

BAB IV

LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Berdirinya Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin

Sejarah berdirinya pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin ini berawal dari sebuah cita-cita dari pengasuh pondok tahfidz Siti Khadijah yaitu bapak Dr. KH. Abdul Bashir M.Ag dan Ibu Normisah S.Ag istri dari bapak Abdul Bashir yang ingin memiliki putra dan putri penghafal Alquran. Beliau berdua selalu berdo'a dan saat *khuruj fii Sabilillaah* atau saat beliau ikut suami berdakwah ke Madura pada tahun 2005. Seiring berjalannya waktu, akhirnya do'a beliau dikabulkan oleh Allah Swt. Pada tahun 2011, ada salah seorang tetangga beliau ingin menjual rumah yang letaknya persis di sebelah rumah beliau. Dengan izin dan rezeki yang diberikan Allah Swt. akhirnya rumah tersebut dapat dibeli.

Awalnya rumah itu dijadikan kontrakan untuk mahasiswi yang ingin menghafal Alquran. Pada saat itu jumlah mahasiswi yang tinggal di kontrakan tersebut berjumlah 8 orang. Setiap malam bapak dan ibu pengasuh memberikan pengajaran tentang Alquran baik dari cara membacanya, memperbaiki makhrijul huruf, dan memperbaiki hukum tajwidnya. Pada tahu 2011 tersebut belum ada program khusus untuk menghafal Alquran, karena saat itu keadaan kontrakan masih belum menjadi sebuah pondok tahfidz. Dengan penuh kasih sayang bapak

dan ibu pengasuh memberikan pengajaran tentang Alquran kepada para mahasiswi di kontrakan tersebut.

Setelah beberapa bulan, ketika bacaan Alquran mahasiswi tersebut mulai fasih, bapak dan ibu pengasuh melanjutkan ke tahap berikutnya yaitu mengajari mahasiswi untuk mulai menghafal Alquran. Semua mahasiswi di sana bagi mereka sudah dianggap sebagai anak sendiri. Mereka selalu memperhatikan segala keperluan mahasiswi dan membimbing mahasiswi agar bisa berakhlak yang baik dan mulia bersama Alquran.

Bermodal keyakinan yang kuat dan ikhtiar yang sungguh-sungguh, dengan izin Allah Swt. setelah beberapa bulan kontrakan tersebut mampu dijadikan sebagai kontrakan atau tempat tinggal untuk mahasiswi penghafal Alquran. Dan dengan niat yang baik, ternyata masyarakat yang ada di sana sangat antusias dalam memberikan dukungan kepada bapak dan ibu pengasuh untuk menjadikan kontrakan tersebut menjadi sebuah pondok tahfidz Alquran. Ditambah pula dengan banyaknya minat mahasiswi yang kuliah dan sambil ingin menghafal Alquran. Mereka mulai berdatangan ke pondok tahfidz tersebut, sehingga satu persatu program mulai diterapkan, karena keberadaan mahasiswi sangat mendukung akan berjalannya program penghafal tersebut. Program ini dilaksanakan dengan tujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat terarah dan memudahkan bapak dan ibu dalam mencapai tujuan beliau dalam membangun pondok tahfidz tersebut.

Setelah pondok tersebut diresmikan, beberapa program mulai dilaksanakan yang dibantu oleh adik dari bapak Abdul Bashir sebagai pengajar Alquran yaitu

ustadzah Laila. Pondok tahfidz ini diberi nama pondok tahfidz Siti Khadijah. namanya tersebut diambil dari nama anak beliau yang keempat yaitu Siti Khadijah.

Pondok tahfidz Siti Khadijah ini bertempat di jalan A. Yani Km. 4,5 Gang Amanah Rt. 30, Rw. 32 kelurahan Pekapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin. Bapak dan ibu pengasuh berusaha melengkapi fasilitas dan tempat yang memadai untuk para mahasantri yang tinggal di pondok tersebut. Pada tahun 2016 dengan izin Allah Swt., bapak dan ibu pengasuh mampu menambah bangunan yaitu mendirikan bangunan baru lagi, tepatnya di atas bangunan rumah beliau. Sehingga saat ini jumlah mahasantri yang menetap di pondok sudah semakin banyak dan kegiatan menghafal Alquran serta program lainnya terus dilaksanakan.

Semakin hari jumlah mahasantri yang semakin banyak, kini ibu pengasuh selain tugasnya memantau jalannya program menghafal Alquran, beliau juga menyediakan waktu untuk ikut serta dalam mengajarkan Alquran yang dibantu oleh menantu beliau yakni ustadzah Luthfia Azizah serta beberapa mahasantri senior yang sudah memiliki hafalan banyak dan bacaan yang baik. Sehingga saat ini jumlah guru yang mengajar adalah 11 orang yakni 1 orang pengasuh ibu Normisah, S.Ag, 1 ustadzah Anawati S. Th. I., menantu beliau ustadzah Luthfia Azizah, dan 8 orang mahasantri senior.

2. Visi dan Misi Pondok Tahfidz Siti Khadijah

a. Visi

Mewujudkan generasi-generasi Islam yang fasih membaca Alquran, menghafalnya, serta berakhlak yang mulia.

b. Misi

Misi pondok tahfidz Siti Khadijah meliputi:

- 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran guna menghasilkan generasi-generasi yang Islam, yang mampu membaca, menulis Alquran, dan menghafalkannya.
- 2) Mengadakan bimbingan dan nasehat-nasehat sehingga para santri menyadari pentingnya memiliki jiwa taat dan patuh pada agama.
- 3) Mengadakan *ta'lim fadhilah amal* agar santri termotivasi untuk bisa meningkatkan amal ibadahnya kepada Allah Swt.
- 4) Melatih santri untuk bisa beribadah dengan benar.

3. Program Kegiatan Pondok Tahfidz Siti Khadijah

Pondok tahfidz Siti Khadijah dalam kegiatannya memiliki beberapa program. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel II: Program Kegiatan Pondok Tahfidz Siti Khadijah

No.	Nama Program	Waktu Pelaksanaan
1	Shalat maghrib dan isya berjama'ah	Setiap malam
2	Tahsin untuk mahasantri baru	Setiap malam
1	Menghafal	Setiap hari
2	Setoran hafalan	Setiap Ba'da subuh dan ba'da maghrib
3	Muraja'ah	Setiap hari
4	Pembacaan fadhilah amal	Setiap hari ba'da shalat maghrib

5	Ta'lim	Setiap malam Rabu ba'da shalat isya
6	Khataman	1 Bulan Sekali
7	Khidmat	1 Minggu Sekali

Sumber Data: *Dokumentasi Pondok Tahfidz Siti Khadijah Bulan Juni 2017*

4. Keadaan Ustadzah Pondok Tahfidz Siti Khadijah

Jumlah ustadzah di pondok tahfidz Siti Khadijah ini ada dua orang termasuk ibu pengasuh yang biasa dipanggil dengan sebutan ummi atau ibu. Nama beliau ibu Normisah S.Ag, beliau lulusan S1 jurusan Pendidikan Agama Islam di IAIN Antasari Banjarmasin (sekarang menjadi UIN Antasari Banjarmasin). Awalnya beliau tidak mengajarkan *tahsin* ataupun menerima setoran hafalan Alquran dari para mahasantri, beliau awalnya hanya mengawasi atau mengontrol program yang dilaksanakan setiap harinya. Tetapi lama kelamaan karena jumlah mahasantri semakin meningkat, apabila ada mahasantri baru yang mendaftar di pondok tersebut, maka beliau yang akan mengajarkan *tahsin* dan akan menerima setoran hafalan juga.

Adapun ustadzah yang biasanya menerima setoran hafalan Alquran yaitu ustadzah Anawati S.Th.I, beliau lulusan IAIN Antasari Banjarmasin tahun 2013 pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora jurusan Tafsir Hadits (sekarang menjadi Ilmu Alquran dan Hadits) dan mengambil program beasiswa di PKU (Program Khusus Ulama). Pada tahun 2013 itu juga beliau mulai mengajar di pondok Tahfidz Siti Khadijah untuk menerima setoran para mahasantri hingga sampai sekarang. Sebelum mengajar di pondok tahfidz Siti Khadijah, beliau sebelumnya sudah pernah mengajar privat mengaji anak-anak. sekarang beliau tinggal di pondok tahfidz Al-Amanah yang merupakan pondok tahfidz yang juga

dikelola oleh Dr. KH. Abdul Bashir, M. Ag bersama ustadz Akhmad Syahbuddin yakni suami beliau dan anak beliau yang mana suami beliau juga adalah seorang ustadz di pondok Al-Amanah tersebut. Pondok Tahfidz Al-Amanah ini merupakan pondok dikelola khusus untuk mahasantri putra.

Selain dua orang ustadzah tersebut, program kegiatan menghafal Alquran juga dibantu oleh menantu ibu pengasuh sendiri dan ada 8 orang mahasantri senior yang sudah memiliki hafalan yang lumayan banyak serta bacaan Alquran yang sudah cukup baik. Dengan adanya bantuan dari beberapa orang mahasantri senior tersebut diharapkan mampu memperlancar jalannya program yang ada di pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Pekapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin.

5. Keadaan Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah

Jumlah mahasantri yang menetap di asrama pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin sebanyak 57 orang. Sedangkan mahasantri yang juga mengikuti program menghafal Alquran namun tidak tinggal di asrama sebanyak 19 orang. sehingga jumlah keseluruhan mahasantri di pondok tahfidz Siti Khadijah sebanyak 76 orang. Berikut data mahasantri yang menetap di asrama pondok tahfidz Siti Khadijah:

Tabel III: Jumlah Mahasantri yang Menetap Di Asrama Pondok Tahfidz Siti Khadijah

No.	Tahun Angkatan	Jumlah	Fakultas
1	2011	1 orang	Fakultas Syari'ah
2	2012	1 orang	Fakultas Tarbiyah
3	2013	9 orang	Fakultas Tarbiyah 6 orang, Syari'ah 2 orang, dan Ushuluddin 1 orang
4	2014	4 orang	Fakultas Tarbiyah 2 orang, Syari'ah 1 orang, dan Ushuluddin 1 orang

5	2015	24 orang	Fakultas Tarbiyah 10 orang, Syari'ah 7 orang, Ushuluddin 5 orang, dan Dakwah 2 orang.
6	2016	18 orang	Fakultas Tarbiyah 7 orang, Syari'ah 7 orang, Ushuluddin 2 orang, dan Dakwah 2 orang.

Sumber Data: *Dokumentasi Pondok Tahfidz Siti Khadijah Bulan Juni 2017*

Setiap tahun jumlah mahasantri yang masuk ke pondok tahfidz Siti Khadijah semakin meningkat. Lulusan dari pondok ini juga sudah banyak mencetak generasi Qurani yang menjadi sebuah kebanggaan bagi pondok itu sendiri, keluarga, masyarakat, bangsa dan negara.

