lahir dari lembaga-lembaga pendidikan manusia yang benar-benar utuh.⁶⁷

Pendidikan agama memberikan ruang pembelajaran anak dalam memahami eksistensi Allah dan keberadaan manusia sebagai makhluk ciptaan-Nya yang berkewajiban untuk beribadah. Sudah saatnya bagi para orang tua dan pendidik untuk menanamkan nilai-nilai agama sebagai dasar rujukan utama mengenal nilai-nilai kemanusiaan, nilai-nilai lahiriyah dan relevansinya dalam kehidupan bermasyarakat. Nilai-nilai itulah yang membentangkan potensi kecerdasan spiritual anak.⁶⁸

Penanaman nilai-nilai agama dalam lingkungan sekolah bisa dimulai dengan pembiasaan-pembiasaan kegiatan rutin di sekolah baik dalam jangka waktu mingguan ataupun bulanan seperti pembiasaan 3 S

⁶⁷ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2017), hlm. 175.

⁶⁸ Anisa Muslimatun, "Pengembangan Kecerdasan Spiritual pada Santri di SMP Daarul Qur'an Colomadu, Karanganyar, Tahun 2015/2016", *Sripsip*, (Surakarta: Intitut Agama Islam Negeri Surakarta, 2017) hlm. 27.

(senyum, salam, dan sapa) serta sopan, jamaah sholat dhuhur pada waktu istirahat kedua, infaq hari Jum'at, pengumpulan dan pembagian zakat fitrah, maupun pembiasaan berpuasa Senin Kamis. Melalui kegiatan-kegiatan tersebutlah aspek kecerdasan spiritual siswa dapat berkembang.

Semua manusia dibekali potensi kecerdasan sejak lahir, namun tidak semuanya dapat mengembangkan atau bahkan memahami potensi kecerdasan masing-masing individu. Dalam rangka mengembangkan kecerdasan spiritual seseorang diperlukan masukan-masukan terkait dimensi spiritual. Adapun dimensi spiritual itu merupakan dimensi yang berhubungan dengan hal-hal yang bersifat spiritual seperti entitas rohaniah (termasuk makhluk rohaniah) serta kualitas-kualitas rohaniah (cinta, kasih sayang, kesabaran, keadilan, kejujuran, kedamaian, kebahagiaan, ketekunan, konsistensi, loyalitas, ketulusan, keikhlasan, kerendah-hatian, pemanfaatan, keramahan, penuh perhatian, suka menolong, mengalah, bersyukur, keuletan berjuang dan rela berkorban).⁶⁹

Pengembangan potensi kecerdasan menjadi tugas masing-masing individu serta lingkungan sekitarnya agar potensi kecerdasan mereka berkembang secara baik. Begitu pula dalam pengembangan ranah kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa, Berikut ini merupakan tanda-tanda dari seseorang yang *SQ*nya telah berkembang secara baik:⁷⁰

1. Kemampuan bersikap fleksibel

Orang yang bersikap fleksibel adalah mereka yang dapat membawa diri dan menyesuaikan diri dengan berbagai situasi yang dihadapinya. Tidak kaku dan keras serta bisa menerima berbagai keadaan. Biasanya cenderung bersikap terbuka dan pembawaan diri yang baik terhadap lingkungan sekitarnya.

2. Tingkat kesadaran diri yang tinggi

Kesadaran diri yang tinggi berarti telah mengenal dirinya dengan sebaik-baiknya, mampu mengendalikan diri dengan baik.

⁶⁹ Winarno Darmoyuwono, *Rahasia Kecerdasan*, hlm. 39.

⁷⁰ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan*, hlm. 14.

Untuk mampu mengenali dirinya diperlukan sikap yang kooperatif terhadap dirinya, biasanya setelah mereka mampu mengenali dirinya dengan baik maka sikap mereka terhadap lingkungannya juga dapat berjalan dengan baik.

3. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan

Mereka menganggap segala kesulitan hidup merupakan ujian untuk meningkatkan kesadaran diri seseorang, berawal dari berbagai kesulitan inilah yang dapat menjadikan seseorang berada pada puncaknya. Semakin banyak kesulitan yang kita hadapi maka semakin banyak peluang kita untuk berkembang, melalui tahap-tahap inilah yang akan menjadikan kita menjadi manusia yang seutuhnya.

4. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit

5. Kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai

6. Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu

7. Kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal (berpandangan holistik)

Berpandangan secara holistik berarti berpikir secara menyeluruh, mengkaitkan hal-hal yang berbeda-beda. Dalam berpikir secara holistik ini maka terlihat hubungan antara satu hal dengan hal lainnya. Mereka berpikir bahwa segala sesuatu di alam ini adalah satu kesatuan sistem yang besar dimana komponen-komponenya saling mendukung.

8. Kecenderungan nyata untuk bertanya “mengapa atau bagaimana jika” untuk mencari jawaban-jawaban yang mendasar

9. Menjadi apa yang disebut oleh para psikolog sebagai “bidang mandiri” yaitu memiliki kemudahan untuk bekerja melawan konvensi.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dan penelitian ini digolongkan penelitian deskriptif kualitatif, merupakan penelitian yang dimaksud dengan mengumpulkan informasi mengenai status gejala yang ada yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan.⁷¹

Apabila dilihat dari sifat data, penelitian yang dilakukan oleh penulis ini tergolong dalam penelitian kualitatif yaitu dengan menggunakan data-data yang disajikan dalam bentuk kalimat atau kumpulan beberapa kata. Penelitian kualitatif merupakan suatu pendekatan dalam penelitian yang berorientasi pada fenomena atau gejala yang bersifat alami.⁷²

Penulis berupaya menggambarkan bagaimana pelaksanaan puasa Senin Kamis oleh siswa kelas VIII SMP 8 N Purwokerto serta kecerdasan spiritual siswa yang terbiasa melakukan puasa Senin Kamis.

B. Setting Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian yang diambil berlokasi di SMP Negeri 8 Purwokerto karena penulis tertarik untuk meneliti sekolah tersebut dengan alasan:

- a. SMP Negeri 8 merupakan salah satu sekolah menengah pertama favorit di kabupaten Banyumas dilihat dari prestasi-prestasi yang diraih oleh para siswa.
- b. Belum ada penelitian terkait puasa peran Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswa di SMP Negeri 8 Purwokerto ini.

⁷¹ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R &D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 15.

