

**PENGAMALAN PUASA SUNNAH SENIN KAMIS PADA
MAHASANTRI PONDOK TAHFIDZ SITI KHADIJAH
KELURAHAN PEKAPURAN RAYA KECAMATAN
BANJARMASIN TIMUR KOTA BANJARMASIN**

OLEH

ANILA



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2021**

**PENGAMALAN PUASA SUNNAH SENIN KAMIS PADA
MAHASANTRI PONDOK TAHFIDZ SITI KHADIJAH
KELURAHAN PEKAPURAN RAYA KECAMATAN
BANJARMASIN TIMUR KOTA BANJARMASIN**

**Skripsi
Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Untuk Memenuhi Sebagai Syarat
Guna Mencapai Gelar Sarjana
Pendidikan Agama Islam**

**Oleh
Anila
170102010677**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
JURUSAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
2021**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Anila
NIM : 170102010677
Tempat/ Tgl. Lahir : Rantawan, 11 Oktober 1998
Jurusan : Pendidikan Agama Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Jika di kemudian hari terbukti ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat atau dibuat oleh orang lain secara keseluruhan atau sebagian besar, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Banjarmasin, 2 Febuari 2021

Yang Membuat Pernyataan



Anila

SURAT PERNYATAAN TELAH SELESAI MEMBIMBING SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Drs. H. Haderani, M. Pd. I

NIP : 195706151985031003

Pangkat/Golongan : Pembina/IV/a

Pembimbing Bidang : Konten dan Metodologi

Menyatakan telah selesai membimbing skripsi mahasiswa/i:

Nama : Anila

NIM : 170102010677

Judul : Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis Pada
Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan
Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota
Banjarmasin

Prodi : Pendidikan Agama Islam

Untuk itu, mahasiswa dapat mendaftarkan ujian skripsi.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya. Terimakasih.

Banjarmasin, 2 Februari 2021

Tertanda,



Drs. H. Haderani, M. Pd. I

SURAT PERNYATAAN TELAH SELESAI MEMBIMBING SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Husaini, S. Pd. I, M. Pd. I
NIP : 20170395
Pangkat/Golongan : Penata Muda Tingkat 1/III/b
Pembimbing Bidang : Bahasa dan Teknik Penulisan

Menyatakan telah selesai membimbing skripsi mahasiswa/i:

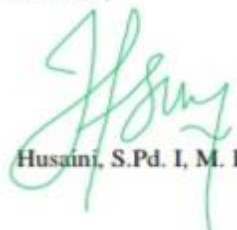
Nama : Anila
NIM : 170102010677
Judul : Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis Pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin
Prodi : Pendidikan Agama Islam

Untuk itu, mahasiswa dapat mendaftarkan ujian skripsi.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dan digunakan sebagaimana mestinya.
Terimakasih.

Banjarmasin, 10 Februari 2021

Tertanda,


Husaini, S.Pd. I, M. Pd. I

PENGESAHAN

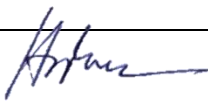

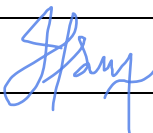
Skripsi yang berjudul “Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis Pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin”. Nama Anila, NIM. 170102010677, telah diujikan dalam Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Anila
Tanggal : 23 Februari 2021
Dinyatakan : Lulus
Nilai : 85,4 (A)

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin

Prof. Dr. Hj. Juairiah, M.Pd.
NIP. 196001061986032004

TIM PENGUJI:

Nama	Tanda Tangan
1. Drs. H. Haderani, M.Pd.I	1. 
2. Dr. H. Abdul Basir, M.Ag	2. 
3. Husaini, M.Pd.I	3. 

ABSTRAK

Anila, 2021. *Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis Pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin*. Skripsi, Jurusan Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Pembimbing: (I) Drs. H. Haderani, M. Pd. I. (II) Husaini, S. Pd. I, M. Pd. I.

