

## **BAB IV**

### **TEMUAN DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1. Temuan Penelitian**

##### **4.1.1. Profil Tempat Penelitian**

Pondok Pesantren Darul Falah Bandung Barat dirintis dan didirikan oleh Almaghfurlah KH. Asep Burhanuddin pada tahun 1970, tepatnya pada tanggal 06 bulan Maret 1970. Yang mana motivasi pendirian Pondok Pesantren Darul Falah adalah sebagai sarana untuk mengamalkan dan memanfaatkan ilmu yang Almaghfurlah KH. Asep Burhanuddin dapatkan dari pembelajaran di berbagai pesantren. Dua tahun setelah pendirian tepatnya 1972, Pondok Pesantren Darul Falah berkembang menjadi pondok pesantren seutuhnya, karena sudah memiliki kobong dua lantai untuk tempat tinggal santri putra, lantai pertama dijadikan madrasah sebagai tempat mengaji santri dan lantai dua dijadikan kobong sebagai tempat tinggal santri putra, sedangkan untuk santri putri tinggal di rumah mertua kiai, yang awalnya digunakan sebagai tempat tinggal santri putra.

Pada tahun 1974 terdapat penambahan fasilitas yaitu madrasah yang awalnya adalah rumah dari salah seorang warga agar dapat memuat lebih banyak santri yang mengaji. Sedangkan yang awalnya lantai pertama digunakan sebagai madrasah dijadikan kobong baru. Kemudian 2 tahun berikutnya tepatnya pada tahun 1976 madrasah baru tersebut direnovasi dan diperluas untuk memuat seluruh santri dan kegiatan Masyarakat. Lalu ditahun 1980 Almaghfurlah diberikan kepercayaan oleh masyarakat untuk mengurus masjid yang ada, sehingga kegiatan ibadah santri, dan kiai berjalan di masjid Masyarakat yang ada.

Lima tahun kemudian pada tahun 1985 kobong baru untuk santri putri sudah selesai dibangun dan santri putri pindah dari rumah mertua Kiai ke kobong baru tersebut, bersamaan dengan itu pada tahun tersebut Pondok Pesantren Darul Falah yang awalnya berbentuk tradisional

bertransformasi menjadi Yayasan dengan nama Yayasan Pondok Pesantren Darul Falah Bandung Barat, pada tahun tersebut untuk pertama kalinya Pondok Pesantren Darul Falah menyelenggarakan Lembaga Pendidikan formal SMP di bawah naungan Yayasan, kemudian Aliyah pada tahun 1987, Mts tahun 1990, SMA tahun 1992, dan STAIDAF tahun 2001. Disusul pada tahun 2012 mendirikan SMP Darul Falah 2.

### **VISI PESANTREN**

Menjadi pesantren pusat Pendidikan agama islam berbasis pemahaman Islam ala ahli sunnah waljamaah.

### **MISI PESANTREN**

1. Memperkuat pelaksanaan pengajian kitab kuning Ulama Salaf
2. Menyelenggarakan Pendidikan Formal SMP setaraf SSN dan SBP
3. Menyelenggarakan Pendidikan Formal SMA SSN
4. Menyelenggarakan Pendidikan Perguruan Tinggi STAI
5. Menyelenggarakan Majelis Ta'lim Bersifat Umum
6. Menyelenggarakan Kajian Lanjutan Kitab Kuning Para Alumni
7. Menyelenggarakan Program Rkonomi Pemberdayaan Skill

### **MOTO**

Memelihara nilai/metode lama yang baik dan menggali nilai/metode baru yang lebih baik.

#### **4.1.2. Analisis Deskriptif**

Pada penelitian ini ukuran sampel untuk kepentingan pengujian dengan populasi atau sampel yang sebenarnya diambil dari populasi di Pondok Pesantren Darul Falah Bandung Barat pada Santri Putra tingkatan pengajian Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah dengan jumlah santri sebanyak 120 orang dengan menetapkan jumlah sampel sebanyak 89 responden. Setelah menentukan populasi dan sampel Langkah selanjutnya yang peneliti lakukan adalah membuat kisi-kisi instrument pada setiap variabelnya dijabarkan menjadi dimensi, dimensi

dijabarkan menjadi sub variabel, sub variabel dijabarkan menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Akhirnya, indikator-indikator yang terukur ini dapat menjadi barometer untuk membuat item instrument penelitian yang berupa pertanyaan.