⁷² Mohammad Ali, *Strategi Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Angkasa, 1992), hlm. 159.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan terhitung sejak tanggal 15 Februari – 17 April 2019

C. Objek dan Subjek Penelitian

1. Objek Penelitian

Objek yang akan diteliti adalah pelaksanaan pembiasaan puasa sunnah Senin Kamis yang dilaksanakan siswa, serta kecerdasan spiritual siswa dilihat dari sikap-sikap yang mereka miliki.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah orang yang dijadikan sebagai sumber informasi untuk menggali data dalam sebuah penelitian. Teknik sampling yang dipakai dalam memilih sumber data merupakan teknik pengambilan sampel berupa data dengan pertimbangan tertentu.⁷³ Adapun subjek yang dijadikan pertimbangan yaitu orang yang mengetahui informasi terkait penelitian yang dilakukan peneliti. Dalam hal ini yang menjadi subjek penelitian adalah:

- a. Guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam kelas VIII yaitu Bapak Rano Subehi, S. Pd.
- b. Guru Bimbingan Konseling (BK) kelas VIII yaitu Ibu Robiyatin, S. Pd.
- c. Siswa kelas VIII di SMP Negeri 8 Purwokerto. Adapun sampel siswa kelas VIII yang diambil peneliti yaitu dari tiga siswa dari setiap masing-masing kelas VIII E, F, serta G. Siswa yang peneliti ambil dari kelas VIII E antara lain Naila Rahma, Azizah Nur Adriyani, dan Tanti Herlina. Dari kelas VIII F yaitu Rofi Nur Hidayah, Adelia Najmi Raissa, dan Ardesto. Sedangkan dari kelas VIII G yaitu Khalif Bintang Pratama, Meutya Zahra, dan Rahmi Ismawati. Hal yang dijadikan pertimbangan peneliti memilih kelas VIII E, F dan G sebagai sampel adalah dilihat dari kerajinan

⁷³ Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 219.

mereka dalam berpuasa Senin Kamis sebagaimana penuturan guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam Bapak Rano Subehi.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan prosedur atau cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam sebuah penelitian yang dilakukannya.⁷⁴ Terdapat beberapa metode pengumpulan data untuk memperoleh data secara lengkap dan objektif. Metode yang akan digunakan peneliti dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga metode penelitian, yaitu:

1. Metode Observasi

Observasi diartikan sebagai cara menghimpun bahan-bahan keterangan yang dilakukan dengan mengadakan pengamatan dan pencatatan secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang sering dijadikan sasaran pengamatan.⁷⁵

Inti dari observasi adalah adanya perilaku yang tampak dan adanya tujuan yang ingin dicapai. Perilaku yang tampak dapat berupa perilaku yang dilihat langsung oleh mata, dapat didengar, dihitung, dan diukur. Tujuan observasi adalah mendeskripsikan lingkungan yang diamati, aktivitas-aktivitas yang berlangsung, individu-individu yang terlibat dalam lingkungan tersebut beserta aktivitas dan perilaku yang dimunculkan.⁷⁶

Metode observasi ini digunakan untuk mendapatkan gambaran menyeluruh tentang lokasi penelitian yaitu SMP Negeri 8 Purwokerto. Melalui observasi ini peneliti meneliti langsung tentang bagaimana peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII di SMP Negeri 8 Purwokerto. Adapun aspek kecerdasan spiritual yang akan diteliti di

⁷⁴ Suharsini Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Yogyakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 100.

⁷⁵ Anas Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, (Jakarta: Rajawali Press 2011), hlm. 76.

⁷⁶ Hari Herdiansyah, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), hlm.132.

sini adalah berupa kemampuan mereka bersikap fleksibel dan tanggap, memiliki kesadaran diri yang tinggi, pengembangan sikap jujur, sikap sabar, empati yang tinggi dan sikap disiplin.

2. Metode Wawancara

Wawancara atau *interview* merupakan sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara untuk mendapatkan informasi dari terwawancara⁷⁷. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur, semi struktur maupun tidak terstruktur, dan dapat dilakukan melalui tatap muka (*face to face*) maupun dengan menggunakan telepon.⁷⁸

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara semi terstruktur yang diawali dengan perumusan pedoman wawancara serta pembuatan daftar pertanyaan yang nantinya digunakan ketika pelaksanaan wawancara. Pemilihan metode wawancara ini digunakan karena dalam penelitian lapangan, peneliti berhadapan langsung dengan subjek penelitian dalam hal ini adalah siswa dan guru sebagai sumber informasi dalam penelitian.

Pedoman wawancara dan daftar pertanyaan yang telah dibuat sebelumnya ditujukan karena peneliti langsung berhadapan dengan subjek yang diteliti sebagai informan untuk melakukan tanya jawab secara lisan dua arah, artinya pertanyaan diberikan dari pihak peneliti ataupun pihak informan, dengan tujuan untuk mendapatkan jawaban dari pihak yang diwawancari.

Metode wawancara ini peneliti gunakan untuk menggali informasi atau data terhadap siswa kelas VIII, tentang hal-hal yang berhubungan dengan pelaksanaan puasa Senin Kamis serta kemampuan mereka terkait kecerdasan spiritualnya. Berupa kemampuan mereka bersikap fleksibel dan tanggap, memiliki

⁷⁷ Suharsini Arikunto, *Manajemen Penelitian*, (Yogyakarta: Rineka Cipta, 2010), hlm. 127.

⁷⁸ Sugiyono, *Penelitian Pendidikan*, hlm. 203.

kesadaran diri yang tinggi, pengembangan sikap jujur, sikap sabar, empati yang tinggi dan sikap disiplin.

Sedangkan wawancara dengan guru mata pelajaran Pendidikan Agama Islam dilakukan dengan tujuan untuk menggali informasi terkait dengan pelaksanaan puasa Senin Kamis serta perkembangan kecerdasan spiritual siswa yang terbiasa melakukan puasa Senin Kamis.

3. Metode Dokumentasi

Dokumentasi berasal dari kata dokumen yang berarti barang-barang tertulis. Dalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumentasi, peraturan-peraturan notulen rapat, catatan harian dan sebagainya.⁷⁹

Metode dokumentasi digunakan untuk mendapatkan data tentang letak geografis, sejarah singkat berdirinya sekolah, visi dan misi, struktur organisasi, guru, dan karyawan, siswa, sarana dan prasarana serta data-data lain yang berhubungan dengan penelitian ini. Melalui metode dokumentasi ini juga digunakan untuk mengetahui tentang bagaimana peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto.

E. Teknik Analisis Data

Teknis analisis data merupakan upaya yang dilakukan dengan jalan bekerja dengan data, mengorganisasikan data, memilah-milahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari dan menemukan pola, menemukan apa yang penting dan apa yang dipelajari, dan memutuskan apa yang dapat diceritakan kepada orang lain.⁸⁰

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan analisis data kualitatif model Miles and Huberman. Miles and Huberman, menyebutkan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan

⁷⁹ Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam*, (Jakarta: Rajawali Press, 2011), hlm. 50.

⁸⁰ Lexi J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, hlm. 248.

secara interaktif. Kegiatan tersebut yaitu *data reduction* (reduksi data), *data display* (penyajian data), dan *verification* (verifikasi/kesimpulan).⁸¹

Berikut ini merupakan penjelasan kegiatan dalam analisis data menurut Miles and Huberman :

1. Reduksi Data

Perolehan data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, oleh karena itu perlu dicatat dan dirangkum secara teliti. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, kemudian membuang yang tidak perlu.⁸² Pada tahap ini, peneliti mereduksi data sehingga peneliti mendapatkan data-data yang spesifik terkait peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswa kelas VIII di SMP Negeri 8 Purwokerto.

2. Penyajian Data

Setelah mereduksi data, maka langkah selanjutnya yaitu menyajikan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data dapat dilakukan dengan bentuk uraian singkat, bagan, ataupun dengan teks yang bersifat naratif.