6. Keadaan Sarana dan Prasarana Pondok Tahfidz Siti Khadijah

Dilihat dari kebutuhan mahasantri, keadaan sarana dan prasarana pondok tahfidz sudah cukup memadai, walaupun masih banyak kekurangan misalnya masih belum adanya tempat khusus untuk program menghafal dan kegiatan ta'lim, tempat parkir, dan jika dilihat dari banyaknya minat mahasiswa yang ingin masuk pondok tahfidz tersebut tetapi harus ditampung dulu karena masih kekurangan kamar di asrama. Berikut rincian lebih jelasnya tentang sarana dan prasarana pondok tahfidz Siti Khadijah, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel IV: Sarana dan Prasarana Pondok Tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin Pada Tahun 2021

No.	Saran dan Prasarana	Jumlah	Keadaan
1	Ruangan program menghafal dan ta'lim	1 buah	Baik
2	Asrama mahasantri	16 buah	Baik
3	Dapur umum	2 buah	Baik
4	WC dan kamar mandi	10 buah	Baik
5	Tempat parkir	2 buah	Baik

Sumber Data: *Dokumentasi Pondok Tahfidz Siti Khadijah Bulan Januari 2020*

B. Penyajian Data

1. Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis Pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah

a. Pentingnya Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis

Puasa senin kamis merupakan suatu amalan sunnah yang sering dilaksanakan oleh Nabi Muhammad Saw. dan sangat baik untuk kita amalkan. Pengamalan tersebut bisa menjadi bukti kecintaan kita kepada Rasulullah Saw. sebagai ummat beliau. Banyak keutamaan dan manfaat yang bisa diraih dengan mengamalkan puasa senin kamis.

Menurut pendapat sebagian besar dari responden sebanyak 10 mahasantri mengatakan bahwa puasa senin kamis adalah suatu amalan sunnah yang sangat baik dan penting untuk diamalkan. Pernyataan ini bisa dilihat dari hasil presentase angket kepada mahasantri tentang seberapa pentingnya puasa senin kamis untuk diamalkan.

Tabel V: Pentingnya Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Sangat penting	10	100%
2	Penting	-	-
3	Cukup Penting	-	-
4	Tidak Penting	-	-
Jumlah		10 orang	100 %

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai seberapa penting pengamalan puasa senin kamis untuk diamalkan dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan sangat penting sebanyak 10 orang (100%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa rata-rata

semua mahasantri dari 10 responden mengatakan bahwa pengamalan puasa senin kamis sangat penting untuk diamalkan.

Pernyataan mahasantri yang mengatakan bahwa pentingnya pengamalan puasa senin kamis ini diperkuat dari alasan-alasan yang mereka pilih dalam angket sebagai berikut.

Tabel VI: Alasan Pentingnya Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Karena bisa membantu mendekati diri kepada Allah Swt.	10	100%
2	karena bisa membantu dalam melatih kebiasaan baik	9	90%
3	Karena bisa membantu menahan diri dari perbuatan dosa	7	70%
4	Karena bisa menghemat uang jajan	3	30%

Berdasarkan dari tabel di atas mengenai alasan-alasan pentingnya mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan dengan alasan berpuasa senin kamis bisa membantu mendekati diri kepada Allah Swt. sebanyak 10 orang (100%), keterangan yang mengatakan dengan alasan karena bisa membantu dalam melatih kebiasaan baik sebanyak 9 orang (90%), keterangan yang mengatakan dengan alasan karena bisa membantu menahan diri dari perbuatan dosa sebanyak 7 orang (70%), dan keterangan yang mengatakan dengan karena bisa menghemat uang jajan sebanyak 3 orang (30%) . Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa begitu banyak alasan pentingnya mengamalkan puasa senin kamis yaitu karena bisa membantu dalam mendekati kepada Allah Swt.

Mengenai beberapa alasan pentingnya pengamalan puasa senin kamis di atas yang menunjukkan bahwa mahasantri lebih banyak menyatakan bahwa puasa senin dapat membantu mendekatkan diri kepada Allah Swt. Berdasarkan hasil wawancara untuk lebih meyakinkan alasan yang sebenarnya mereka nyatakan dan yang menjadi niat utama mereka juga dalam mengamalkan puasa senin kamis yaitu mereka mengatakan bahwa dari pengalaman yang telah mereka rasakan ketika mengamalkan puasa senin awalnya mereka beralasan ingin menghidupkan sunnah Rasulullah Saw., dan meningkatkan pengalaman spiritual hingga merasa kedekatan dengan Allah Swt., lebih mudah melakukan ibadah yang lainnya. Di samping itu juga dengan mengamalkan puasa senin kamis sangat mendukung perekonomian mereka, dengan berpuasa senin kamis dapat membantu mereka menghemat uang jajan, mereka bisa berpikir lebih jernih untuk menggunakan uang untuk keperluan yang dibutuhkan bukan hanya untuk keinginan saja.¹

b. Pelaksanaan Pengamalan Puasa Senin Kamis

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara tentang kegiatan mahasantri di pondok tahfidz Siti Khadijah mengenai amalan puasa senin kamis yang mereka lakukan, memang dari pondoknya itu sendiri belum ada menerapkan program tersebut, hal ini berdasarkan hasil wawancara dengan seorang ustadzah sekaligus pengasuh di pondok tersebut mengatakan bahwa program pengamalan puasa senin kamis di pondok ini belum ada diterapkan namun beliau sering memberikan motivasi seperti nasehat untuk senantiasa mengamalkan amalan sunnah seperti puasa senin kamis tersebut. Tujuannya agar mereka selain menghafal Alquran

¹Wawancara dengan mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 6 Maret 2021, pukul 10.00 WITA.

mereka juga bisa menjalankan sunnah Rasulullah, menjadikan puasa tersebut sebagai salah satu ketaatan untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah Swt. dan menjaga diri dari hawa nafsu serta perbuatan yang kurang baik. Mungkin mahasantri yang mengamalkan puasa senin kamis tersebut, mereka mengamalkan atas kemauan diri sendiri dan pengaruh dari lingkungan tempat mereka yang juga mengamalkan puasa senin kamis.²

Pelaksanaan amalan tidak akan bisa maksimal dilakukan tanpa adanya pengetahuan terlebih dahulu tentang amalan tersebut. Seperti halnya pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah sebelum mereka bisa mengamalkan puasa senin kamis, tentu mereka awalnya terlebih dahulu harus mengetahui atau mempelajari hal-hal yang berkaitan tentang puasa senin kamis. Berdasarkan wawancara dengan ustadzah, beliau menyatakan bahwa di pondok tahfidz Siti Khadijah tidak ada program khusus yang diterapkan untuk mengamalkan puasa senin kamis, namun melalui program ta'lim tentang fadhilah amal dan nasehat motivasi tentang amalan, baik itu amalan wajib maupun amalan sunnah yang sangat dianjurkan agar mahasantri semakin taat kepada Allah Swt. Meskipun puasa senin kamis tersebut tidak diwajibkan dan dilakukan atas kesadaran dari diri mahasantri sendiri, sebagai ustadzah sekaligus pimpinan pondok sangat mendukung mahasantrinya untuk melakukan amalan-amalan sunnah.³ Dari angket yang diajukan kepada mahasantri tentang sejak kapan

²Wawancara dengan ustadzah atau pengasuh, selaku pimpinan pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 21 Januari 2021, pukul 17.38 WITA.

³Wawancara dengan ustadzah atau pengasuh, selaku pimpinan pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 21 Januari 2021, pukul 17.38 WITA.

mereka mulai mengetahui atau mempelajari tentang puasa senin kamis dapat dilihat dari hasil presentase sebagai berikut.

Tabel VII: Waktu Mulai Mahasantri Mengetahui atau Mempelajari Tentang Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Semenjak SD	2	20%
2	Semenjak SMP	7	70%
3	Semenjak SMA	1	10%
4	Semenjak kuliah	-	-
Jumlah		10 orang	100 %

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri dapat disimpulkan waktu mulai mereka mengetahui atau mempelajari tentang puasa senin kamis ada yang menyatakan semenjak SD sebanyak 2 orang (20%), semenjak SMP sebanyak 7 orang (70%) dan semenjak SMA sebanyak 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka lebih banyak mulai mengetahui atau mempelajari tentang puasa senin kamis semenjak SMP. Dari pengetahuan tersebutlah seseorang akan timbul perasaan ingin mengamalkan ilmu tersebut. Apalagi jika pengajaran tersebut dilakukan semenjak remaja ketika semenjak itu akan membawa pengaruh yang baik dan mampu memberikan kebiasaan yang baik pula ketika sudah dewasa, serta akan terbiasa untuk mengamalkannya.

Setelah mengetahui tentang puasa senin kamis, mereka mulai mengamalkannya. Waktu mulai pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri dapat dilihat dari hasil presentase sebagai berikut:

Tabel VIII: Waktu Mulai Mahasantri Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Semenjak SD	-	-
2	Semenjak SMP	4	40%
3	Semenjak SMA	4	40%

4	Semenjak kuliah	2	20%
Jumlah		10 orang	100 %

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai waktu mulai mereka mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa ada yang menyatakan semenjak SMP sebanyak 4 orang (4%), semenjak SMA sebanyak 4 orang (40%), dan semenjak kuliah sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat disimpulkan bahwa mereka lebih banyak mulai mengamalkan puasa senin kamis yaitu semenjak SMP dan semenjak SMA.

Seiring dengan berjalannya waktu dalam pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri mulai meningkat, dari yang kadang-kadang sampai terbiasa dan rutin mengamalkannya. Hal ini dapat dilihat dari hasil presentase pada angket sebagai berikut:

Tabel IX: Tingkat Keseringan Mahasantri dalam Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	-	-
2	Sering	8	80%
3	Kadang-kadang	2	20%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100 %

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai seberapa sering mereka mengamalkan puasa senin dapat disimpulkan bahwa mahasantri yang sering mengamalkan sebanyak 8 orang (80%), kadang-kadang sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa dari 10 mahasantri lebih banyak yang sering mengamalkan puasa senin kamis walaupun masih ada beberapa orang yang hanya kadang-kadang

mengamalkannya. Hal ini mungkin karena amalan puasa senin kamis tersebut bukan suatu hal yang wajib dan tidak ada program khusus dari pondok untuk dikerjakan jadi mereka tidak ada dorongan yang kuat untuk selalu mengamalkannya.

Pada masa pandemi covid-19 bukanlah masa yang kuat untuk dijadikan sebagai masa seseorang beralasan lemah dalam ibadah. Ketika pada masa pandemi covid-19 begitu banyak dan besar rasa ketakutan akan virus yang dikabarkan bisa mematikan manusia. Seharusnya sebagai manusia yang beriman kepada Allah meyakini bahwa hanya Allah Swt. yang menentukan kapan ajal kita datang, ketika saat itu seharusnya kita lebih meningkatkan ketaatan dalam beribadah misalnya dalam melaksanakan puasa senin kamis. Di pondok tahfidz Siti Khadijah mahasantri pada masa pandemi covid-19 mereka tetap mengamalkan puasa senin kamis. Pernyataan ini dapat dilihat dari hasil presentase pada angket yang diajukan sebagai berikut.

Tabel X: Tingkat Keseringan Mahasantri dalam Mengamalkan Puasa Sunnah Senin Kamis Pada Masa Pandemi Covid-19

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	-	-
2	Sering	6	60%
3	Kadang-kadang	4	40%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100 %

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai keseringan mereka dalam mengamalkan puasa sunnah senin kamis pada masa pandemi covid-19 dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan sering sebanyak 6 orang (60%), dan keterangan yang mengatakan kadang-kadang

sebanyak 4 orang (40%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa ketika masa pandemi covid-19 mereka lebih banyak menyatakan sering mengamalkan puasa sunnah senin kamis.