Dalam analisis deskriptif data-data disajikan dalam bentuk tabel, diagram, grafik, dan lain-lain. Hal ini ditunjukkan untuk mempermudah memahami data-data yang disajikan. Dalam ilmu perencanaan, penggunaan statistic deskriptif dapat dilakukan untuk mempermudah penyampaian informasi agar mudah diterima dan dipahami. Adapun pengolahan data dalam analisis deskriptif dapat dilakukan dengan menentukan skor maksimum, skor minimum, rentang, dan membuat tabel tabulasi data.

### 1. Analisis Deskriptif Variabel X yaitu Puasa Sunnah Senin Kamis

**Tabel 4.1**

**Statistics**

Jumlah Sampel

N	Valid	89
		Missing

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

**Descriptives**

		Statistic	Std. Error
puasa sunnah	Mean	44.13	.724
senin kamis	95% Confidence Interval for		
	Lower Bound	42.70	
	Upper Bound	45.57	
	5% Trimmed Mean	44.10	
	Median	44.00	
	Variance	46.686	
	Std. Deviation	6.833	
	Minimum	30	
	Maximum	58	
	Range	28	
	Interquartile Range	11	
	Skewness	-.051	.255
	Kurtosis	-.711	.506

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data hasil angket variabel Puasa Senin Kamis pada Santri Putra Kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah Pondok Pesantren Darul Falah dengan jumlah responden sebanyak 89 santri, hasil penelitian menunjukkan bahwa skor variabel X berada antara 33 sampai 58, nilai rata-rata (mean) sebesar 44,13, median 44.00, varians 46.686 dan standar deviasi 6.833.

1) Kedisiplinan Dalam Mengikuti Jadwal (*Adherence to Schedule*):

**Tabel 4.2**

No	Indikator	Jumlah Item	N	Rata-Rata	Kategori
1	Disiplin Waktu	4	89	4.01	Tinggi

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa pada dimensi Kedisiplinan dalam mengikuti jadwal (*Adherence to Schedule*) terdapat 1 indikator yang mewakili dimensi tersebut. Pada indikator disiplin waktu diperoleh skor dengan rata-rata 4,01 Dengan demikian terlihat bahwa kedisiplinan yang dilaksanakan oleh santri putra ketika melaksanakan puasa sunnah senin kamis ada pada kategori tinggi.

2) Kepatuhan pada Aturan dan Kebijakan (*compliance with Rules and Policies*):

**Tabel 4.3**

No	Indikator	Jumlah Item	N	Rata-Rata	Kategori
1	Taat aturan	4	89	3,69	Sedang

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa pada dimensi Kepatuhan pada Aturan dan Kebijakan (*compliance with Rules and Policies*) terdapat 1 indikator yang mewakili dimensi tersebut. Pada indikator taat aturan diperoleh skor dengan rata-rata 3,69 Dengan demikian terlihat bahwa sikap taat pada aturan

yang dilaksanakan oleh santri putra ketika melaksanakan puasa sunnah Senin Kamis ada pada kategori sedang.

3) Bertanggung jawab dalam melaksanakan ibadah

**Tabel 4.4**

No	Indikator	Jumlah Item	N	Rata-Rata	Kategori
1	Bertanggung Jawab	4	89	3,33	Sedang

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa pada dimensi bertanggung jawab dalam Melaksanakan ibadah terdapat 1 indikator yang mewakili dimensi tersebut. Pada indikator Bertanggung jawab diperoleh skor dengan rata-rata 3,33. Dengan demikian terlihat bahwa sikap bertanggung jawab yang dilaksanakan oleh santri putra ketika melaksanakan puasa sunnah Senin Kamis ada pada kategori sedang.