Peneliti menyajikan data yang telah direduksi dalam bentuk uraian singkat, bagan ataupun teks naratif yang berkaitan dengan peran puasa Senin Kamis dalam meningkatkan kecerdasan spiritual siswa kelas VIII di SMP Negeri 8 Purwokerto.

3. Verifikasi atau Kesimpulan

Peneliti dapat mengambil sebuah kesimpulan dan verifikasi setelah menelaah seluruh data, mereduksi dan penyajian data untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Karena kesimpulan yang dikemukakan di awal masih bersifat sementara dan dapat berubah jika ditemukan bukti-bukti yang kuat serta mendukung terkait pengambilan kesimpulan data yang terbaru.

⁸¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, hlm. 246.

⁸² Sugiyono, *Metode Penelitian*, hlm. 247.

BAB IV

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

A. Penyajian Data

1. Pelaksanaan Puasa Senin Kamis di SMP Negeri 8 Purwokerto

SMP Negeri 8 Purwokerto merupakan salah satu sekolah menengah pertama di Banyumas yang menerapkan pembiasaan puasa Senin Kamis bagi semua muridnya. Berdasarkan hasil pengamatan yang peneliti lakukan pada kurun waktu bulan Februari 2019-April 2019 diambil dari wawancara yang dilakukan dengan salah satu guru PAI yaitu Bapak Rano Subehi yang mengampu mata pelajaran PAI kelas VIII diketahui bahwa pembiasaan puasa Senin Kamis ini mulai diberlakukan sejak 2013 terhitung sejak pergantian kurikulum untuk sekolah yaitu kurtilas (kurikulum 2013) yang dalam pengembangannya didasarkan pada kurikulum yang berbasis kompetensi dan karakter.

Kita ketahui bahwa kurikulum ini mengacu pada penyeimbangan *soft skills* dan *hard skills* siswa agar mampu mengembangkan pengetahuannya serta menginternalisasikannya dalam kehidupan sehari-hari berdasarkan nilai-nilai karakter dan akhlak mulia.⁸³ Kurikulum ini dirancang untuk mengarahkan pembentukan budi pekerti dan akhlak mulia peserta didik secara utuh, terpadu dan seimbang sesuai dengan SKL dalam setiap satuan pendidikan. Dengan kata lain kurikulum tiga belas merupakan implikasi pembentukan budi pekerti dan akhlak mulia.

Pembiasaan puasa Senin Kamis ini menjadi salah satu progam mingguan sekolah yang ditujukan bagi semua warga SMP Negeri 8 Purwokerto terutama para siswa, dalam praktiknya kebanyakan dilakukan oleh anak kelas VIII karena di kelas VIII

⁸³ Hasil wawancara dengan guru PAI Bapak Rano Subehi pada hari Senin, 18 Februari 2019 pukul 09.30.

semester genap ini, terdapat materi tentang puasa dan siswa dianjurkan untuk mempraktikannya secara langsung. Proses pelaksanaannya yaitu dengan mewajibkan setiap anak kelas VIII untuk melaksanakan puasa sunnah Senin Kamis minimal 8X berpuasa. Adapun pelaksanaan puasa sunnah Senin Kamis selanjutnya menjadi hak pribadi masing-masing siswa, boleh meneruskannya maupun tidak. Program pembiasaan puasa Senin Kamis di sekolah ini awalnya diterapkan dengan cara para guru mata pelajaran di akhir pembelajaran mengingatkan siswanya ketika hari Rabu untuk berpuasa sunnah besok harinya dan mengingatkan ketika hari Jum'at untuk berpuasa sunnah hari Senin. Tetapi pada pelaksanaannya pengingatan yang dilakukan oleh guru di setiap akhir pelajaran tidak berlangsung lama, dan sampai sekarang hanya guru pengampu mata pelajaran PAI yang masih sering mengingatkan terkait puasa Senin Kamis mereka.

Dalam hal ini peneliti mengambil kelas VIII E, F dan G sebagai bahan penelitian. Masing-masing kelas diambil 3 anak dengan kriteria tingkat kerajinan dalam berpuasa sunnah Senin Kamis tinggi, sedang, dan rendah. Alasan mengapa peneliti mengambil sampel dari kelas VIII E, F dan G adalah berdasarkan saran dari guru pengampu mata pelajaran PAI di kelas VIII, karena menurut beliau ketiga kelas ini termasuk kategori kelas yang rajin melaksanakan puasa Senin Kamis.

Berikut ini merupakan profil ketiga anak dari setiap kelas yang diambil oleh penulis antara lain:

a. Kelas VIII E diambil hari Senin 24 Februari 2019, atas nama siswa:

1) Naila Rahma

Responden pertama siswa atas nama Naila Rahma didapat bahwa siswa ini rajin sekali berpuasa Senin Kamis, bahkan berdasarkan pemaparannya diketahui bahwa

pembiasaan puasa Senin Kamis ini tidak hanya berawal ketika dia mulai bersekolah di SMP ini, pembiasaan puasa Senin Kamis yang dia lakukan merupakan salah pembiasaan yang biasa dilakukan di dalam keluarganya bahkan tidak hanya puasa sunnah Senin Kamis saja tetapi puasa sunnah yang lain juga sering keluarga mereka lakukan.

Berikut pemaparan siswa Naila Rahma:

“...Alhamdulillah mba saya sudah terbiasa berpuasa Senin Kamis, kebiasaan ini sudah saya lakukan sejak lama mba, teruskan kita juga tahu banyak sekali manfaat yang kita dapatkan dengan berpuasa sunnah termasuk puasa Senin Kamis ini. Yang saya tangkap dari penjelasan Pak Rano sih manfaatnya antara lain ya mba mendekatkan kita kepada Allah, mententramkan jiwa, melatih jadi lebih penyabar, melembutkan hati, selain itu juga baik sekali untuk kesehatan badan mba. Karena porsi makan lebih kita terkontrol”⁸⁴

Menurut pandangan penulis siswa ini di kelas dikategorikan dengan siswa yang sikap fleksibilitasnya tinggi, terlihat dari cara dia mengkomunikasikan sesuatu dengan teman sangat ramah, luwes, serta aktif bertanya dengan guru ketika pembelajaran berlangsung. Kemudian ketika pembelajaran selesai, Naila langsung membersihkan papan tulis, sikap ini merupakan salah satu bentuk empati yang tinggi yang dimiliki oleh seseorang. Pada waktu istirahat pertama anak ini bersama beberapa teman lainnya langsung bergegas ke masjid sekolahan untuk melaksanakan sholat dhuha, setelah bel masuk berbunyi dia langsung masuk kelas untuk melanjutkan pembelajaran pada hari itu.

Siswa ini juga dikenal dengan siswa yang sangat rajin terutama dalam hal ibadah, berdasarkan wawancara dengan

⁸⁴ Wawancara dengan Naila Rahma siswa kelas VIII E pada Senin 24 Februari 2019 pukul 14. 15.

salah satu anak kelas VIII E yang bernama Aisyah Amalia Prastikasari menyebutkan bahwa Naila Rahma rajin sekali berpuasa sunnah tidak hanya puasa Senin Kamis saja, tetapi juga puasa sunnah yang lain seperti puasa arofah maupun tarwiyah.