Bersamaan dengan aktivitas dalam mengamalkan puasa senin kamis, mahasantri juga melakukan aktivitas-aktivitas yang dapat mendukung dalam pengamalan tersebut. Mereka lebih banyak melakukan hal-hal yang bermanfaat untuk mengisi waktu agar ibadah puasa yang mereka lakukan mendapat berkah. Hal ini dapat dilihat dari hasil presentase sebagai berikut.

Tabel XI: Ketika Sedang Berpuasa Senin Kamis Mahasantri Lebih Suka Melakukan Kegiatan yang Bermanfaat

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Sangat Suka	2	20%
2	Suka	6	60%
3	Cukup suka	2	20%
4	Tidak suka	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai tingkat kesukaan mahasantri dalam melakukan kegiatan yang bermanfaat ketika sedang berpuasa dapat disimpulkan bahwa ada yang menyatakan dengan keterangan sangat suka sebanyak 2 orang (20%), yang menyatakan dengan keterangan suka sebanyak 6 orang (60%), dan yang menyatakan dengan keterangan cukup suka sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka termasuk orang-orang yang suka memanfaatkan dan menggunakan waktu ketika berpuasa dengan cara melakukan kegiatan yang bermanfaat atau kegiatan positif.

Berikut kegiatan yang suka mereka lakukan ketika sedang berpuasa senin kamis dapat dilihat dari tabel hasil presentase di bawah ini.

Tabel XII: Kegiatan yang Suka Dilakukan Oleh Mahasantri Ketika Sedang Berpuasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Memperbanyak ibadah	10	100%
2	Belajar atau baca buku	6	60%
3	Mempelajari hal-hal baru	3	30%
4	Membersihkan lingkungan tempat tinggal	1	10%

Berdasarkan dari tabel di atas mengenai kegiatan yang suka dilakukan oleh mereka ketika sedang berpuasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa ada yang menyatakan suka memperbanyak ibadah sebanyak 10 orang, suka belajar atau baca buku sebanyak 6 orang, suka mempelajari hal-hal baru sebanyak 3 orang, dan suka membersihkan lingkungan tempat tinggal sebanyak 1 orang. Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa dari mereka rata-rata lebih suka memperbanyak ibadah ketika sedang berpuasa senin kamis.

c. Tujuan Pengamalan Puasa Senin Kamis

Suatu amalan yang kita kerjakan seharusnya memiliki tujuan yang ingin dicapai. Tujuan tersebut berfungsi untuk meneruskan proses pencapaian hasil. Dengan adanya tujuan kita bisa memprioritaskan hal-hal yang semestinya dilakukan dalam mendukung pencapaian tujuan tersebut. Dalam pengamalan puasa senin kamis seseorang juga pasti memiliki tujuan ketika melaksanakannya. Dari hasil respon oleh 10 mahasantri, mereka menerangkan bahwa ada beberapa tujuan mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis. keterangan tersebut dapat

dilihat dari tabel hasil presentase mahasantri mengenai tujuan pengamalan puasa senin kamis sebagai berikut.

Tabel XIII: Tujuan yang Ingin Dicapai dari Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Ingin meraih ridha-Nya Allah Swt. sehingga mendapat kemudahan dalam segala urusan	8	80%
2	Ingin mencapai keutamaan atau fadilah puasa senin kamis	7	70%
3	Ingin melatih kebiasaan baik	9	90%
4	Ingin dipandang sebagai orang yang rajin beribadah	-	-

Berdasarkan dari tabel di atas mengenai tujuan yang ingin dicapai dari pengamalan puasa sunnah senin kamis dapat disimpulkan bahwa ada yang mengamalkan dengan tujuan ingin mendapatkan ridha-Nya Allah Swt. hingga mendapat kemudahan dalam segala urusan sebanyak 8 orang (80%), ingin mencapai keutamaan atau fadilah puasa senin kamis sebanyak 7 orang (70%), ingin melatih kebiasaan baik sebanyak 9 orang (90%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa tujuan mereka dalam pengamalan puasa senin kamis lebih banyak dengan tujuan ingin melatih kebiasaan baik.

Selain tujuan-tujuan yang dikemukakan pada tabel di atas, ternyata banyak juga yang mengamalkan puasa senin kami dengan tujuan ingin menghidupkan sunnah Nabi Muhammad Saw. sebagai bukti cinta kepada beliau. Hal ini dapat dilihat dari hasil presentase sebagai berikut.

Tabel XIV: Pengamalan Puasa Senin Kamis dengan Tujuan Menghidupkan Sunnah Nabi Muhammad Saw. Sebagai Tanda Bukti Cinta Kepada Beliau

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	5	50%
2	Sering	5	50%
3	Kadang-kadang	-	-

4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai tingkat keseringan tujuan mereka mengamalkan puasa sunnah senin kamis untuk menghidupkan sunnah Nabi Muhammad Saw. sebagai tanda bukti cinta kepada beliau dapat disimpulkan bahwa ada yang menyatakan dengan keterangan selalu sebanyak 5 orang (50%), dan yang menyatakan dengan keterangan sering juga sebanyak 5 orang (50%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka menyatakan selalu dan sering mengamalkan puasa senin kamis dengan tujuan menghidupkan sunnah Nabi Muhammad Saw. sebagai bukti cinta kepada beliau.

Tujuan suatu pekerjaan itu akan mudah untuk diwujudkan jika kita giat dan bersungguh-sungguh dalam melaksanakannya. Hal ini membuktikan bahwa jika kita rajin mengamalkan puasa senin kamis dengan tujuan yang ada pada masing-masing individu, maka tujuan tersebut akan mudah diraih. Dari berbagai pernyataan mengenai tujuan yang dikemukakan oleh mahasantri pada tabel presentase di atas dapat dilihat pula keberhasilan mereka dalam mencapai tujuan tersebut yaitu sebagai berikut.

Tabel XV: Tercapaian Tujuan Dari Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Sangat tercapai	1	10%
2	Tercapai	5	50%
3	Cukup tercapai	3	30%
4	Tidak tercapai	1	10%
Jumlah		10 Orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasiswa mengenai tingkat tercapaian tujuan dalam pengamalan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa ketercapaian dengan sangat tercapai sebanyak 1 orang (10%), tercapai sebanyak 5 orang (50%), cukup tercapai sebanyak 3 orang (30%), dan tidak tercapai 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa tingkat tercapaian tersebut lebih banyak pada tingkat tercapai daripada yang lainnya.

Begitu kuat kesadaran dalam mengamalkan puasa senin kamis, jadi kalau tujuan tersebut belum tercapai mereka mengatakan akan tetap semangat mengamalkannya. Jadi hal ini membuktikan bahwa suatu tujuan dalam aktivitas atau amalan menjadikan kita semangat dan lebih istiqomah untuk melaksanakannya. Sama halnya dengan pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasiswa, mereka bahwa menyatakan melalui angket bahwa misalnya tujuan tersebut belum tercapai mereka akan tetap mengamalkannya. Pernyataan ini dapat dilihat pada tabel hasil presentase sebagai berikut.

Tabel XVI: Tingkat Semangat Mahasiswa dalam Mencapai Tujuan Dari Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Sangat semangat	4	40%
2	Semangat	5	50%
3	Cukup semangat	1	10%
4	Tidak semangat	-	-
Jumlah		10 Orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasiswa mengenai pernyataan semangat mereka jika tujuan yang mereka targetkan belum tercapai dalam pengamalan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa ada yang

menyatakan dengan keterangan sangat semangat sebanyak 4 orang (40%), yang menyatakan dengan keterangan semangat sebanyak 5 orang (50%), dan yang menyatakan dengan keterangan cukup semangat sebanyak 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka lebih banyak menyatakan akan lebih semangat jika tujuan yang yang ditargetkan belum tercapai dalam pengamalan puasa senin kamis.

d. Motivasi Pengamalan Puasa Senin Kamis

Motivasi merupakan sebuah dorongan, hasrat atau minat yang begitu besar di dalam hati untuk mencapai suatu keinginan, cita-cita, dan tujuan tertentu. Dengan adanya motivasi akan membuat individu berusaha sekuat tenaga untuk mencapai yang diinginkannya. Seseorang yang memiliki motivasi tinggi akan memberikan dampak yang baik bagi kehidupannya. Tingginya motivasi tersebut akan mengubah perilakunya untuk menggapai cita-cita dan menjalani hidup dengan lebih baik. Oleh karena itu, setiap orang sangat membutuhkan motivasi untuk dirinya sendiri. Hal ini bertujuan agar seseorang tersebut tidak mudah putus asa dan merasa *down*, dan cepat bangkit kembali saat mengalami kegagalan.

Berkaitan dengan proses pengamalan puasa senin kamis yang bukan merupakan suatu kewajiban bagi mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah, mereka sangat memerlukan motivasi dalam setiap pengamalannya agar bisa bersungguh-sungguh mencapai tujuan yang diinginkan dan istiqomah mengamalkannya. Berdasarkan hasil wawancara dengan ustadzah mengenai motivasi, sebenarnya di pondok sudah ada memberikan motivasi dan anjuran walaupun tidak bersifat wajib, tetapi setidaknya ada dorongan untuk memberi semangat dalam

mengamalkan suatu ibadah seperti puasa senin kamis tersebut. motivasi atau anjuran tersebut biasanya diberikan pada saat ta'lim dan program fadilah amal ba'da shalat maghrib. Sebenarnya anjuran tersebut tidak harus dilaksanakan namun sebagai orang yang ingin menjadi lebih baik menambah ketaatan dengan ibadah puasa, ada lebih baiknya mengamalkan kalau hal itu tidak memberatkan dirinya sendiri juga. Lagi pula amalan puasa senin kamis banyak mengandung manfaat bagi diri sendiri dan orang lain.⁴ Dari hasil respon 10 mahasantri mengenai motivasi yang didapat mengenai pengamalan puasa senin kamis mereka menerangkan bahwa motivasi tersebut didapat dari beberapa sumber yaitu sebagai berikut.

1) Ilmu yang Dipelajari dan Kemauan Diri Sendiri (Minat)

Tabel XVII: Sumber Motivasi Mahasantri dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Ilmu yang dipelajari dan kemauan diri sendiri (minat)	10	100%
2	Lingkungan keluarga	2	20%
3	Lingkungan sosial (mencakup masyarakat dan teman)	7	70%
4	Faktor ekonomi	1	10%

Berdasarkan dari tabel di atas mengenai beberapa sumber motivasi yang mahasantri dapatkan dalam pengamalan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa ada menyatakan motivasi yang mereka dapatkan berasal dari ilmu yang dipelajari dan kemauan diri sendiri (minat) sebanyak 10 orang (100%), dari lingkungan keluarga sebanyak 2 orang (20%), dari lingkungan sosial (mencakup masyarakat dan teman) sebanyak 7 orang (70%), dan dari faktor ekonomi

⁴Wawancara dengan ustadzah, selaku pimpinan pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 21 Januari 2021.

sebanyak 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat disimpulkan bahwa sumber motivasi dalam pengamalan puasa senin kamis yang sering muncul berasal dari ilmu yang dipelajari dan kemauan diri sendiri (minat).