**2. Analisa Deskriptif Variabel Y yaitu Kedisiplinan**

**Tabel 4.5**

**Statistics**

Jumlah Sampel

N	Valid	Missing
	89	0

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

**Descriptives**

		Statistic	Std. Error	
kedisiplinan	Mean	77.17	.954	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	75.27	
		Upper Bound	79.06	
	5% Trimmed Mean	77.16		
	Median	77.00		
	Variance	81.005		
	Std. Deviation	9.000		
	Minimum	57		
	Maximum	96		
	Range	39		
	Interquartile Range	15		
	Skewness	.071	.255	
	Kurtosis	-.648	.506	

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data hasil angket variabel kedisiplinan pada santri putra Pondok Pesantren Darul Falah dengan jumlah responden sebanyak 89 santri, hasil penelitian menunjukkan bahwa skor variabel Y berada antara 57 sampai 96, nilai rata-rata (mean) sebesar 77,17, median 77.00, varians 81.005 dan standar deviasi 9.000.

1) Ketepatan Waktu (*punctuality*):

**Tabel 4.6**

No	Indikator	Jumlah Item	N	Rata-Rata	Kagetori
1	Disiplin Waktu	4	89	3,70	Sedang

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa pada dimensi Ketepatan Waktu (*punctuality*) terdapat 1 indikator yang mewakili dimensi tersebut. Pada indikator disiplin waktu diperoleh skor dengan rata-rata 3,70. Dengan demikian terlihat bahwa kedisiplinan waktu yang dilaksanakan oleh santri putra dalam kehidupan sehari-hari ada pada kategori sedang.

2) Kepatuhan Terhadap Etika dan Norma Sosial

**Tabel 4.7**

No	Indikator	Jumlah Item	N	Rata-Rata	Kagetori
1	Disiplin Bersikap	4	89	3,77	Sedang

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa pada dimensi Kepatuhan Terhadap Etika dan Norma Sosial terdapat 1 indikator yang mewakili dimensi tersebut. Pada indikator disiplin bersikap diperoleh skor dengan rata-rata 3,77. Dengan demikian terlihat bahwa kedisiplinan Bersikap yang dilaksanakan oleh santri putra dalam kehidupan sehari-hari ada pada kategori sedang.

## 3) Kejujuran dan Integritas

**Tabel 4.8**

No	Indikator	Jumlah Item	N	Rata-Rata	Kagetori
1	Disiplin Taat Aturan	4	89	3,53	Sedang

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa pada dimensi Kepatuhan Terhadap Etika dan Norma Sosial terdapat 1 indikator yang mewakili dimensi tersebut. Pada indikator disiplin bersikap diperoleh skor dengan rata-rata 3,53. Dengan demikian terlihat bahwa kedisiplinan Bersikap yang dilaksanakan oleh santri putra dalam kehidupan sehari-hari ada pada kategori sedang.

## 4) Konsistensi dan Dedikasi

**Tabel 4.9**

No	Indikator	Jumlah Item	N	Rata-Rata	Kagetori
1	Disiplin Ilmu	4	89	3,99	Sedang

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa pada dimensi Konsistensi dan Dedikasi terdapat 1 indikator yang mewakili dimensi tersebut. Pada indikator disiplin ilmu diperoleh skor dengan rata-rata 3,99. Dengan demikian terlihat bahwa kedisiplinan ilmu yang dilaksanakan oleh santri putra dalam kehidupan sehari-hari ada pada kategori sedang.

## 5) Kendali Diri

**Tabel 4.10**

No	Indikator	Jumlah Item	N	Rata-Rata	Kagetori
1	Disiplin Pribadi	4	89	4,31	Tinggi

*Sumber: Pengolahan IBM SPSS Statistics 25.0*

Berdasarkan data diatas diperoleh bahwa pada dimensi Kendali diri terdapat 1 indikator yang mewakili dimensi tersebut. Pada indikator disiplin pribadi diperoleh skor dengan rata-rata 4,31. Dengan demikian terlihat bahwa kedisiplinan pribadi yang dilaksanakan oleh santri putra dalam kehidupan sehari-hari ada pada kategori tinggi.