Hal yang melatarbelakangi Naila Rahma berpuasa Senin Kamis ini juga terlihat sekali bahwa memang siswa ini melaksanakan puasa Senin Kamis dikarenakan tingkat pemahaman pemaknaan puasa Senin Kamis yang tinggi dari siswa ini. Hal tersebut dapat terlihat dari pernyataannya yang mengatakan :

“...Terkait hikmah puasa Senin Kamis itu sendiri sih bisa saya rasakan mba misalnya badannya jadi merasa lebih sehat, mungkin karena porsi makan terkontrol, jadi kalau mau beraktifitas merasa enteng, selain itu juga kalau mau marah jadi inget lagi berpuasa, jadi lebih bisa belajar sabar.”⁸⁵

Karena kebiasaan konsisten dalam berpuasa sunnah ini, di kelas terlihat sekali jika Naila Rahma tidak lagi merasa berat untuk berpuasa sunnah yang lain terlebih untuk mengqodho puasa wajib, dia tidak lagi merasakan badan lemas ataupun merasa malas untuk beraktifitas seperti hari-hari biasa ketika dia tidak berpuasa.

2) Azizah Nur Adriani

Responden kedua yaitu siswa atas nama Azizah Nur Adriana ini dapat dikategorikan dalam tingkat sedang, dikarenakan siswa ini rutin melaksanakannya hanya saja terkadang apabila ada beberapa alasan seperti lupa tidak makan sahur anak ini tidak berpuasa. Azizah terbiasa selalu untuk makan sahur apabila dia akan berpuasa sunnah Senin

⁸⁵ Wawancara dengan Naila Rahma siswa kelas VIII E pada Senin 24 Februari 2019 pukul 14.15.

Kamis ini, jadi apabila waktu sahur dia tidak terbangun maka paginya dia tidak akan berpuasa.

Siswa bernama Azizah ini di dalam kelas terlihat cukup aktif, beberapa kali dia terlihat mengajukan beberapa pertanyaan kepada guru ketika pelajaran berlangsung. Ketika siswa di sebelahnya tidak membawa bolpoin anak ini meminjamkan bolpoin kepadanya. Di kelas dia juga dikenal sebagai salah satu siswa yang pintar dan suka berbuat baik kepada siswa yang lain.⁸⁶

3) Tanti Herlina

Tanti herlina merupakan salah satu siswi kelas VIII E yang melaksanakan puasa Senin Kamis beberapa kali, dia berpuasa Senin Kamis sebanyak 8 kali puasa yaitu minggu ketika siswa-siswa kelas 8 ini mulai ditugaskan untuk membuat laporan akhir terkait pelaksanaan puasa sunnah Senin Kamis.

b. Kelas VIII F diambil pada hari Kamis 27 Februari 2019 atas nama siswa :

1) Rofi Nur Hidayah

Rofi Nur Hidayah tergolong siswa yang cukup rajin melaksanakan puasa Senin Kamis. Di kelas dia terlihat sangat cekatan apabila lantai di kelas kotor dia menyapunya. Dalam hal ibadah anak ini terlihat sangat tekun dalam mengerjakannya, tidak menunda-nunda melaksanakannya. Beberapa perbedaan terlihat antara anak yang rajin berpuasa Senin Kamis dan anak yang tidak rajin melaksanakan puasa Senin Kamis ini, sebagaimana penjelasan dari hasil wawancara dengan salah satu temannya mengatakan:

“Terlihat sekali bedanya mba, ketekunan ibadahnya siswa yang rajin berpuasa Senin Kamis dengan siswa yang

⁸⁶ Hasil Observasi di kelas VIII E pada hari Senin 24 Februari 2019 pukul 08.00.

berpuasanya bolong-bolong, contoh saja Rofi Nur Azizah dia termasuk siswa yang rajin berpuasa Senin Kamis jika sudah waktunya istirahat pertama jam 10 lebih 10 dia langsung bergegas ke masjid untuk sholat dhuha, sama juga ketika waktu jam sholat dhuhur tiba, dia langsung bergegas mengikuti sholat dhuhur berjama'ah di masjid, dan ketika menunggu waktu maghrib datang dia menunggu sambil membaca al-Qur'an.⁸⁷

2) Adelia Najmi Raissa

Adelia Najmi Raissa tergolong siswa yang konsisten dalam melaksanakan puasa Senin Kamis. Dia menyebutkan bahwa ketika berpuasa Senin Kamis melakukan ibadahnya jadi lebih semangat, berikut pemaparannya:

“...Kalau lagi berpuasa nderes al-qur'annya lebih banyak daripada hari biasa, biasanya kalau hari-hari biasanya membiasakan minimal baca satu ruku.”⁸⁸

Adelia tergolong anak ini bersikap sangat ramah dan santun terhadap anak yang lain. Dia juga peka, ketika ada teman kelasnya bernama Reva Agustina tidak berangkat lama dan mengetahui bahwa teman mereka itu sakit dan dirawat di rumah sakit, dia berinisiatif untuk mengajak temannya untuk menjenguk bersama-sama ke Rumah Sakit.

3) Ardesto

Ardesto tergolong siswa yang jarang melakukan puasa Senin Kamis, beberapa kali dia berpuasa pada minggu ketika tugas untuk pembuatan laporan individu siswa terkait puasa Senin Kamis. Hal ini menyebabkan dia malas beraktifitas ketika berpuasa baik mulai dari beribadahnya ataupun aktifitas yang lain.⁸⁹

⁸⁷ Wawancara dengan anak kelas Nila Tsaqifa siswa kelas F pada Kamis 27 Februari 2019 pukul 12.30.

⁸⁸ Wawancara dengan Adelia Najmi Raissa siswa kelas VIII F pada Kamis 27 Februari 2019 pukul 12.15.

⁸⁹ Hasil Observasi di kelas VIII F pada hari Kamis 27 Februari 2019 pukul 12.00.

c. Kelas VIII G diambil pada hari Kamis 12 Maret 2019 atas nama siswa:

1) Khalif Bintang Pratama

Khalif Bintang Pratama tergolong siswa yang rajin atau konsisten dalam melaksanakan puasa sunnah. Senin Kamis, ketika penulis melakukan penelitian di kelas VIII G ini, Bapak Rano selaku guru PAI sedang melakukan ulangan harian untuk siswa-siswanya. Sementara itu ketika teman yang lain sedang saling mencontek, dia tidak mencontek walaupun ketika itu banyak siswa yang lain saling menawarkan contekannya, anak ini tetap kukuh untuk tidak mencontek. Dia juga tergolong siswa yang pintar di kelas. Selain itu ketika di kelas dia diejek dengan siswa yang lainnya dia tidak pernah tersinggung ataupun marah.⁹⁰

2) Meutya Zahra

Anak ini mempunyai prinsip hidup enggan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu terlihat dari sikap dia ketika pembelajaran berlangsung anak ini tidak berbincang-bincang sendiri dengan teman berbeda dengan teman yang lain, hal ini menunjukkan bahwa Meutya Zahra merupakan tipe anak yang tingkat kecerdasan spiritualnya sedang.⁹¹

3) Rahmi Ismawati

Rahmi Ismawati terlihat beberapa kali berbincang-bincang dengan teman sebangkunya ketika pembelajaran berlangsung, dia terlihat tidak terlalu memperhatikan apa yang disampaikan oleh gurunya. Ini memperlihatkan bahwa prinsip

⁹⁰ Hasil Observasi di kelas VIII G pada hari Kamis 12 Maret 2019 pukul 08.00.