Kata Kunci: Pengamalan, Puasa Sunnah Senin Kamis

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang pengamalan puasa sunnah senin kamis pada mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Pekapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin dan faktor-faktor yang mempengaruhi pengamalan puasa sunnah senin kamis pada mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Pekapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Objek dalam penelitian ini adalah pengamalan puasa sunnah senin kamis pada mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Pekapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin, sedangkan yang menjadi subjek penelitiannya adalah 10 mahasantri dan 1 orang ustadzah pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Pekapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin. Metode pengumpulan data diperoleh melalui observasi, wawancara, angket, dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan mengenai pengamalan puasa sunnah senin kamis pada mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Pekapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin adalah pengamalan puasa yang dilakukan atas dasar kemauan diri sendiri. Kemauan tersebut berawal dari sebuah pengetahuan yang mahasantri pelajari tentang puasa senin kamis, baik itu pengetahuan yang mereka dapatkan ketika masih di sekolah maupun ketika sudah kuliah. Di pondok tahfidz Siti Khadijah mereka juga mendapatkan motivasi sehingga membuat mereka lebih semangat untuk mengamalkan puasa senin kamis. Motivasi tersebut berasal dari nasehat ustadzah dan teman-teman mereka yang rajin mengamalkan puasa di pondok tersebut. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengamalan puasa sunnah senin kamis pada mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah yaitu dari faktor internalnya yang menjadi faktor pendukung dalam pengamalan tersebut berupa minat, dan dari faktor eksternalnya berupa pengetahuan, pendidikan orang tua, dan lingkungan sosial. Sedangkan yang menjadi faktor penghambat dalam pengamalan puasa senin kamis pada mahasantri pondok tahfidz Siti Khadijah yaitu berasal dari faktor eksternal yaitu berupa kesibukan dalam beraktivitas dan kesehatan yang kurang baik.

KATA PERSEMBAHAN

Telah banyak hal menakjubkan yang Allah nampakkan dalam hidup ini, telah banyak nikmat yang Allah berikan kepada jiwa ini, telah banyak anugerah yang Allah titipkan di setiap napas ini, waktu terus berputar mengulang langkah menemukan masa yang berbeda, detik demi detik membawa ke masa yang tak pernah terbayang tanpa impian.

Langkah ini tidak akan sampai tanpa izin-Nya, tidak akan terdorong tanpa do'a orang tua, tidak akan bergerak tanpa melihat harapan dalam hidup.

Alhamdulillah, dengan berbagai suka dan duka Allah selalu memberikan yang terbaik di setiap nikmat dan ujian. Orang tua yang dengan keringatnya mencari rezeki agar anaknya bisa menempuh pendidikan yang layak. Dengan berbagai pengalaman dari guru-guru, dosen, keluarga, dan sahabat-sahabat yang mampu meneguhkan semangat untuk terus belajar dan berjuang demi masa depan yang diimpikan.

Segala keberhasilan yang detik ini saya raih, tidaklah akan nampak tanpa doa, restu, dukungan dan perjuangan kalian semua. Skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang tersayang terutama kedua orangtua saya, adik-adik saya, keluarga saya, dosen, dan sahabat-sahabat yang tanpa hentinya menawarnai hari-hari ini hingga bisa mengantarkan pada pemahaman arti perjuangan dalam hidup, terutama dalam menyelesaikan pendidikan di UIN Antasari Banjarmasin.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 158/1987 dan 0543 b/U/1987, tanggal 22 Januari 1988, sebagai berikut:

A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	-	Tidak dilambangkan
ب	ba`	B	Be
ت	ta`	T	Te
ث	ša`	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	ha`	ḥ	ha (dengan titik dibawah)
خ	kha`	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Žal	Ž	zet (dengan titik di atas)
ر	ra`	R	Er
ز	Zai	Z	Zet

س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	Şad	ş	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa`	ṭ	te (dengan titik di bawah)

ظ	za`	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	Koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	fa`	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wawu	W	We

هـ	ha`	H	Ha
ء	Hamz ah	‘	Apostrof
ي	ya`	Y	Ye

B. Konsonan Rangkap karena *Syaddah* Ditulis Rangkap

مُعَلِّين	Ditulis	<i>muta‘aqqidīn</i>
عَلَّة	Ditulis	<i>‘iddah</i>

C. Ta’marbutah

1. Apabila dimatikan ditulis h.

Bila dimatikan ditulis h, kecuali untuk kata-kata Arab yang sudah terserap menjadi bahasa Indonesia, seperti salat, zakat, dan sebagainya.