## 4.2. Analisis Data

### 4.2.1. Uji Validitas

**Tabel 4.11**

Validitas Variabel X

No Item	r hitung	r tabel	Keterangan
Soal 1	0,413	0,334	Valid
Soal 2	0,816	0,334	Valid
Soal 3	0,688	0,334	Valid
Soal 4	0,605	0,334	Valid
Soal 5	0,457	0,334	Valid
Soal 6	0,792	0,334	Valid
Soal 7	0,672	0,334	Valid
Soal 8	0,551	0,334	Valid
Soal 9	0,495	0,334	Valid
Soal 10	0,567	0,334	Valid
Soal 11	0,577	0,334	Valid
Soal 12	0,724	0,334	Valid

*Sumber : Pengolahan IBM Statistics 25.0*

Berdasarkan tabel yang telah ditampilkan diatas dapat dilihat bahwa instrument yang valid terhitung sebanyak 12 item yang mana dapat diketahui dari nilai r hitung yang peneliti cari melalui pengolahan aplikasi *IBM Statistics 25.0*. Begitupun dengan r tabel yang dapat dicari melalui distribusi Nilai r tabel dengan signifikansi 5% dengan hasil 0,334 adalah level dari signifikansi dari sampel berjumlah 35 orang. Bisa dikatakan valid apabila nilai r hitung > r tabel.

**Tabel 4.12**  
Validitas Variabel Y

No Item	r hitung	r tabel	Keterangan
Soal 13	0,673	0,334	Valid
Soal 14	0,666	0,334	Valid
Soal 15	0,700	0,334	Valid
Soal 16	0,562	0,334	Valid
Soal 17	0,520	0,334	Valid
Soal 18	0,367	0,334	Valid
Soal 19	0,835	0,334	Valid
Soal 20	0,692	0,334	Valid
Soal 21	0,462	0,334	Valid
Soal 22	0,861	0,334	Valid
Soal 23	0,764	0,334	Valid
Soal 24	0,786	0,334	Valid
Soal 25	0,535	0,334	Valid
Soal 26	0,452	0,334	Valid
Soal 27	0,623	0,334	Valid
Soal 28	0,700	0,334	Valid
Soal 29	0,673	0,334	Valid
Soal 30	0,775	0,334	Valid
Soal 31	0,562	0,334	Valid
Soal 32	0,564	0,334	Valid

*Sumber : Pengolahan IBM Statistics 25.0*

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa semua instrument yang telah dibuat oleh peneliti dan diberikan kepada sampel terbatas dinyatakan valid. Dari 32 soal tersebut yang telah disusun oleh peneliti akan digunakan pada pengukuran data yang akan dipakai untuk meneliti sampel yang berjumlah 89 orang. Yang nantinya akan dikumpulkan untuk menjawab semua rumusan masalah yang sudah peneliti rumuskan.

#### 4.2.2. Uji Reabilitas

**Tabel 4.13**  
Reabilitas Variabel X

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.717	12

*Sumber: Pengolahan IBM Statistics 25.0*

Berdasarkan tabel diatas. Realibilitas instrumen variabel X diperoleh nilai Alpha Cronbach's sebesar  $0.717 \geq 0.60$  maka instrumen pertanyaan dinyatakan reliabel serta mengandung makna bahwa seluruh hasil jawaban angket secara konstan memiliki realibilitas yang kuat.

Jadi dapat disimpulkan bahwa uji instrumen data pada variabel X sudah valid dan realibel untuk 12 butir instrumennya, maka dapat digunakan untuk pengukuran data dalam rangka pengumpulan data.

**Tabel 4.14**

Reabilitas Variabel Y

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.787	20

*Sumber: Pengolahan IBM Statistics 25.0*

Berdasarkan tabel diatas. Realibilitas instrumen variabel Y diperoleh nilai Alpha Cronbach's sebesar  $0.787 \geq 0.60$  maka instrumen pertanyaan dinyatakan reliabel serta mengandung makna bahwa seluruh hasil jawaban angket secara konstan memiliki realibilitas yang kuat.