2) Pendidikan Orang Tua

Berdasarkan respon yang menyatakan bahwa sumber motivasi yang sering mahasiswa dapatkan selain dari ilmu yang dipelajari dan kemauan diri sendiri (minat), ternyata orang tua juga berperan dalam pengamalan puasa senin kamis yang mereka laksanakan. Hal ini dapat dilihat dari tingkat keseringan orang tua dalam mengingatkan anaknya untuk mengamalkan puasa senin kamis. Pernyataan tersebut dapat dilihat dari tabel hasil presentase berikut.

Tabel XVIII: Tingkat Keseringan Orang Tua dalam Mengingatn untuk Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	-	-
2	Sering	2	20%
3	Kadang-kadang	5	50%
4	Tidak pernah	3	30%
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden 10 mahasiswa mengenai peran orang tua dalam tingkat keseringan mereka dalam mengingatkan untuk mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan sering sebanyak 2 orang (20%), keterangan kadang-kadang 5 orang (50%), dan keterangan tidak pernah sebanyak 3 orang (30%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa peran orang tua dalam tingkat keseringan mereka dalam mengingatkan anaknya untuk mengamalkan puasa senin kamis hanya kadang-

kadang. Hal ini mungkin karena mahasantri tersebut berada di pondok dan jauh dari orang tua.

3) Lingkungan Sosial (Masyarakat dan Teman)

Selain motivasi dari ilmu yang dipelajari dan kemauan diri sendiri (minat) dan orang tua yang berperan dalam pengamalan puasa senin kamis yang mahasantri lakukan, ternyata lingkungan sosial seperti teman juga menjadi motivasi yang sangat berpengaruh mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis. Ketika seseorang berada di lingkungan yang baik, misalnya di suatu pesantren, yang mana orang-orang di sana senang melakukan aktivitas yang positif seperti puasa senin kamis, maka tidak menutup kemungkinan orang-orang yang berada di sekitar tersebut juga akan terpengaruh karena amalan puasa senin kamis juga merupakan amalan yang baik untuk diamalkan oleh mahasantri-mahasantri di pondok. Banyak manfaat yang bisa diraih oleh pengamalan tersebut serta lingkungan yang baik juga akan memberikan pengaruh yang baik pula terhadap amalan tersebut.

Berdasarkan berbagai sumber motivasi yang mahasantri dapatkan dalam pengamalan puasa senin kamis tersebut, mereka mengatakan bahwa ada sumber motivasi yang sangat berpengaruh yaitu bisa dilihat dari tabel hasil presentase sebagai berikut:

Tabel XIX: Motivasi yang Sangat Berpengaruh dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Ilmu yang dipelajari dan kemauan diri sendiri (minat)	3	30%
2	Lingkungan keluarga	1	10%
3	Lingkungan sosial	5	50%

	(mencakup masyarakat dan teman)		
4	Faktor ekonomi	1	10%
	Jumlah	10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai motivasi yang sangat berpengaruh dapat disimpulkan bahwa motivasi dari ilmu yang dipelajari dan kemauan diri sendiri (minat) sebanyak 3 orang (30%), lingkungan keluarga sebanyak 1 orang (10%), lingkungan sosial (mencakup masyarakat dan teman) sebanyak 5 orang (50%), dan faktor ekonomi sebanyak 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa motivasi yang sangat berpengaruh dalam pengamalan puasa senin kamis yang mereka laksanakan lebih banyak berasal dari lingkungan sosial (mencakup masyarakat dan teman).

Pernyataan di atas mengungkapkan bahwa lingkungan sosial (teman) merupakan sumber motivasi yang sangat berpengaruh terhadap pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri pondok tahfidz. Hal tersebut memang terbukti yaitu ketika seseorang berteman atau bertempat tinggal di sekitar orang-orang yang rajin melakukan kebaikan atau taat dalam beribadah, kita juga akan merasakan dampak kebaikan yang dilakukan oleh orang tersebut. Mahasantri yang tinggal di pondok, berkumpul dengan orang-orang yang senang dalam kebaikan akan menimbulkan pengaruh baik dalam dirinya. Ketika berteman dengan orang rajin mengamalkan puasa senin kamis, maka tidak menutup kemungkinan kita juga akan mengikuti kebiasaan baik teman tersebut. Dari responden sebanyak 10 mahasantri mereka menyatakan bahwa teman-teman di sekitar mereka sering

mengamalkan puasa senin kamis. Hasil ini bisa dilihat dari hasil presentase sebagai berikut.

Tabel XX: Tingkat Keseringan Teman dalam Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	4	40%
2	Sering	4	40%
3	Kadang-kadang	2	20%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden 10 mahasantri mengenai tingkat keseringan teman-teman mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa yang menyatakan dengan keterangan selalu sebanyak 4 orang (40%), keterangan sering sebanyak 4 orang (40%), dan keterangan kadang-kadang sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa teman-teman mereka lebih banyak yang selalu dan sering mengamalkan puasa senin kamis.

Seseorang yang senang mengerjakan kebaikan dan paham akan pahala yang terus mengalir dengan mengajak orang-orang melakukan kebaikan yang ia lakukan, ia tidak akan mau sendirian dalam mengamalkan kebaikan tersebut. Dilihat dari respon mahasantri menyatakan bahwa teman-teman di sekitar mereka sering mengajak untuk mengamalkan puasa senin kamis. Hal ini bisa dilihat dari hasil presentase mengenai seringnya teman mengajak untuk mengamalkan puasa senin kamis.

Tabel XXI: Tingkat Keseringan Teman Mengajak untuk Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	1	10%
2	Sering	4	40%

3	Kadang-kadang	5	50%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden 10 mahasantri mengenai tingkat keseringan teman mereka mengajak untuk mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan selalu sebanyak 1 orang (10%), keterangan yang mengatakan sering sebanyak 4 orang (40%), dan keterangan yang mengatakan kadang-kadang sebanyak 5 orang (50%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa teman mereka sering mengajak untuk mengamalkan puasa senin kamis, walaupun lebih banyak yang mengatakan kadang-kadang.

Seseorang yang sudah terbiasa mengajak pada kebaikan, walaupun ia tidak bisa atau lagi berhalangan untuk mengamalkan kebaikan tersebut, maka ia pun akan terus berusaha mengingatkan orang lain untuk mengamalkannya. Seperti halnya mengenai pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri, teman mereka sering mengingatkan untuk mengamalkan puasa senin kamis. pernyataan ini dapat dilihat dari hasil presentase berikut.

Tabel XXII: Tingkat Keseringan Teman dalam Mengingatnkan untuk Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	1	10%
2	Sering	4	40%
3	Kadang-kadang	5	50%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden 10 mahasantri mengenai tingkat keseringan teman mereka mengingatkan untuk mengamalkan puasa senin kamis

dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan selalu sebanyak 1 orang (10%), keterangan yang mengatakan sering sebanyak 4 orang (40%), dan keterangan yang mengatakan kadang-kadang sebanyak 5 orang (50%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa teman mereka sering mengingatkan untuk mengamalkan puasa senin kamis, walaupun lebih banyak yang mengatakan kadang-kadang.

e. Upaya Pembiasaan Pengamalan Puasa Senin Kamis

Selama proses pengamalan suatu ibadah, tidak semua amalan bisa langsung rutin dilaksanakan. Semua hal yang ingin dicapai memiliki tahapannya masing-masing, apalagi jika sampai bisa rutin atau terbiasa mengamalkannya pasti harus melewati berbagai tahapan dan mendapatkan motivasi yang kuat untuk terus mengamalkannya. Sebagaimana halnya pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah yang merupakan suatu kebiasaan baik yang diamalkan tanpa adanya program khusus dari pondok yang membuat mereka harus mencari motivasi sendiri agar bisa istiqomah mengamalkannya. Agar terbiasa mengamalkan suatu amalan diperlukan upaya pembiasaan terlebih dahulu. Begitu pula dengan pengalaman puasa senin kamis, mahasantri mengupayakan pembiasaan agar terbiasa mengamalkannya. Pernyataan tersebut dapat dilihat dari hasil respon mahasantri sebagai berikut.

Tabel XXIII Upaya Pembiasaan Mahasantri dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Bersungguh-sungguh dalam menjalankan niat dalam hati untuk mengamalkan puasa senin kamis	9 orang	90%
2	Mempelajari keutamaan atau	7 orang	70%

	fadilah tentang puasa senin kamis		
3	Berteman dengan orang yang rajin mengamalkan puasa senin kamis	9 orang	90%
4	Berusaha ingin menghemat biaya hidup	1 orang	10%

Berdasarkan dari tabel di atas mengenai upaya pembiasaan yang dilakukan oleh 10 mahasantri dalam pengamalan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa dengan upaya bersungguh-sungguh dalam menjalankan niat dalam hati untuk mengamalkan puasa senin kamis sebanyak 9 orang (90%), mempelajari keutamaan atau fadilah tentang puasa senin kamis sebanyak 7 orang (70%), berteman dengan orang yang rajin mengamalkan puasa senin kamis sebanyak 9 orang (90%), dan dengan upaya ingin menghemat biaya hidup sebanyak 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat disimpulkan bahwa upaya pembiasaan mereka dalam pengamalan puasa senin kamis lebih banyak dengan melakukan bersungguh-sungguh dalam menjalankan niat dalam hati untuk mengamalkan puasa senin kamis dan berteman dengan orang yang rajin mengamalkan puasa senin kamis.

Upaya pembiasaan dalam pengamalan puasa senin kamis ini juga dilakukan oleh ustadzah di pondok tahfidz Siti Khadijah yaitu melalui beberapa metode pendidikan yang dilakukan secara menyeluruh untuk semua mahasantri di pondok tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dengan ustadzah di pondok tahfidz Siti Khadijah mengenai metode pendidikan dalam pengamalan puasa senin kamis yaitu beliau sering menyampaikan dengan nasehat atau motivasi pada saat program ta'lim. Pada mulanya mahasantri yang belum terbiasa mengamalkan

puasa senin kamis diberi arahan, ketika berlangsungnya program ta'lim tersebut di saat itulah disampaikan atau memberikan pemahaman tentang amalan-amalan sunnah, salah satunya yaitu puasa senin kamis yang banyak mengandung manfaat untuk kepentingan hidup di dunia dan akhirat.⁵

f. Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis

Biasanya setelah melakukan pengamalan puasa senin kamis, seseorang akan merasakan manfaat yang dirasakan dari pengamalan tersebut. Dari pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah, dapat disimpulkan beberapa manfaat yang dirasakan oleh mereka, yaitu antara lain:

1) Pengalaman Spiritual

Tabel XXIV: Tingkat Pengalaman Spiritual Setelah Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	-	-
2	Sering	6	60%
3	Kadang-kadang	4	40%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai tingkat pengalaman spiritual yang mereka rasakan setelah mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan sering sebanyak 6 orang (60%), dan keterangan yang mengatakan kadang-kadang sebanyak 4 orang (40%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa

⁵Wawancara dengan ustadzah, selaku pimpinan pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 6 Maret 2021, pukul 10.00 WITA

mereka sering merasakan pengalaman spiritual setelah mengamalkan puasa senin kamis.