Contoh: هبة ditulis *hibah*

2. Apabila ta’marbutah hidup atau dengan harakat, fathah, kasrah, dan dhammah ditulis t.

Contoh: كرامة الأولياء ditulis *Karamatul-auliya*

D. Vokal Pendek

◌َ	Kasrah	Ditulis	<i>I</i>
◌ِ	Fathah	Ditulis	<i>A</i>
◌ُ	Dammah	Ditulis	<i>U</i>

E. Vokal Panjang

1	Fathah + alif جاهلية	Ditulis	Ā <i>Jāhiliyyah</i>
2	Fathah + ya'mati يسعى	Ditulis	Ā <i>yas'ā</i>
3	Kasrah + ya'mati كريم	Ditulis	Ī <i>Karīm</i>
4	Dammah + wawu mati فروض	Ditulis	Ū <i>furūḍ</i>

F. Vokal Rangkap

1	Fathah + ya'mati بائكم	Ditulis	Ai <i>Bainakum</i>
---	---------------------------	---------	-----------------------

**G. Vokal-vokal Pendeka yang Berurutan dalam Satu Kata
Dipisahkan dengan Apostrof (‘)**

Contoh: أأنتم ditulis *a'antum*.

H. Kata Sandang Alif + Lam

1. Bila diikuti huruf qamariyah ditulis *al-*

Contoh: القلم ditulis *al-qalamu*

2. Bila diikuti huruf syamsiyyah, huruf *al-* diganti dengan huruf syamsiyyah yang mengikutinya.

Contoh: الشمس ditulis *al-syamsu* (baca: asy-syamsu)

I. Kata dalam Rangkaian Frasa atau Kalimat

1. Ditulis kata per kata, atau

2. Ditulis menurut bunyi atau pengucapannya dalam rangkaian tersebut.

Contoh: في القرآن الكريم ditulis *fi al-Qur'an al-karim*

J. Huruf Kapital

Penulisan huruf kapital atau besar disesuaikan dengan EYD.

Contoh: وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ ditulis *Wa ma Muhammadun illa rasulun*.

Penggunaan huruf awal kapital untuk Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan

itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang hilang, huruf kapital tidak dipergunakan.

Contoh:

نَصْرُ مِنَ اللَّهِ وَفَتْحُ قَرِيبٍ - *Nasrum minallahi wa fathun qarib*

لِلَّهِ الْأَمْرُ جَمِيعًا - *Lillahi al-amru jami'an*

وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ - *Wallahu bikulli syai'in 'alimun*

K. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu peresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

MOTTO

وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ^ط وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ^ط

وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

“Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.”

(QS. Al-Baqarah: 216)

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الحمد لله رب العالمين. الصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين
سيدنا ومولانا محمد وعلى آله واصحابه اجمعين.

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Penyayang. Segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam. keselamatan dan kesejahteraan atas semulia-mulia Nabi dan Rasul junjungan kita Nabi Besar Muhammad Saw, keluarga, kerabat, sahabat, dan pengikut beliau.

Berkat taufiq, hidayah, dan inayah Allah, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: **"Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis Pada Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan Pekapuran Raya Kecamatan Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin"**.

Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi sebagian tugas dan syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Islam (S.Pd.I) pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Pendidikan Agama Islam UIN Antasari Banjarmasin.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini banyak sekali mendapat bantuan dari berbagai pihak, baik berupa bimbingan, arahan, dukungan dan motivasi yang telah diberikan. Oleh sebab itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Juairiah, M. Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah menerima dan menyetujui judul skripsi ini.