⁹¹ Hasil Observasi di kelas VIII G pada hari Kamis, 12 Maret 2019 pukul 11.00.

enggann untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu yang dia miliki rendah.⁹²

Bapak Rano biasanya secara langsung Bapak Rano menanyakan dalam kelas apakah mereka puasa Senin Kamis hari itu juga dan biasanya mereka secara langsung menjawab, jadi ketika itu juga dapat diketahui siapa yang berpuasa dan siapa yang tidak berpuasa. Berikut pemaparan beliau ketika berada di kelas VIII E :

“...Siapa hari ini yang tidak berpuasa Senin Kamis?, mereka spontan ada yang menjawab, Bapak Rahma tidak puasa Bapak, tadi waktu istirahat dia jajan Bapak. Melalui ini kita bisa tau mana yang biasa rajin berpuasa dan mana yang tidak mba”.

Pelaksanaan puasa Senin Kamis di lakukan oleh siswa kelas VIII di SMP Negeri 8 Purwokerto ini juga bukan hanya dilatarbelakangi karena program dari sekolah itu sendiri, tapi memang ada banyak yang melaksanakannya karena menyadari hakikat puasa Senin Kamis itu sendiri

Waktu pelaksanaan puasa di hari senin dan kamis ini juga biasa digunakan bagi para siswa perempuan yang memiliki tanggungan hutang mengqodho puasa ramadhan, karena pada dua hari itu banyak yang sedang berpuasa. Berikut pernyataan dari Bapak Rano Subehi:

“...Biasanya bagi anak perempuan juga melaksanakan puasa mengqodo puasa ramadhan di 2 hari ini mba, mungkin agar sekalian puasanya tidak merasa berat, ya karena banyak temannya yang berpuasa di hari ini.”⁹³

Upaya yang dilakukan oleh guru PAI terkait pelaksanaan puasa Senin Kamis di sekolah ini yaitu dengan sering mengingatkan kepada siswa tentang manfaat-manfaat

⁹² Hasil Observasi di kelas VIII G pada hari Kamis, 12 Maret 2019 pukul 11.00.

⁹³ Wawancara dengan guru PAI Bapak Rano Subehi pada hari pada hari Senin, 18 Februari 2019 pukul 09.30.

yang bisa diperoleh siswa melalui pembiasaan puasa Senin Kamis ini. Berhubung Pemantauan pelaksanaan berpuasa Senin Kamis yang dilakukan oleh guru tidak bisa dalam kurun waktu 24 jam, maka secara tidak langsung orang tua serta teman di rumah menjadi salah satu pemantau puasa Senin Kamis mereka. Sebagaimana pemaparan Bapak Rano Subehi :

“...Karena dari kita hanya bisa memantau puasa Senin Kamis mereka ketika sedang di sekolah saja, pemantauan ya dilanjutkan oleh orang tua masing-masing siswa di rumah mereka, entah itu nantinya di rumah mereka melanjutkan puasanya sampai waktu maghrib tiba atau medot di tengah-tengah hari itu sudah menjadi tanggungan mereka masing-masing.”⁹⁴

Respon para orang tua terhadap anak mereka yang sering berpuasa Senin Kamis juga positif, hal ini dibuktikan dengan tidak adanya keluhan para orang tua kepada guru terkait kebiasaan anak mereka berpuasa Senin Kamis, terlebih banyak orang tua yang ikut melaksanakan puasa Senin Kamis ini berawal dari kebiasaan anak mereka melakukan puasa sunnah Senin Kamis.

Sesuai pernyataan dari siswa bernama Aqilah Nala:

“...Kalau dari orang tua sih responnya baik mba, mendukung sekali juga, biasanya orang tua menyiapkan makanan buat buka dan sahur kita. Terus juga lebih diperhatiin sama orang tua. Malahan kadang-kadang orang tua juga ikutan puasa ya walaupun puasanya termasuk puasa nyaur hutang puasa ramadhan.”⁹⁵

⁹⁴ Wawancara dengan guru PAI Bapak Rano Subehi pada hari pada hari Senin, 18 Februari 2019 pukul 09.30.

⁹⁵ Wawancara dengan Aqilah Nala siswa kelas VIII E pada Senin 24 Februari 2019 pukul 14.30.

Pernyataan dari aqilah Nala di atas dibenarkan oleh salah satu pemaparan siswa bernama Naila Rahma yang menyatakan bahwa:

“...Orang tua kita sangat mendukung mba, memang sebenarnya juga pembiasaan puasa Senin Kamis ini di keluarga saya menjadi salah satu rutinan, mulai dari Bapak, ibu dan saudara-saudara yang lain mba. Selain puasa Senin Kamis puasa sunnah yang lain juga dilakukan. Dari keluarga saya memang sudah membiasakan lama, jadi ya berpuasa Senin Kamis di sekolah sudah merasa enteng mba, tidak menjadi beban.”⁹⁶

Keadaan lingkungan yang mendukung seperti hal di atas menjadi salah satu hal yang memudahkan siswa berpuasa Senin Kamis dengan ringan.

2. Evaluasi

Evaluasi yang dilakukan oleh guru mata pelajaran PAI terkait pelaksanaan puasa Senin Kamis ini dilakukan diakhir semester yaitu dengan memberikan mereka tugas akhir yaitu membuat laporan akhir tidak terstruktur terkait pembiasaan puasa Senin Kamis yang didalamnya dimasukan juga pernyataan dari orang tua setiap siswa bahwa anak mereka tersebut telah benar-benar melakukan puasa Senin Kamis terhitung setelah 8 kali berpuasa. Dalam laporan ini juga dimasukan foto dokumentasi mereka ketika bersahur dan berbuka serta tanggal hari itu.

“...Masing-masing siswa ditugasi untuk membuat laporan akhir, nanti di dalamnya dimasukin foto mereka ketika sahur dan buka, terus juga dimasukan surat pernyataan dari orang tua bahwa mereka berpuasa mulai dari minggu pertama sampai minggu ke empat.”⁹⁷

Terkait dengan hikmah berpuasa sunnah Senin Kamis itu sendiri dapat dilihat dari perbedaan antara siswa yang rajin berpuasa

⁹⁶ Wawancara dengan Naila Rahma siswa kelas VIII E pada Senin 24 Februari 2019 pukul 14.15.