2) Kedekatan dengan Allah Swt.

Tabel XXV: Tingkat Kedekatan dengan Allah Swt. Setelah Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	4	40%
2	Sering	4	40%
3	Kadang-kadang	2	20%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai tingkat kedekatan dengan Allah Swt. mereka setelah mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan selalu sebanyak 4 orang (40%), keterangan yang mengatakan sering sebanyak 4 orang (40%), dan keterangan yang mengatakan kadang-kadang sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka lebih banyak selalu dan sering merasakan kedekatan dengan Allah Swt. setelah mengamalkan puasa senin kamis.

3) Ketenangan dalam Jiwa

Tabel. XXVI: Tingkat Ketenangan dalam Jiwa setelah Mengamalkan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	7	70%
2	Sering	2	20%
3	Kadang-kadang	1	10%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai tingkat ketenangan dalam jiwa yang mereka rasakan setelah mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan selalu sebanyak 7 orang (70%), keterangan yang mengatakan sering sebanyak 2 orang (20%), keterangan yang mengatakan kadang-kadang sebanyak 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka lebih banyak selalu merasakan ketenangan dalam jiwa setelah mengamalkan puasa senin kamis.

4) Melatih Kesabaran

Tabel XXVII: Tingkat Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis dalam Membantu Melatih Kesabaran

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Sangat membantu	6	60%
2	Membantu	4	40%
3	Cukup membantu	-	-
4	Tidak membantu	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai apakah dengan mengamalkan puasa senin kamis sering membantu mereka dalam melatih kesabaran dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan sangat membantu sebanyak 6 orang (60%), dan keterangan yang mengatakan membantu sebanyak 4 orang (40%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa dengan mengamalkan puasa senin kamis sangat membantu dalam melatih kesabaran.

5) Mengendalikan Diri dari Hawa Nafsu dan Menghindari Diri
Perbuatan Dosa

Tabel XXVIII: Tingkat Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis dalam Membantu Mengendalikan Diri dari Hawa Nafsu dan Menghindari Diri dari Perbuatan Dosa

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Sangat membantu	8	80%
2	Membantu	2	20%
3	Cukup membantu	-	-
4	Tidak membantu	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai apakah dengan mengamalkan puasa senin kamis sering membantu dalam mengendalikan diri dari hawa nafsu dan menghindari diri dari perbuatan dosa dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan sangat membantu sebanyak 8 orang (80%), dan keterangan yang mengatakan membantu sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka lebih banyak mengatakan bahwa dengan mengamalkan puasa senin kamis sangat membantu dalam mengendalikan diri dari hawa nafsu dan menghindari diri dari perbuatan dosa.

6) Saling Peduli dan Berbagi terhadap Orang Lain

Tabel XXIX: Tingkat Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis dalam Meningkatkan Sikap Saling Peduli dan Berbagi Terhadap Orang Lain

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Sangat membantu	5	50%
2	Membantu	5	50%
3	Cukup membantu	-	-
4	Tidak membantu	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai apakah dengan mengamalkan puasa senin kamis sering membantu dalam meningkatkan sikap saling peduli dan berbagi terhadap orang lain dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan sangat membantu sebanyak 5 orang (50%), dan keterangan yang mengatakan membantu sebanyak 5 orang (50%) juga. Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka lebih banyak mengatakan sangat membantu dan membantu dengan mengamalkan puasa senin kamis dalam meningkatkan sikap saling peduli dan berbagi terhadap orang lain.

7) Kesehatan

Tabel XXX: Tingkat Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis dalam Kesehatan

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	6	60%
2	Sering	4	40%
3	Kadang-kadang	-	-
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 Orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai apakah dengan mengamalkan puasa senin kamis sering merasakan dampak yang baik terhadap kesehatan dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan selalu sebanyak 6 orang (60%), dan keterangan yang mengatakan sering sebanyak 4 orang (40%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa dengan mengamalkan puasa senin kamis mereka selalu merasakan dampak yang baik terhadap kesehatan.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Mahasantri dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri seseorang atau dalam individu itu sendiri. Faktor ini biasanya berupa sifat yang melekat pada diri seseorang. Faktor internal yang mempengaruhi seseorang dalam pengamalan puasa senin kamis biasanya karena minat atau kesadaran diri sendiri atas pengamalan tersebut. Minat merupakan kecenderungan untuk melakukan respon dengan cara tertentu di sekitarnya.

Minat berupa kemauan diri sendiri merupakan faktor pendukung dalam pengamalan puasa senin kamis. Hal ini dapat dilihat dari hasil presentase mereka mengungkapkan bahwa minat atau kemauan diri sendiri menjadi faktor pendukung.

Tabel XXXI: Tingkat Minat sebagai Faktor Pendukung dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	5	50%
2	Sering	4	40%
3	Kadang-kadang	1	10%
4	Tidak pernah	-	-
Jumlah		10 Orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden 10 mahasantri mengenai apakah minat atau kemauan diri menjadi faktor pendukung dalam mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan selalu sebanyak 5 orang (50%), keterangan yang mengatakan sering sebanyak 4 orang (40%), dan keterangan yang mengatakan kadang-kadang sebanyak 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka lebih banyak

mengatakan minat atau kemauan diri sendiri selalu menjadi faktor pendukung dalam mengamalkan puasa senin kamis.

b. Faktor Eksternal

1) Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hal dominan yang penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan tentang puasa senin kamis sangat berpengaruh terhadap tindakan mahasantri dalam mengamalkannya. Seseorang yang kuat niatnya ketika sudah mengetahui atau mempelajari suatu ilmu, biasanya ia akan mengamalkan ilmu pengetahuan yang ia dapatkan tersebut.

2) Pendidikan Keluarga

Pendidikan keluarga terutama dari orang tua sangatlah penting untuk diberikan kepada anak, baik itu ketika masih berumur dini maupun ketika sudah dewasa dengan pengawasan yang baik agar terbiasa melakukan ketaatan kepada Allah Swt. Pendidikan keluarga mengenai pengamalan puasa senin kamis ada baiknya dilakukan dengan cara memberikan keteladanan dari diri orang tua itu sendiri agar anak dapat meniru apa yang telah dilakukan. Seperti halnya dalam pengamalan puasa senin kamis, ada baiknya diberi pemahaman tentang amalan-amalan sunnah sejak dini dan selalu berusaha mengingatkannya untuk mengamalkan kalau sebagai orang tua belum bisa mengamalkannya.

3) Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial merupakan faktor yang juga berpengaruh besar terhadap pengamalan puasa senin kamis, karena biasanya lingkungan yang baik akan membawa dampak positif juga bagi seorang individu dan sebaliknya ketika berada

di lingkungan yang kurang baik atau kurang mendukung dalam kita melakukan puasa senin kamis, maka akan terasa sulit untuk bisa mengamalkannya. Namun karena mahasantri berada di sebuah pondok tahfidz Siti Khadijah yang merupakan tempat untuk orang-orang yang mau belajar dan menghafal Alquran yang insya Allah dikelilingi keberkahan yang bisa membuat mereka rutin dalam melakukan amalan wajib maupun amalan sunnah seperti amalan puasa senin kamis.

Faktor eksternal dari pengetahuan, pendidikan orang tua, dan lingkungan sosial (teman) juga berperan menjadi faktor pendukung dalam pengamalan puasa senin kamis. Hal ini dapat dilihat dari hasil presentase respon mahasantri sebagai berikut.

Tabel XXXII: Tingkat Pengetahuan, Pendidikan Keluarga, dan Lingkungan Sosial (Teman) sebagai Faktor Pendukung dalam Pengamalan Puasa Senin

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Sangat berperan	4	40%
2	Berperan	4	40%
3	Cukup berperan	2	20%
4	Tidak berperan	-	-
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai apakah faktor pengetahuan tentang puasa senin kamis, pendidikan keluarga, dan lingkungan sosial (teman) juga berperan menjadi faktor pendorong dalam mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan sangat berperan sebanyak 4 orang (40%), keterangan yang mengatakan berperan sebanyak 4 orang (40%), dan keterangan yang mengatakan cukup berperan sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka lebih banyak mengatakan sangat berperan dan berperan

kalau faktor pengetahuan tentang puasa senin kamis, pendidikan keluarga, dan lingkungan sosial (teman) juga berperan menjadi faktor pendukung dalam mengamalkan puasa senin kamis.

Proses pengamalan suatu ibadah diharapkan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Namun pada kenyataannya pada pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri pondok tahfidz masih terdapat kendala yang menjadi faktor penghambat dalam proses pengamalannya. Hal ini berdasarkan respon melalui angket yang dilakukan dengan 10 mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah yang mengatakan bahwa masih ada faktor-faktor penghambat dalam pengamalan puasa senin kamis yang membuat mereka belum bisa rutin mengamalkannya. Berikut faktor yang menjadi penghambat mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah dalam mengamalkan puasa senin kamis yaitu banyaknya aktivitas yang terkadang membuat mahasantri malas dan kurang semangat dan kesehatan yang kurang baik.

4) Aktivitas

Tabel XXXIII: Tingkat Aktivitas sebagai Faktor Penghambat dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Kurangnya pengetahuan tentang puasa senin kamis	2	20%
2	Kurang semangat dan malas	2	20%
3	Sibuk aktivitas	4	40%
4	Tidak istirahat pada waktunya (tidur larut malam)	2	20%
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai faktor yang menjadi penghalang atau penghambat mereka dalam mengamalkan

puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan karena kurangnya pengetahuan tentang puasa senin kamis sebanyak 2 orang (20%), keterangan yang mengatakan karena kurang semangat dan malas sebanyak 2 orang (20%), keterangan yang mengatakan karena sibuk sebanyak 4 orang (40%), dan keterangan yang mengatakan karena tidak istirahat pada waktunya (tidur larut malam) sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa mereka faktor penghalang dalam mengamalkan puasa senin kamis mereka lebih banyak karena sibuk aktivitas.

5) Kesehatan

Tabel XXXIV: Tingkat Kesehatan sebagai Faktor Penghambat dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis

No	Jawaban Responden	F	Presentase
1	Selalu	-	-
2	Sering	2	20%
3	Kadang-kadang	6	60%
4	Tidak pernah	2	20%
Jumlah		10 orang	100%

Berdasarkan tabel di atas dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai pengamalan puasa senin kamis ketika dalam keadaan kesehatan kurang baik atau dalam keadaan sakit dapat disimpulkan bahwa keterangan yang mengatakan sering sebanyak 2 orang (20%), keterangan yang mengatakan kadang-kadang sebanyak 4 orang (60%), dan keterangan yang mengatakan tidak pernah sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa jika dalam keadaan kesehatan kurang baik atau dalam keadaa sakit mereka lebih banyak mengatakan kadang-kadang mengamalkan puasa senin kamis. Hal ini terbukti bahwa faktor kesehatan merupakan faktor yang menghambat dalam pengamalan

puasa senin kamis. Ketika dalam sakit kita memang tidak boleh memaksakan diri untuk mengamalkan puasa senin kamis, karena itu bisa menimbulkan mudharat bagi diri sendiri.