2. Bapak Dr. H. Surawardi, M. Ag. dan Bapak M. Adli Nurul Ihsan, M. Pd. I, selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Agama Islam yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan penulisan skripsi yang sesuai dengan kepentingan pengembangan Jurusan Pendidikan Agama Islam di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.
3. Bapak Drs. H. Haderani, M. Pd. I, selaku dosen pembimbing bidang konten dan metodologi yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, koreksi dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
4. Bapak Husaini, S. Pd. I, M. Pd, I, selaku dosen pembimbing bidang bahasa dan teknik penulisan yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, koreksi, dan motivasi dalam penulisan skripsi ini.
5. Para dosen, karyawan dan karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan layanan yang baik selama penulis belajar di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan.
6. Kepala dan Staf Perpustakaan UIN Antasari dan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan layanan yang baik kepada penulis dalam mencari referensi dan buku-buku yang diperlukan.
7. Dr. KH. Abdul Bashir M. Ag selaku pimpinan pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Perkapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di sana.
8. Para ustadzah dan para santri senioran pondok tahfidz Siti Khadijah kelurahan Perkapuran Raya kecamatan Banjarmasin Timur kota Banjarmasin

yang sudah memberikan bantuan dan dukungan, sehingga berbagai macam data penelitian penulis bisa didapatkan.

9. Keluarga penulis yang selalu memberikan do'a, semangat, dukungan, serta kasih dan cinta kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
10. Seluruh pihak yang telah bersedia memberikan keterangan dan membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Atas segala bantuan, bimbingan, pengarahan dan partisipasinya semoga mendapat pahala kebaikan yang berlipat ganda dari Allah Swt. Akhirnya dengan mengharap ridha dan karunia-Nya, semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.
Amin ya Rabbal 'Alamin.

Banjarmasin, 2 Februari 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
SURAT KETERANGAN SELESAI MEMBIMBING SKRIPSI	ii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PERSEMBAHAN	vi
PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN	vii
MOTTO	xiii
KATA PENGANTAR	xiv
DAFTAR ISI	xvii
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xxii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Definisi Operasional	8
C. Fokus Penelitian	10
D. Tujuan Penelitian	10
E. Alasan Memilih Judul	11
F. Signifikansi Penelitian	11
G. Penelitian Terdahulu	12
H. Sistematika Penulisan	16
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Pengamalan	17
1. Pengertian Pengamalan	17
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengamalan	18
B. Konsep Puasa Sunnah Senin Kamis	20
1. Pengertian Puasa Sunnah Senin Kamis	20
2. Asbabul Wurud Puasa Sunnah Senin Kamis	23
3. Keutamaan Puasa Sunnah Senin Kamis	24
4. Manfaat Puasa Sunnah Senin Kamis	26
5. Hikmah Puasa Sunnah Senin Kamis	34
6. Fakfor-faktor yang Mempengaruhi Puasa Sunnah Senin Kamis	38
C. Pendidikan dalam Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis	39

1. Pengertian Pendidikan	39
2. Metode Pendidikan dalam Pengamalan Puasa Sunnah Senin Kamis	40
D. Mahasantri Pondok Tahfidz Siti Khadijah Kelurahan Pekapuran Raya Banjarmasin Timur Kota Banjarmasin	42
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	44
B. Subjek dan Objek Penelitian.....	45
C. Data dan Sumber Data.....	46
D. Teknik Pengumpulan Data	48
E. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data	51
F. Prosedur Penelitian.....	53
 BAB IV LAPORAN HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Singkat Lokasi Penelitian	55
B. Penyajian Data	62
C. Analisis Data	94
 BAB V PENUTUP	
A. Simpulan	113
B. Saran-Saran	114
 DAFTAR PUSTAKA	116
LAMPIRAN-LAMPIRAN	119
RIWAYAT HIDUP PENULIS	142

DAFTAR TABEL

Tabel I	: Matrik Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data.....	50
Tabel II	: Program Kegiatan Pondok Tahfidz Siti Khadijah	58
Tabel III	: Jumlah Mahasantri yang Menetap Di Asrama Pondok Tahfidz Siti Khadijah.....	60
Tabel IV	: Sarana dan Prasarana Pondok Tahfidz Siti Khadijah Banjarmasin Pada Tahun 2021.....	61
Tabel V	: Pentingnya Pengamalan Puasa Senin Kamis	62
Tabel VI	: Alasan Pentingnya Pengamalan Puasa Senin Kamis	63
Tabel VII	: Waktu Mulai Mahasantri Mengetahui atau Mempelajari Tentang Puasa Senin Kamis	66
Tabel VIII	: Waktu Mulai Mahasantri Mengamalkan Puasa Senin Kamis	66
Tabel IX	: Tingkat Keseringan Mahasantri dalam Mengamalkan Puasa Senin Kamis	67
Tabel X	: Tingkat Keseringan Mahasantri dalam Mengamalkan Puasa Sunnah Senin Kamis Pada Masa Pandemi Covid-19	68
Tabel XI	: Ketika Sedang Berpuasa Senin Kamis Mahasantri Lebih Suka Melakukan Kegiatan yang Bermanfaat	69
Tabel XII	: Kegiatan yang Suka Dilakukan Oleh Mahasantri Ketika Sedang Berpuasa Senin Kamis	70
Tabel XIII	: Tujuan yang Ingin Dicapai dari Pengamalan Puasa Senin Kamis	71
Tabel XIV	: Pengamalan Puasa Senin Kamis dengan Tujuan Menghidupkan Sunnah Nabi Muhammad Saw. Sebagai Tanda Bukti Cinta Kepada Beliau.....	71