⁹⁷ Hasil wawancara dengan guru PAI Bapak Rano Subehi pada hari pada hari Senin, 18 Februari 2019 pukul 09.30.

dengan siswa yang hanya berpuasa ketika minggu-minggu sebelum pembuatan laporan tugas akhir, bagi mereka yang rajin berpuasa Senin Kamis biasanya anak itu cenderung lebih bisa mengontrol emosinya, karena kebiasaan berpuasa tersebut, dan dilihat dari tingkat kerajinan mereka beribadah sunnah juga berbeda, lebih rajin sholat dhuha, mengaji al-qur'an, ataupun sholat malam

Ibu Robiyatin, S. Pd. menyebutkan bahwa siswa yang rajin berpuasa Senin Kamis dengan siswa yang berpuasa Senin Kamisnya tidak rutin akan terlihat sekali bedanya dalam hal spiritualnya

“...Kalau dilihat dari sisi kecerdasan spiritual ya akan terlihat jelas bedanya mba antara siswa yang rajin berpuasa dengan siswa yang tidak. Pandangan saya, siswa puasa sunnahnya rajin cenderung berkecerdasan spiritual tinggi, karena secara naluriah puasa mereka akan cenderung mereka mendorong mereka melakukan hal-hal yang positif dalam kesehariannya. Lihat saja di SMP Negeri 8 Purwokerto ini, terlihat sekali anak-anak yang berpuasanya rajin jarang sekali yang berurusan dengan guru BK mba, dalam artian mereka jarang sekali melakukan hal-hal seperti keributan atau apapun yang membuat dari pihak kami berturun tangan entah baik ruga skorsing, sanksi ataupun yang lainnya.”⁹⁸

Agenda kegiatan yang dilakukan oleh para siswa ketika mereka berpuasa berjalan seperti biasa dimulai dari kegiatan pembiasaan 3 S (senyum, salam, sapa) yang dilakukan ketika siswa sampai di sekolah berjabat tangan guru piket di halaman depan sekolah sebelum bel jam 1 dimulai. Dilanjutkan dengan tadarus Al-qur'an 10 menit sebelum pembelajaran jam pertama, dan pembacaan asmaul husna 5 menit dilakukan setelah tadarus Al-qur'an. Adapun kegiatan sholat dhuha berlaku sunnah sedangkan untuk sholat dhuhur wajib berjamaah. Selain itu sedekah setiap hari selain hari Jum'at juga diberlakukan, diambil dari 2,5 % uang jajan diperuntukan untuk

⁹⁸ Wawancara dengan guru BK Ibu Robiyatin, S. Pd. Pada hari Jum'at 8 Maret 2019 pukul 11. 15.

pembangunan masjid serta untuk membagikan makanan untuk orang yang membutuhkan ditarik ketika jam istirahat kedua.

B. Analisis Data

Berdasarkan penelitian yang dilakukan penulis di SMP Negeri 8 Purwokerto melalui pengumpulan data yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi maka selanjutnya penulis akan melakukan analisis terhadap penelitian yang telah dilaksanakan. Dalam hal ini hasil analisis akan menjawab rumusan masalah yang ada yaitu bagaimana peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto.

Danar Zohar dan Ian Marshall dalam bukunya *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan* yang menyebutkan bahwa tanda-tanda dari seseorang yang *SQ*nya telah berkembang secara baik antara lain adalah memiliki kemampuan bersikap fleksibel, tingkat kesadaran diri yang tinggi, kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan, kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit, kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai, keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu, kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal (berpandangan holistik), berpandangan secara holistik, kecenderungan nyata untuk bertanya “mengapa atau bagaimana jika” untuk mencari jawaban-jawaban yang mendasar (kemampuan refleksi tinggi), Menjadi apa yang disebut oleh para psikolog sebagai “bidang mandiri” yaitu memiliki kemudahan untuk bekerja melawan konvensi.

Adapun Toto Tasmara menyebutkan bahwa kecerdasan spiritual memiliki 8 ciri diantaranya adalah memiliki visi, merasakan kehadiran Allah, berdzikir dan berdoa, memiliki kualitas sabar, cenderung pada kebaikan, memiliki empati, berjiwa besar, bahagia melayani.

Adapun analisis yang didapatkan penulis melalui deskripsi yang telah dipaparkan dalam penyajian data sebelumnya dikatakan dengan

kedua teori diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto yaitu menumbuhkan sikap fleksibel, menumbuhkan kesadaran diri yang tinggi, mengembangkan sikap jujur, sabar, empati yang tinggi dan sikap disiplin. Hal ini dapat dilihat dari tanda-tanda berkembangnya *SQ* yang ada pada diri siswa.

Berikut merupakan pembahasannya:

1. Menumbuhkan Sikap Fleksibel

Sikap fleksibel tumbuh pada diri seseorang dapat dilihat melalui pembawaan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan orang yang dihadapi. Dalam hal ini mereka bisa menerima berbagai keadaan. Di SMP ini semua siswa diajak untuk berperan aktif dalam kegiatan keagamaan yaitu dengan terlibat langsung dalam hal ibadah. Terutama kelas VIII ini. Tujuannya yaitu untuk mengarahkan serta membantu para siswa mengetahui bagaimana cara memelihara hubungan baik antara manusia dengan Allah melalui keterlibatan langsung dalam ibadah, serta agar mengetahui bagaimana memelihara hubungan antara sesama manusia melalui komunikasi mereka dengan para guru dan teman-temannya.

Bentuk peran aktif siswa kelas VIII dalam hal ibadah di SMP Negeri 8 Purwokerto ini dapat dilihat dari kebiasaan mereka dalam melaksanakan shalat dhuha, shalat dhuhur berjamaah, tadarus al-Qur'an dan bentuk ibadah-ibadah yang lain. Sedangkan sikap fleksibilitas siswa dapat dilihat dari tatakrama mereka berkomunikasi dengan guru, yaitu dengan bahasa yang sopan serta sikap mereka ketika bertemu dengan orang yang lebih tua dengan menjabat tangan (bersalaman). Sikap fleksibel ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Danah Zohar dan Ian Marshal.

2. Menumbuhkan Kesadaran Diri Yang Tinggi

Berpuasa menyebabkan seseorang akan merasakan akan hadirnya Allah, hal ini membuat mereka secara naluriah akan

berlaku sesuai kaidah norma yang berlaku, puasa dilakukan dengan sepenuh hati yang membuat puasa yang dilakukan mereka lebih bermakna, karena puasa yang mereka lakukan bukan atas dasar paksaan. Sebagaimana penjelasan yang disebutkan oleh Bapak Rano bahwa karena puasa yang mereka lakukan merupakan sebuah rutinitas jadi mereka tetap semangat melaksanakan aktifitas, bukan kemudian merasa lemas dan membuat siswa dalam mengikuti KBM (kegiatan Belajar Mengajar) terganggu. Bahkan mereka tetap semangat seperti biasa.

Bentuk dari sikap kesadaran diri yang tinggi pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto dapat dilihat dari tingkat kerajinan mereka dalam beribadah. Siswa yang mempunyai kesadaran diri yang tinggi akan senantiasa mengerjakan setiap ibadah sebagai bentuk dari penghambaan seorang hamba terhadap Rabnya. Hal ini membuat semangat beribadah seperti sholat malam, sholat dhuha, dan membaca al-Qur'an mereka bertambah. Sebagaimana yang dilakukan oleh Aqilatul Nala dan Naila Rahma. Sikap mereka ini sejalan dengan pendapat dari Dinar Zohar dan Ian Marshal yang menyebutkan bahwa seseorang yang SQnya telah berkembang ditandai dengan adanya sikap sadar diri mereka yang tinggi.