Tabel XXXV: Data 10 Mahasantri sebagai Responden Angket

No	Nama Lengkap	Asal Sekolah	Jurusan Kuliah
1	Sofa Halisa	MAN	Perbandingan Mazhab
2	Nurul Sa'adah	MAN	Perbankan Syariah
3	Masniah	MAN	Tadris Fisika
4	Siti Najwa Lutfia Rahma	Pesantren	PBA
5	Nadia Safitri	MAN	Perbankan Syariah
6	Syaumi Safitri	MAN	MPI
7	Lilis Suhaidah	MAN	Manajemen Dakwah
8	Wafiq Nur Azizah Septiana	Pesantren	Tidak Kuliah
9	Aisyah	Pesantren	IAT
10	Warliza	Pesantren	IAT

Dilihat dari biodata responden sebanyak 10 mahasantri tersebut menerangkan bahwa jumlah mahasantri yang berasal dari sekolah pesantren sebanyak 6 orang, dan dari MAN sebanyak 6 orang, hal ini membuktikan bahwa pengetahuan mereka tentang puasa senin sudah mereka ketahui sebelum masuk kuliah. Asal jurusan mahasantri ada yang berasal jurusan Ilmu Alquran Hadits sebanyak 2 orang, Manajemen Dakwah sebanyak 1 orang, Manajemen Pendidikan Islam sebanyak 1 orang, Pendidikan Bahasa Arab sebanyak 1 orang, Perbandingan Mazhab sebanyak 1 orang, Perbankan Syari'ah sebanyak 2 orang, Tadris Fisika sebanyak 1 orang, dan yang tidak kuliah hanya memondok sebanyak 1 orang.

C. Analisis Data

Setelah melakukan penyajian data mengenai pengamalan puasa senin kamis pada mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Pekapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin, maka langkah selanjutnya ialah melakukan analisis data.

1. Pengamalan Puasa Senin Kamis pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah

a. Pentingnya Pengamalan Puasa Senin Kamis

Setiap ibadah yang disyari'atkan Allah Swt. kepada umat manusia pasti mengandung makna. Makna yang dimaksud adalah manfaat yang kembali kepada orang yang melakukannya, apakah itu manfaat langsung maupun tidak langsung. Apakah itu manfaat di dunia maupun di akhirat.⁶ Mengenai pentingnya pengalaman puasa senin kamis berdasarkan hasil presentase dari responden sebanyak 10 mahasantri kebanyakan dari mereka menyatakan bahwa puasa senin kamis tersebut sangat penting untuk diamalkan. Semua amalan baik yang bersifat wajib maupun sunnah akan membawa manfaat kepada orang yang mengamalkannya. Sama halnya dengan pengamalan sunnah senin kamis ketika seseorang terbiasa dan rutin mengamalkannya maka akan menimbulkan banyak manfaat. Pernyataan tentang pentingnya pengamalan puasa senin kamis tersebut juga diperkuat dengan alasan-alasan yang dinyatakan oleh 10 mahasantri yaitu sebagai berikut:

⁶Miftah Faridl, *Puasa: Ibadah Kaya Makna*, (Jakarta: Gema Insani, 2007), h. 1.

- 1) Karena dengan pengamalan puasa senin kamis bisa membantu mendekatkan diri kepada Allah Swt. Seseorang yang taat kepada Allah Swt. dengan melakukan segala yang diperintahkan-Nya dan meninggalkan segala yang dilarang-Nya akan mendapat balasan yang sama. Ketika seseorang melakukan ketaatan kepada Allah Swt. baik dengan amalan wajib maupun sunnah, maka amalan tersebut akan mengantarkan seseorang untuk merasa dekat kepada Allah Swt. dan segala urusan akan terasa mudah karena ia selalu melibatkan Allah Swt. dalam setiap aktivitas kehidupannya sehari-hari.
- 2) Karena bisa membantu dalam melatih kebiasaan baik. Dengan mengamalkan puasa senin kamis yang merupakan amalan sunnah yang sangat dianjurkan oleh Nabi Muhammad Saw. seseorang akan terlatih melakukan kebiasaan baik seperti puasa sunnah yang lainnya, melatih untuk saling berbagi terhadap sesama, melatih sifat-sifat terpuji seperti sifat sabar menjalani proses hidup ini dan bersyukur terhadap keadaan.
- 3) Karena bisa membantu menahan diri dari perbuatan dosa. Suatu ketaatan dan maksiat tidak akan bisa bersatu dalam waktu yang sama, di antara keduanya akan ada yang lebih dominan muncul ketika seseorang memilih tanpa memikirkan akibat yang muncul setelah melakukan perbuatan tersebut. Ketika seseorang sedang melakukan ketaatan dan meyakini bahwa Allah itu Dzat Yang Maha Mengetahui tidak akan mau mencampuradukkan perbuatan yang haq dan bathil. Seseorang yang mengamalkan puasa senin kamis akan berusaha melakukan aktivitas yang bermanfaat untuk menghindari kurangnya

keberkahan pengamalan tersebut. Mereka tidak ingin ketaatan dalam mengamalkan puasa senin kamis tersebut menjadi amalan yang sia-sia.

- 4) Karena bisa menghemat uang jajan. Dengan mengamalkan puasa senin kamis juga bisa membantu seseorang mengurangi dalam pengeluaran ekonomi seperti biaya makan, hal ini seperti yang diketahui pada saat puasa kita diperintahkan menahan lapar dan haus, otomatis biaya makan kita berkurang untuk makan pagi dan siang. Ketika saat berbuka puasa pun orang-orang yang paham dengan keutamaan puasa senin kamis bisa membuat seseorang lebih bijak dalam bertindak misalnya dalam membeli makanan untuk berbuka puasa, seseorang akan membeli makanan sesuai dengan kebutuhan bukan sesuai keinginan nafsu.

Berdasarkan hasil presentase angket tentang beberapa alasan di atas mengenai pentingnya pengamalan puasa senin kamis, mereka lebih banyak yang menyatakan alasan tersebut yaitu dengan berpuasa senin kamis bisa membantu mendekatkan diri kepada Allah Swt. Berdasarkan dari hasil wawancara juga mengenai alasan pentingnya pengamalan puasa senin kamis mereka lebih banyak yang mengatakan bahwa dengan puasa senin kamis dapat membantu dalam mendekatkan diri kepada Allah Swt. Apabila seseorang telah melakukan ketaatan yang diperintahkan oleh Allah Swt. dan meninggalkan segala larangan-Nya maka seseorang tersebut akan dicintai oleh Allah, karena seperti yang diketahui tujuan diciptakan manusia adalah untuk beribadah kepada Allah yaitu dengan melaksanakan perintah dan meninggalkan segala larangan-Nya. Dari pengamalan

puasa senin kamis dapat membantu seseorang lebih mendekatkan diri kepada Allah dan meningkatkan keimanan.

Keimanan yang teguh akan membentengi seseorang dari perbuatan yang tidak baik dan ia juga akan terhindar dari berbagai desakan dan kehidupan yang menyusahkan dirinya dan orang lain serta masyarakat pada umumnya. Dengan demikian manusia akan terhindar dari perbuatan tercela dan mungkar.⁷ Hal ini juga membuktikan bahwa keimanan seseorang akan meningkat ketika dalam ketaatan kepada Allah Swt. karena dalam keadaan taat seseorang lagi dengan Allah Swt. merasa selalu dibantu oleh Allah dalam setiap aktivitas yang ia lakukan.

b. Pelaksanaan Pengamalan Puasa Senin Kamis

Mengenai pelaksanaan pengamalan puasa senin kamis, mereka kebanyakan mulai mengetahui atau mempelajari tentang puasa senin kamis semenjak SMP, dan mulai mengamalkannya kebanyakan dari mereka semenjak SMP dan SMA. Dari pernyataan tersebut dapat dilihat bahwa ada jarak waktu antara mereka mulai mengetahui atau mempelajari dengan waktu mulai mengamalkannya Hal ini kemungkinan karena harus ada keyakinan yang kuat dulu untuk mengamalkan pengetahuan yang telah didapatkan, sehingga dapat menimbulkan minat atau kesadaran diri sendiri dan karena harus ada motivasi juga yang mendukung agar mereka mengamalkan puasa senin kamis tersebut. Orang yang serius dalam pengamalan akan mempelajari terlebih dahulu tentang ilmu amalan tersebut.

⁷Zakiah Daradjat, *Puasa Meningkatkan Kesehatan Mental*, (Jakarta: Ruhama, 2000), h. 13-14.

Berdasarkan hasil presentase angket dari responden sebanyak 10 mahasantri mengenai tingkat keseringan mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis, mereka lebih banyak menyatakan dengan keterangan sering sebanyak 8 orang (80%), dan dan yang menyatakan kadang-kadang mengamalkan sebanyak 2 orang (20%). Namun pada masa pandemi covid-19 mereka mengalami penurunan rutinitas dalam mengamalkan puasa senin kamis. Berdasarkan hasil responden melalui angket mengenai tingkat keseringan mereka mengamalkan puasa senin kamis pada masa pandemi covid-19, mereka lebih banyak menyatakan dengan keterangan sering hanya sebanyak 6 orang (60%) dan yang mengatakan kadang-kadang sebanyak 4 orang (40%). Mungkin dari penurunan tersebut disebabkan karena kurangnya motivasi dan jauhnya lingkungan dari teman-teman yang sering mengamalkan puasa senin kamis. Hal ini didasari juga karena pada masa pandemi covid-19 semua program di pondok tahfidz diliburkan, dan sebagian besar dari mereka kembali ke rumah masing-masing.

Selain mengamalkan puasa senin kamis, pada saat itu juga mereka menyatakan bahwa mereka suka melakukan kegiatan yang bermanfaat atau positif untuk mengisi waktu agar menambah keberkahan dalam ibadah puasa tersebut. Berdasarkan hasil presentase dari angket yang diajukan biasanya kegiatan yang suka dilakukan oleh mahasantri ketika sedang berpuasa senin kamis adalah sebagai berikut:

- 1) Memperbanyak ibadah. Daripada waktu terbuang dengan hal-hal yang kurang baik dan memberi mudharat terhadap diri dalam mengamalkan puasa senin kamis lebih baik memperbanyak ibadah misalnya mereka sebagai mahasantri

bisa dengan mengerjakan shalat dhuha, mengaji, menghafal Alquran, dan sedekah.