Tabel XV	:Tingkat Ketercapaian Tujuan Dari Pengamalan Puasa Senin Kamis.....	72
Tabel XVI	: Tingkat Semangat Mahasantri dalam Mencapai Tujuan Dari Pengamalan Puasa Senin Kamis	73
Tabel XVII	: Sumber Motivasi Mahasantri dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis	75
Tabel XVIII	: Tingkat Keseringan Orang Tua dalam Mengingatn untuk Mengamalkan Puasa Senin Kamis	76
Tabel XIX	: Motivasi yang Sangat Berpengaruh dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis.....	77
Tabel XX	: Tingkat Keseringan Teman dalam Mengamalkan Puasa Senin Kamis	79
Tabel XXI	: Tingkat Keseringan Teman Mengajak untuk Mengamalkan Puasa Senin Kamis	79
Tabel XXII	: Tingkat Keseringan Teman dalam Mengingatn untuk Mengamalkan Puasa Senin Kamis.....	80
Tabel XXIII	: Upaya Pembiasaan Mahasantri dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis	81
Tabel XXIV	: Tingkat Pengalaman Spiritual Setelah Mengamalkan Puasa Senin Kamis	83
Tabel XXV	: Tingkat Kedekatan dengan Allah Swt. Setelah Mengamalkan Puasa Senin Kamis	84
Tabel XXVI	: Tingkat Ketenangan dalam Jiwa setelah Mengamalkan Puasa Senin Kamis	84
Tabel XXVII	: Tingkat Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis dalam Membantu Melatih Kesabaran.....	85
Tabel XXVIII	: Tingkat Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis dalam Membantu Mengendalikan Diri dari Hawa Nafsu dan Menghindari Diri dari Perbuatan Dosa	86
Tabel XXIX	: Tingkat Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis dalam Meningkatkan Sikap Saling Peduli dan Berbagi Terhadap Orang Lain.....	86

Tabel XXX	: Tingkat Manfaat Pengamalan Puasa Senin Kamis dalam Kesehatan	87
Tabel XXXI	: Tingkat Minat sebagai Faktor Pendukung dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis.....	88
Tabel XXXII	: Tingkat Pengetahuan, Pendidikan Keluarga, dan Lingkungan Sosial (Teman) sebagai Faktor Pendukung dalam Pengamalan Puasa Senin	90
Tabel XXXIII	: Tingkat Aktivitas sebagai Faktor Penghambat dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis	91
Tabel XXXIV	: Tingkat Kesehatan sebagai Faktor Penghambat dalam Pengamalan Puasa Senin Kamis	92
Tabel XXXV	: Data 10 Mahasantri sebagai Responden Angket	93

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	: Daftar Terjemah	109
Lampiran II	: Pedoman Observasi	110
Lampiran III	: Pedoman Wawancara	111
Lampiran IV	: Pedoman Angket Mahasantri	112
Lampiran V	: Pedoman Dokumentasi	119
Lampiran VI	: Surat Penunjukan Pembimbingan	120
Lampiran VII	: Surat Keterangan Selesai Seminar	121
Lampiran VIII	: Surat Keterangan Ganti Judul	122
Lampiran IX	: Surat Riset	123
Lampiran X	: Kartu Binbingan Skripsi	124
Lampiran XI	: Surat Selesai Riset	130
Lampiran XII	: Foto Dokumentasi Penelitian	131