2. Mengembangkan Sikap Jujur

Kejujuran menempati posisi yang sangat sentral dalam pelaksanaan ibadah puasa. Letak kejujuran orang yang berpuasa dapat dilihat melalui pelaksanaannya. Orang-orang yang berpuasa harus bisa menjaga puasanya menahan dari segala sesuatu yang membatalkan dimulai sejak terbitnya fajar sampai terbenamnya matahari. Pada hakikatnya puasa merupakan ibadah yang hanya orang tersebut dan Allah saja yang mengetahui, terkait bagaimana sikap mereka ketika di depan orang tidak dapat menjamin bahwa orang tersebut benar-benar berpuasa. Jika tidak jujur maka bisa saja mereka makan atau minum di tempat yang sepi. Namun bagi orang

yang kecerdasan spiritualnya berkembang dengan baik maka ia sadar akan hakikat puasa itu sendiri. Berpuasa semata-mata karena mengharap ridho Allah SWT. maka mereka akan senantiasa ikhlas dalam mengerjakannya

Pengembangan sikap jujur yang terjadi pada diri siswa SMP Negeri 8 Purwokerto terkait puasa Senin Kamis dapat dilihat melalui adanya pengawasan dari guru dan siswa melalui pengawasan secara langsung di sekolah. Mulai dari awal pembelajaran sampai pembelajaran di sekolah selesai secara otomatis mereka juga turut berperan mengontrol kejujuran siswa.

Adapun pengawasan dari orang tua setiap siswa dilakukan di rumah mulai dari pelaksanaan sahur dan berbuka mereka hingga kegiatan sehari-hari mereka pada hari mereka berpuasa Senin Kamis.

3. Sabar

Berpuasa melatih sikap sabar. Sifat ini dapat dilihat dari sikap mereka ketika ada teman sekelas mereka yang mengajak mereka bertengkar namun mereka tidak menanggapi. Hal ini juga selaras dengan pernyataan dari guru mapel PAI mereka Bapak Rano Subehi bahwa bedanya antara anak yang rajin berpuasa adalah lebih bisa mengontrol emosi diri mereka, menjadikan mereka tidak mudah marah dikarenakan anak yang rajin berpuasa sudah terbiasa berlatih untuk menahan diri baik itu berupa tidak makan, tidak minum, dan melakukan hal-hal yang membatalkan puasa. Seperti halnya apa yang Khalif Bintang Pratama lakukan, siswa kelas VIII G ini terlihat sangat sabar sekali ketika beberapa teman kelasnya mengejeknya, dari sikap Khalif ini dapat dipahami bahwa kecerdasan spiritual anak ini telah berkembang dengan baik.

Sabar menjadi salah satu ciri-ciri kecerdasan spiritual yang diungkapkan oleh Toto Tasmara. Melalui berpuasa sunnah Senin Kamis ini seseorang akan dilatih untuk bersabar dalam menyikapi segala hal. Hal ini menandakan bahwa puasa Senin Kamis ini

memiliki peranan dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswa yaitu berupa kesabaran.

4. Empati yang tinggi

Puasa dapat memperkokoh dan mendidik rasa kasih sayang, karena pada saat berpuasa seseorang akan merasakan keadaan orang yang lapar dalam jangka waktu yang lama yaitu sekitar 12 jam. Pada akhirnya kepekaan seseorang atas nikmat (baik berupa makanan ataupun sebagainya) yang diberikan oleh Allah akan meningkat jadi akan lebih mudah bersyukur. Adapun bentuk rasa syukur seorang hamba ini bisa diwujudkan melalui rasa kasih sayang kepada fakir miskin yaitu dengan berbagi rizki kepada mereka yang membutuhkan. Melalui hal inilah rasa empati sosial yang tinggi pada diri seseorang akan tumbuh.

Berpuasa menjadikan seseorang dapat merasakan apa yang dirasakan orang-orang yang kurang beruntung (para dhuafa) yaitu sama-sama merasakan lapar, hal inilah yang mendorong mereka mudah untuk menyedekahkan sebagian hartanya baik itu dalam bentuk uang, makanan ataupun pakaian. Selain itu, dengan berpuasa juga pengeluaran uang mereka tidak terlalu banyak dan uang jajan mereka bisa disimpan dan disedekahkan untuk yang lain sebagaimana penjelasan dari Bapak Rano Subehi yang menuturkan bahwa anak akan lebih mudah untuk berinfaq ketika anak itu dalam kondisi sedang berpuasa. Secara otomatis berpuasa berperan dalam menumbuhkembangkan empati yang tinggi dari seseorang sesuai teori yang dikemukakan oleh Toto Tasmara.

5. Disiplin

Dalam berpuasa seseorang diajarkan untuk disiplin baik itu disiplin waktu maupun aturan. Seseorang yang akan berpuasa baik itu puasa wajib ataupun sunnah secara tidak langsung akan belajar disiplin, disiplin membagi waktu antara waktu berbuka maupun waktu sahur. Setiap masing-masing waktu ada batasnya disesuaikan

dengan pembagian waktu yang ada. Adapun mengenai aturan, puasa memiliki beberapa aturan didalamnya mulai dari rukun, syarat wajib berpuasa, ataupun hal-hal yang membatalkan puasa. Orang yang berpuasa harus mengikuti beberapa aturan yang ada agar puasanya sah menurut syariat.

Puasa menjadikan pelakunya memiliki sikap disiplin yang tinggi karena dalam berpuasa banyak hal yang dapat membentuk kedisiplinan atau keteraturan contoh halnya harus bangun di akhir malam untuk bersahur, dilanjutkan dengan mengerjakan shalat tahajud, dilanjutkan menahan diri dari hal-hal yang membatalkan sejak terbitnya fajar sampai datangnya waktu maghrib, kemudian dilanjutkan dengan melakukan ibadah kesunahan-kesunahan lain yang dilakukan ketika sedang berpuasa. Jika hal-hal tersebut dilakukan secara konsisten maka akan membentuk sebuah kepribadian dengan disiplin yang tinggi. Kedisiplinan menjadi salah satu bentuk kecerdasan spiritual siswa berupa kecenderungan kepada kebaikan sebagaimana teori yang diungkapkan oleh Toto Tasmara

IAIN PURWOKERTO

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang penulis lakukan mengenai peran puasa Senin Kamis dalam mengembangkan kecerdasan spiritual (SQ) siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto, dapat diambil kesimpulan bahwa puasa Senin Kamis mempunyai peran yang sangat penting dalam mengembangkan kecerdasan spiritual siswa. diantaranya adalah: mengembangkan kemampuan bersikap fleksibel, mengembangkan kesadaran diri yang tinggi, mengembangkan sikap jujur, sabar, empati yang tinggi dan sikap disiplin.

B. Saran

1. Guru Pendidikan Agama Islam

- a) Selalu memberikan motivasi kepada siswa agar mereka lebih bersemangat dan rajin melaksanakan puasa Senin Kamis agar puasa Senin Kamis yang mereka lakukan lebih bermakna dan dari sisi spiritualitas mereka selalu berkembang.
- b) Merancang pengembangan kecerdasan spiritual yang efektif melalui berbagai kegiatan pengamalan dan pembudayaan yang ada di sekolah.

2. Siswa

Lebih semangat dalam melaksanakan kegiatan puasa Senin Kamis dan melaksanakannya dengan tulus ikhlas dengan meniatkan untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT.