- 2) Belajar atau baca buku. Kegiatan ini memang sangat bagus untuk mengisi waktu dan menambah wawasan atau pengetahuan bagi diri seseorang.
- 3) Mempelajari hal-hal baru. Selama hidup di dunia ini pengetahuan atau hal-hal baru akan selalu bermunculan, sebagai orang yang tidak mau ketinggalan lajunya arus globalisasi dan perkembangan zaman ada baiknya kita mencoba untuk mempelajari hal-hal yang baru tersebut yang bisa mendukung dalam perkembangan diri.
- 4) Membersihkan lingkungan tempat tinggal. Daripada kebanyakan tidur atau bermalas-malasan ketika sedang puasa khamis, lebih baik melakukan hal-hal yang bermanfaat seperti membersihkan lingkungan tempat tinggal dan hal itu bisa membuat nyaman bagi diri sendiri dan orang-orang yang ada di sekitar lingkungan tempat tinggal kita tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah, puasa yang mereka laksanakan memang berdasarkan atas kesadaran diri sendiri, jadi ketika ingin melakukan puasa senin khamis mereka sudah mempersiapkan sebelumnya untuk keesokan harinya puasa senin khamis, misalnya ada yang menyiapkan sahur dan saling mengingatkan teman di asrama untuk berpuasa senin khamis. Karena puasa senin khamis ini mereka laksanakan atas kesadaran diri sendiri, jadi kebanyakan dari mereka tidak mudah terpengaruh jika melihat temannya yang tidak mengamalkan puasa senin khamis. Hal ini berdasarkan hasil observasi dan wawancara juga yang menyatakan bahwa rata-

rata dari semua mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah sudah terbiasa mengamalkannya.⁸

c. Tujuan Pengamalan Puasa Senin Kamis

Tujuan merupakan suatu target yang ingin dicapai, dengan tujuan kita akan terfokus dan terarah untuk melakukan hal-hal yang berkaitan dengan tujuan tersebut. Tujuan dalam beribadah semestinya yang paling utama adalah untuk mencapai ridha-Nya Allah Swt., berharap sepenuhnya dengan tetap semaksimal mungkin untuk melakukan usaha terbaik dalam mencapai tujuan yang ditentukan.

Mengenai tujuan pengamalan puasa senin kamis, berdasarkan hasil presentase dari responden sebanyak 10 mahasantri, mereka menyatakan ada beberapa tujuan mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis yaitu sebagai berikut:

- 1) Ingin mendapatkan ridha-Nya Allah Swt. sehingga mendapat kemudahan dalam segala urusan, dari 10 orang mahasantri memilih sebanyak 8 orang (80%)
- 2) Ingin mencapai keutamaan atau fadilah puasa senin kamis. dari 10 orang mahasantri memilih sebanyak 7 orang (70%)
- 3) Ingin melatih kebiasaan baik, dari 10 orang mahasantri memilih sebanyak 9 orang (90%).

Selain dari tiga tujuan di atas dalam pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri juga bertujuan untuk menghidupkan sunnah Nabi Muhammad Saw. sebagai tanda bukti cinta kepada beliau. Dari pernyataan

⁸Wawancara dengan ustadzah dan mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 8 Maret 2021.

tersebut dapat disimpulkan bahwa tujuan mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis lebih banyak karena ingin melatih kebiasaan yang baik. Dengan mengamalkan puasa senin kamis membantu mereka melakukan kebiasaan baik dalam amalan sunnah. Ketika seseorang mulai sudah mulai terbiasa mengamalkan suatu amalan, biasanya akan mendorong seseorang tersebut untuk menambahkan amalan atau kebiasaan baik lainnya. Dengan adanya beberapa tujuan yang dinyatakan tersebut akan membuat seseorang akan terus berusaha melakukan amalan tersebut. Dengan tujuan juga bisa membuat seseorang mencapai target yang diharapkan. Dengan niat yang kuat juga akan membuat seseorang terus semangat menjalani puasa senin kamis.

d. Motivasi Pengamalan Puasa Senin Kamis

Mengenai sumber motivasi dalam pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah berasal dari:

- 1) Ilmu yang dipelajari dan kemauan diri sendiri. Dari sebuah ilmu yang dipelajari akan membuat seseorang yakin untuk mengamalkannya, karena suatu amalan itu harus didasari oleh sebuah ilmu. Dari ilmu tersebutlah akan timbul minat atau kemauan dalam diri seseorang untuk mengamalkannya.
- 2) Lingkungan keluarga. Pendidikan keluarga sangat penting dalam mendidik atau membiasakan anak untuk melakukan perbuatan yang diperintahkan dan perbuatan yang dilarang oleh Allah Swt. Ada baiknya pendidikan yang diberikan berupa keteladan atau tindakan nyata sebagai contoh dari perbuatan yang disampaikan bukan hanya sekedar ucapan. Karena seorang anak lebih

suka meniru apa yang dilakukan orang-orang terdekatnya seperti orang tuanya sendiri.

- 3) Lingkungan sosial (teman). Berada di lingkungan baik akan menimbulkan dampak yang pula bagi diri seseorang. Seseorang yang belum terbiasa mengamalkan puasa senin akan mulai terbiasa dengan berteman atau berada di lingkungan yang rajin mengamalkan puasa senin kamis juga.
- 4) Faktor ekonomi. Dengan mengamalkan puasa senin juga akan membantu seseorang dalam menghemat biaya pengeluaran ekonomi.

Berdasarkan hasil presentase pada angket yang diajukan kepada 10 mahasantri, menyatakan bahwa motivasi yang biasanya sangat berpengaruh adalah motivasi yang berasal dari lingkungan sosial terutama dari teman dan ustadzah di pondok. Mereka mendapat motivasi karena nasihat yang sering diberikan oleh ustadzah dan terpengaruh oleh teman-teman yang rajin mengamalkan puasa senin kamis.

e. Upaya Pembiasaan Pengamalan Puasa Senin Kamis

Mengenai upaya pembiasaan pengamalan puasa senin kamis yang dilakukan oleh mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah, yaitu melakukan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Bersungguh-sungguh dalam menjalankan niat dalam hati untuk mengamalkan puasa senin kamis, dari 10 mahasantri memilih pernyataan ini sebanyak 9 orang (90%).
- 2) Mempelajari keutamaan atau fadilah tentang puasa senin kamis, dari 10 mahasantri memilih pernyataan ini sebanyak 7 orang (70%).

- 3) Berteman dengan orang yang rajin mengamalkan puasa senin kamis, dari 10 mahasantri memilih pernyataan ini sebanyak 9 orang (90%).
- 4) Berusaha menghemat biaya hidup, dari 10 mahasantri memilih pernyataan ini sebanyak 1 orang (10%).

Berdasarkan hasil presentase tersebut, upaya pembiasaan yang sering dilakukan oleh mahasantri dalam pengamalan puasa senin kamis adalah dengan bersungguh-sungguh dalam menjalankan niat dalam hati untuk mengamalkan puasa senin kamis dan berteman dengan orang yang rajin mengamalkan puasa senin kamis. Hal ini terbukti bahwa jika seseorang sudah memiliki niat atau tekad yang kuat maka itu akan mendorong seseorang untuk bersungguh-sungguh melakukan sesuatu yang sudah diniatkan ditambah lagi dengan berusaha berteman dengan orang yang satu visi dengan kita, maka usaha tersebut bisa menjaga kebiasaan baik kita karena bisa melakukan hal-hal yang menjadi tujuan bersama misalnya berteman bersama orang-orang yang suka mengamalkan puasa senin kamis. Hal tersebut bisa membantu mereka untuk saling mengingatkan dalam mengamalkan puasa senin kamis.

Proses pembiasaan tanpa dibarengi dengan dukungan tidak akan mampu bertahan hingga mencapai target istiqomah dalam mengamalkan puasa senin kamis tersebut, semua perlu tahapan. Tahapan dalam pengamalan berdasarkan ajaran Islam ada baiknya sebagai muslim yang beriman perlunya ilmu terlebih dahulu sebelum beramal. Ilmu biasanya akan diperoleh dengan proses belajar baik itu di lembaga formal, nonformal, maupun informal. Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasantri dan ustadzah mengenai pendidikan dalam

pengamalan puasa senin kamis di pondok tahfidz Siti Khadijah. mahasantri mengatakan bahwa selain mereka mendapat ilmu pengetahuan tentang puasa senin kamis di bangku sekolah ada masa SMP dan SMA, mereka di pondok juga mendapat pendidikan oleh ustadzahnya tentang pengamalan puasa senin kamis.⁹

Pernyataan dari mahasantri tersebut didukung juga oleh hasil wawancara dengan ustadzah tentang pendidikan yang diberikan tentang pengamalan puasa senin kamis, beliau mengatakan bahwa mahasantri diberi pendidikan melalui metode keteladanan dari ustadzahnya sendiri dan dorongan motivasi. Biasanya pendidikan atau pengajaran mengenai puasa senin kamis ini diberikan pada saat ta'lim fadhilah dan tal'lim yang langsung disampaikan oleh Abi (pengasuh pondok). Disaat ta'lim itulah disampaikan mengenai konsep dasar puasa senin kamis dan keutamaan atau fadhilah yang didapatkan bagi yang mengamalkannya.¹⁰

f. Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis

Menurut Miftah Faridl mengatakan bahwa setiap ibadah yang disyari'atkan Allah Swt. kepada umat manusia pasti mengandung makna. Makna yang dimaksud adalah manfaat yang kembali kepada orang yang melakukannya, apakah itu manfaat langsung maupun tidak langsung. Apakah itu manfaat di dunia maupun di akhirat.¹¹ Setelah seseorang mengamalkan puasa senin kamis begitu banyak manfaat yang bisa dirasakan oleh orang yang mengamalkannya. Berikut

⁹Wawancara dengan beberapa mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 6 Maret 2021.

¹⁰Wawancara dengan ustadzah, selaku pimpinan pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 6 Maret 2021.

¹¹Miftah Faridl, *Puasa: Ibadah Kaya Makna*, (Jakarta: Gema Insani, 2007), h. 1.

ada beberapa manfaat yang dirasakan oleh mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah setelah mereka mengamalkan puasa senin kamis yaitu sebagai berikut:

- 1) Pengalaman spiritual, atau bisa juga disebut dengan pengalaman keagamaan merupakan pengalaman yang dirasakan seseorang dalam jiwanya setelah melakukan ketaatan atau ibadah kepada Allah Swt. Berdasarkan hasil presentase dari responden sebanyak 10 mahasantri menyatakan bahwa mereka lebih sering merasakan pengalaman spiritual setelah mengamalkan puasa senin kamis yaitu sebanyak 6 orang (60%), dan yang menyatakan hanya kadang-kadang sebanyak 4 orang (40%).
- 2) Kedekatan dengan Allah Swt. Hal ini berdasarkan hasil presentase dari responden sebanyak 10 mahasantri dapat disimpulkan bahwa mereka lebih banyak yang menyatakan selalu ada 4 orang (40%) dan yang menyatakan sering ada 4 orang (40%) merasakan kedekatan dengan Allah Swt. Setelah mengamalkan puasa senin kamis. Allah Swt. sangat mencintai orang-orang yang taat dalam ibadah, dari kecintaan itulah kita bisa merasakan kedekatan dengan Allah, usaha kita untuk selalu melibatkan Allah dalam setiap urusan akan membuat kita yakin bahwa Allah selalu membantu hamba-Nya disaat senang maupun dalam keadaan sulit. Hal ini sesuai dengan pendapat Zakiah Darajat yang mengatakan bahwa semakin dekat seseorang pada Tuhan dan semakin banyak ibadahnya, orang tersebut mampu menghadapi kekecewaan dan kesukaran dalam hidupnya. Sebaliknya, semakin jauh orang itu dari agama

atau dari Tuhan maka akan semakin susah baginya untuk mencari ketentraman batin.¹²

- 3) Ketenangan dalam jiwa. Dalam keadaan berpuasa perut yang kosong akan membuat hati semakin bersih dari keinginan yang tak semestinya dilakukan. Dalam keadaan berpuasa pula kita akan merasakan ketenangan dalam jiwa sebab dengan berpuasa kita senantiasa didorong oleh hati yang bersih untuk mengingat dan berusaha mendekatkan diri kepada Allah Swt. Hal ini dinyatakan dari hasil presentase angket dari responden sebanyak 10 mahasiswa bahwa mereka lebih banyak yang selalu merasakan ketenangan dalam jiwa dalam mengamalkan puasa senin kamis yaitu sebanyak 7 orang (70%).
- 4) Melatih kesabaran. Banyak hal yang bisa didapatkan dari amalan berpuasa senin kamis. Salah satunya yaitu melatih kesabaran, baik itu sabar dalam menahan lapar dan haus, sabar dalam menahan hawa nafsu, sabar menahan diri dari melakukan perbuatan dosa, maupun sabar dengan setiap keadaan. Ketika sedang berpuasa banyak kesabaran yang mesti kita jaga agar puasa yang dilaksanakan mendapat keberkahan dan bukan menjadi perbuatan yang sia-sia, dan bukan hanya menahan lapar dan haus saja.
- 5) Mengendalikan diri dari hawa nafsu dan dari perbuatan dosa. Puasa memberi manfaat kepada orang yang mengamalkannya untuk mengendalikan diri dari setiap perbuatan dosa dan maksiat, seperti berdusta, mengunjing, mengadu domba, mencaci maki, berkata keji, bahkan dari setiap perkataan

¹²Zakiah Darajat, *Peranan Agama Dalam Kesehatan Mental*, (Jakarta: Gunung Agung, 1982), h. 79.

yang tidak mengandung kebaikan.¹³ Dengan berpuasa senin kamis akan mendorong seseorang yang mengamalkannya untuk mengendalikan diri dari hawa nafsu dan perbuatan dosa, serta bisa mengendalikan diri dari hal-hal yang bisa merusak pahala puasa yang telah diusahakan. Ketika sedang berpuasa seseorang akan terkendali dari perbuatan yang membuat mudharat bagi dirinya. Amalan puasa akan mendorong seseorang menahan keinginan hawa nafsunya, bersabar dalam melawan perbuatan yang bisa membuat ia semakin jauh dari Allah Swt.

- 6) Meningkatkan sikap saling peduli dan berbagi terhadap orang lain. Dengan berpuasa senin kamis akan mendorong kita untuk sennatiasa bersyukur dengan keadaan yang telah Allah tetapkan untuk kita. Dengan berpuasa juga kita akan merasakan rasa empati terhadap orang yang tidak mampu dan berusaha membantunya dengan kemampuan yang telah Allah titipkan kepada kita. Karena boleh jadi apa yang Allah titipkan kepada kita itu ada rezeki orang lain yang Allah titipkan lewat kita, dan hal tersebut yang akan menjadi peluang kita untuk saling peduli dan berbagi terhadap sesama.
- 7) Kesehatan yang baik. Ketika seseorang rutin melaksanakan puasa senin kamis, hal ini akan membawa dampak yang baik terhadap kesehatan fisik. Orang yang sering mengamalkan puasa senin kamis akan merasakan kesehatan yang alami karena ketika berpuasa perut dalam keadaan kosong akan mampu mengontrol dan memudahkan pencernaan makanan yang ada di dalam perut. Dalam hadits riwayat Ibnu Majjah dan Ibnu Hibbah mengajarkan bahwa tempat yang ada

¹³Mahmud Asy-Syafrowi, *Manfaat Dahsyat Puasa Senin-Kamis Dan Puasa Daud*, (Yogyakarta: Sketsa, 2016), h. 21.

pada manusia tidak ada yang lebih buruk dipenuhi daripada perutnya, jadi cukuplah yang orang makan hanya sekedar untuk dapat menegakkan tulang punggung. Apabila harus diadakan pembagian, hendaknya sepertiga perut untuk makanan, sepertiga perut untuk minuman, dan sepertiga lagi untuk nafasnya. Apabila perut itu adalah sarang penyakit, maka mencegah makanan adalah obat yang paling utama. Dengan demikian, puasa adalah salah satu cara yang amat besar artinya bagi kesehatan jasmani.

Berdasarkan hasil wawancara bersama 10 mahasantri tentang manfaat yang dirasakan oleh mereka ketika berpuasa senin kamis. Manfaat yang dirasakan sangat banyak karena amalan puasa senin kamis ini merupakan amalan yang baik untuk berbagai bidang, baik itu bagian spiritual, beribadah semakin taat, hubungan sosial terjalin dengan baik, kesehatan fisik semakin sehat, dan ekonomi semakin terjaga. Guna untuk memenuhi kebutuhan bukan untuk keinginan semata yang membuat seseorang boros dalam menggunakan uangnya.¹⁴

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengamalan Puasa Senin Kamis pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah

a. Faktor Internal

Faktor internal adalah faktor yang yang sering muncul dari diri manusia itu sendiri. Dalam pembahasan ini faktor internal yang dimaksud adalah berupa minat. Minat merupakan ketertarikan diri seseorang terhadap sesuatu yang ia sukai. Minat adalah kecenderungan jiwa pada sesuatu dan biasanya disertai

¹⁴Wawancara dengan mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin, pada tanggal 8 Maret 2021.

dengan perasaan senang akan sesuatu tersebut. Sama halnya dengan faktor internal atau faktor yang sering muncul dari dalam diri seseorang dalam berpuasa senin kamis yaitu berupa minat atau kemauan dalam diri sendiri untuk mengamalkannya.

Berdasarkan hasil presentase angket dari responden sebanyak 10 mahasiswa mengenai apakah minat menjadi faktor pendukung mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis dapat disimpulkan bahwa mereka menyatakan dengan keterangan selalu sebanyak 5 orang (50%), keterangan yang menyatakan sering sebanyak 4 orang (40%), dan keterangan yang menyatakan kadang-kadang sebanyak 1 orang (10%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa minat merupakan faktor yang lebih banyak menjadi faktor pendukung mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis. Minat dalam diri seseorang akan membuat seseorang semangat dengan sendiri melakukan sesuatu yang ia inginkan.

b. Faktor Eksternal

Mengenai faktor eksternal atau faktor yang berasal dari luar diri manusia dalam mengamalkan puasa senin kamis dapat berupa:

1) Pengetahuan

Pengetahuan merupakan pintu gerbang seseorang dalam beramal. Amal yang berlandaskan ilmu akan mengiring seseorang menjalankan ibadah sesuai dengan syari'at. Dengan ilmu pengetahuan juga akan mendorong seseorang bertindak mengaplikasikan ilmu tersebut.

2) Pendidikan Keluarga

Keluarga merupakan wadah pendidikan pertama bagi seorang anak. Pendidikan yang mudah dilakukan oleh keluarga terutama orang tua adalah dengan nasehat dan dibarengi dengan tindakan yang nyata seperti ketika orang tua memberikan pendidikan kepada anak tentang puasa senin kamis, maka ada baiknya orang tua tersebut juga ikut melaksanakan amalan tersebut. Kalau tidak bisa juga ikut mengamalkan, setidaknya sebagai orang tua bisa lakukan dengan memberikan perhatian ketika ia sedang berpuasa dengan cara mengingatkan ia sahur, menyiapkan makanan sahur dan keperluan untuk buka berpuasa. Perhatian tersebut akan membuat seorang anak merasa semangat dalam mengamalkan puasa senin kamis tersebut.

3) Lingkungan Sosial (Teman)

Lingkungan sosial misalnya berupa tempat tinggal akan berpengaruh terhadap aktivitas keseharian kita. Kebiasaan akan terus dilakukan dan ditambah baik jika kita bisa menjaganya misalnya dengan berada di lingkungan yang baik, lingkungan yang mendukung niat kita dalam melakukan hal-hal positif.

Berdasarkan dari tiga faktor eksternal di atas, dapat disimpulkan bahwa selain minat ternyata pengetahuan, pendidikan keluarga, dan lingkungan sosial (teman) juga menjadi faktor pendukung dalam mengamalkan puasa senin kamis karena menurut responden sebanyak 10 mahasiswa mengatakan lebih banyak tiga faktor tersebut sangat berperan dalam mengamalkan puasa senin kamis, hal ini dapat dilihat dari hasil presentase yang menyatakan keterangan sangat berperan sebanyak 4 orang (40%), yang mengatakan keterangan berperan sebanyak 4 orang (40%), dan yang mengatakan keterangan cukup berperan sebanyak 2 orang

(20%). Hal ini dinyatakan bahwa pengetahuan, pendidikan keluarga, dan lingkungan sosial (teman) bisa mendorong seseorang untuk senantiasa melakukan amalan puasa senin kamis.

4) Aktivitas

Aktivitas yang terlalu banyak dilakukan dan bisa menguras tenaga yang besar akan berpengaruh terhadap pengamalan puasa senin kamis yang seseorang lakukan. Misalnya pada lingkup mahasantri yang posisinya bukan hanya menjadi seorang santri tetapi juga sebagai mahasiswa di salah satu kampus, ketika mahasantri tersebut terlalu sibuk dengan kegiatan atau tugas di luar kegiatan pondok, maka akan membuat ia sulit untuk mengamalkan amalan sunnah seperti puasa senin kamis.

Berdasarkan hasil presentase angket dari responden sebanyak 10 mahasantri mereka menyatakan faktor eksternal yang menjadi faktor penghalang mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis yaitu yang menyatakan dengan keterangan kurangnya ilmu pengetahuan tentang puasa senin kamis sebanyak 2 orang (20%), yang menyatakan dengan keterangan kurang semangat atau malas sebanyak 2 orang (20%), yang menyatakan dengan keterangan sibuk aktivitas sebanyak 4 orang (40%), dan yang menyatakan dengan keterangan tidak istirahat pada waktunya (tidur larut malam) sebanyak 2 orang (20%). Dari kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa kebanyakan dari mereka yang menjadi faktor penghalang mereka dalam mengamalkan puasa senin kamis adalah sibuk aktivitas.

5) Kesehatan

Kesehatan merupakan hal penting yang harus dijaga oleh seseorang apalagi ketika dalam melakukan ibadah. Kesehatan yang baik akan mendorong seseorang untuk semangat melakukan ibadah. Tetapi sebaliknya jika kesehatan kurang baik akan menurunkan semangat aktivitas seseorang.

Berdasarkan hasil presentase dari responden sebanyak 10 mahasiswa menyatakan bahwa ketika sedang kesehatan kurang baik atau sakit mereka menyimpulkan bahwa yang menyatakan dengan keterangan sering sebanyak 2 orang (20%), yang menyatakan dengan keterangan kadang-kadang sebanyak 6 orang (60%), dan yang menyatakan dengan keterangan tidak pernah sebanyak 2 orang (20%). Dari pernyataan kesimpulan tersebut dapat dinyatakan bahwa ketika sedang sakit mereka lebih banyak hanya kadang-kadang mengamalkan puasa senin kamis tersebut. Jadi dinyatakan bahwa kesehatan yang kurang baik juga bisa menjadi faktor penghalang seseorang dalam mengamalkan puasa senin kamis.