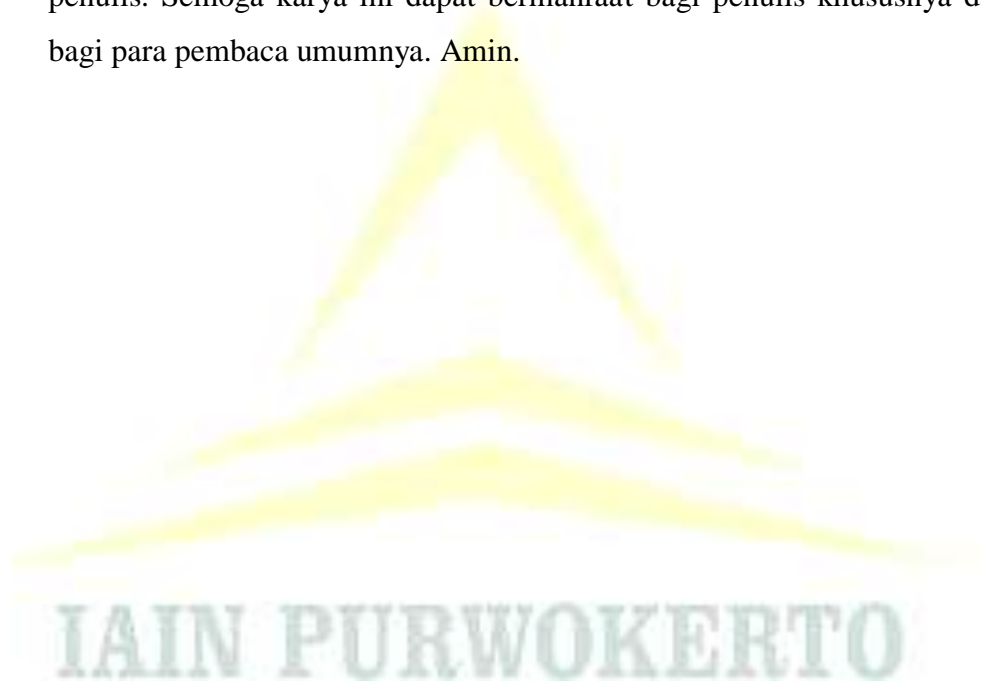
C. Kata Penutup

Alhamdulillah rabbil'alamin penulis panjatkan puji syukur kepada Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang atas limpahan rahmat, taufiq serta inayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul "*Peran Puasa Senin Kamis dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual (SQ) Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Purwokerto*".

Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada baginda agung nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya sampai hari akhir nanti.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik, saran serta masukan yang membangun dari pembaca sangat penulis harapkan.

Penulis berterimakasih atas bantuan semua pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi ini. Semoga Allah memberikan balasan yang terbaik atas segala bantuan yang diberikan berbagai pihak kepada penulis. Semoga karya ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi para pembaca umumnya. Amin.



DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, Ary Ginanjar. 2001. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ (Emosional Spiritual Quotient) Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*. Jakarta: Arga.
- Ali, Mohammad. 1992. *Strategi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Angkasa.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Manajemen Penelitian*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Asmani, Jamal Ma'mur. 2012. *Kiat Mengatasi Kenakalan Remaja di Sekolah*. Yogyakarta: Buku Biru.
- Ayub, Hasan Muhammad. 2000. *Puasa dan I'tikaf Dalam Islam*. Jakarta: Amzah.
- Burhanudin, Enjang. 2018. *Mujahadah di Siang Hari Meraup Pahala disaat Sibuk*. Jakarta: Qultum Media.
- Darmoyuwono, Winarno. 2008. *Rahasia Kecerdasan Spiritual*. Jakarta: PT. Sangkan Peran Media.
- Desmita. *Psikologi Perkembangan*. 2013. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- El-Hamdy, Ubaidurrahman. 2010. *Rahasia Kedasyatan Puasa Senin Kamis*. Jakarta: Wahyu Media.
- Fidelis E. Waruwu & Monty P. Satiadarma. 2003. *Mendidik Kecerdasan*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Harjani, Ahmad. 2015. *Panduan Lengkap Puasa Wajib dan Sunnah*. Yogyakarta: Buku Pintar.
- Herdiansyah, Hari. 2010. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Husna, Asmaul. 2016. "Pembiasaan Puasa Sunnah dan Korelasinya dalam Membentuk Karakter Anak", *Skripsi*, Banda Aceh: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

- Ian Marshall, dan Danah Zohar. 2002. *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berfikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*. Bandung: Mizan.
- Mahad Jami'ah IAIN Puwokerto. 2017. *Modul Baca Tulis al- Qur'an(BTA) dan Pengetahuan Pengalaman Ibadah (PPI) IAIN Purwokerto*. Purwokerto: UPT. Ma'had al-Jamiah.
- Malik, Ridwan. 2008. *Barokah Puasa Senin Kamis*. Jakarta: Kuta Bina.
- Muslimatun, Anisa. 2017. "Pengembangan Kecerdasan Spiritual pada Santri di SMP Daarul Qur'an Colomadu, Karanganyar, Tanun 2015/2016". *Skripsi*. Surakarta: Intitut Agama Islam Negeri Surakarta.
- Mustaghfiroh. 2012. "Pengaruh Intensitas Puasa Senin Kamis terhadap Kecerdasan Spiritual Santri Pondok Pesantren Daarun Najaah Jerakah Tugu Semarang". *Skripsi*. Semarang: Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Walisongo.
- Nata, Abuddin. 2011. *Metodologi Studi Islam*. Jakarta: Rajawali Press.
- Pedak, Mustamar. 2011. *Puasa Obat Dasyat Ampuh Menggempur Berbagai Macam Penyakit Ringan dan Berat*. Jakarta: Wahyu Media.
- Pransiska, Toni. 2011. *Peta dan Risalah Ramadhan Menebar Hikmah dan Pesan Ilahi di Bulan Suci*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo.
- Qardawi, Yusuf. 2000. *Fiqih Puasa*. Surakarta: Era Intermedia.
- Qulub, A. Syifaul. 2016. "Pengaruh Puasa terhadap Kecerdasan Spiritual", *Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 12 No. 1. Gresik: Sekolah Tinggi Agama Islam Daruttaqwa Suci Gresik.
- RI, Departemen Agama. 2006. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung: Diponegoro.
- Solahudin, M. 2010. *Butir-Butir Hikmah Ibadah*. Jakarta: Citra Risalah.

- Sudijono, Anas. 2011. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R &D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugono, Dendy. 2008. *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa.
- Syaikh Abu Malik Kamal bin As-Sayyid Salim. 2010. *Ensiklopedi Shaum dan Zakat*. Solo: Cordova Mediatama.
- Syarifuddin, Ahmad. 2003. *Puasa Menuju Sehat Fisik dan Psikis*. Jakarta: Gema Insani.
- Tarigan, Azhari Akmal. 2008. *40 Pesan Ramadhan Agar Puasa Lebih Bermakna*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Tasmara, Toto. 2001. *Kecerdasan Ruhaniah*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Zainuddin bin Abdul Aziz Al-Malibari Al-Fannani. 2016. *Terjemahan Fathul Mu'in I*. Bandung: Sinar Baru Algensindo Bandung.



IAIN PURWOKERTO