Jadi dapat disimpulkan bahwa uji instrumen data pada variabel Y sudah valid dan realibel untuk 20 butir instrumennya, maka dapat digunakan untuk pengukuran data dalam rangka pengumpulan data.

### 4.2.3. Uji Normalitas

**Tabel 4.15**

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		89
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.97289480
Most Extreme Differences	Absolute	.055
	Positive	.044
	Negative	-.055
Test Statistic		.055
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

*Sumber: Pengolahan IBM Statistics 25.0*

Dasar pengambilan keputusan uji normalitas residual One-Sample Kolmogorov Smirnov adalah jika nilai  $\text{sig.}(2\text{-tailed}) > \alpha = 0,05$  maka data berdistribusi normal. Jika nilai  $\text{sig.}(2\text{-tailed}) < \alpha = 0,05$  maka data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan pada tabel hasil uji normalitas residual diatas diketahui bahwa  $\text{sig.}(2\text{-tailed}) > \alpha = 0,200 > 0,05$  sehingga nilai residual dinyatakan berdistribusi normal.

### 4.2.4. Uji Linearitas

Uji linearitas yaitu untuk mengetahui ada tidaknya hubungan secara linear antara variabel Puasa Sunnah Senin Kamis (X) terhadap Kedisiplinan (Y). Aturan untuk mengambil keputusan linieritas jika nilai signifikan dari *Deviation from Linearity* lebih besar dari 0,05 maka nilai tersebut linear. Hasil uji linearitas ditunjukkan dalam tabel sebagai berikut :

**Tabel 4.16****ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kedisiplinan	Between Groups	(Combined)	2132.27	27	78.973	.964	.527
			9				
Puasa Sunnah	Within Groups	Linearity	43.342	1	43.342	.529	.470
		Deviation from	2088.93	26	80.344	.981	.505
		Linearity	7				
Senin Kamis	Within Groups		4996.19	61	81.905		
			3				
Total			7128.47	88			
				2			

*Sumber: Pengolahan IBM Statistics 25.0*

Berdasarkan hasil uji linearitas diatas nilai signifikansi pada deviation from linearity adalah 0,505. Berdasarkan pada tabel hasil uji linearitas diatas diketahui dengan bahwa nilai  $\text{sig} > \alpha = 0,505 > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang linear antara variabel Puasa Sunnah Senin Kamis (X) dan variabel Kedisiplinan (Y).

#### 4.2.5. Uji Regresi Sederhana

**Tabel 4.17****Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.616 <sup>a</sup>	.380	.372	.902

a. Predictors: (Constant), Puasa sunnah Senin Kamis

b. Dependent Variable: Kedisiplinan

Menurut Riduwan dan Sunarto (2016:95) jika dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,01$  atau  $\alpha = 0,05$  :

$F_{hitung} \geq F_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak artinya signifikan dan

$F_{hitung} \leq F_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak artinya tidak signifikan

Hasil dari tabel Model Summary, pada bagian ini ditampilkan nilai  $R = 0,616$  dan koefisien derterminasi (Rsquare) sebesar 0,380 (pengkuadratan dari koefisien korelasi, atau  $0,616 \times 0,616 = 0,380$ ).

Hal ini menunjukkan pengertian bahwa kedisiplinan (Y) dipengaruhi sebesar 38% oleh Puasa sunnah Senin Kamis (X). sedangkan sisanya (100% - 38% = 62% ) dijelaskan oleh sebab-sebab yang lain. Rsquare berkisar pada angka 0 sampai 1, dengan catatan semakin kecil angka Rsquare semakin lemah hubungan kedua variabel.

#### 4.2.6. Uji Hipotesis

Uji hipotesis berfungsi untuk mengetahui apakah koefisien regresi tersebut signifikan atau tidak. Sekedar mengingatkan bahwa hipotesis yang saya ajukan dalam analisis regresi sederhana adalah :

Ho = tidak ada pengaruh puasa sunnah Senin Kamis (X) terhadap Kedisiplinan (Y).

Ha = ada pengaruh puasa sunnah Senin Kamis (X) terhadap Kedisiplinan(Y).

Adapun yang menjadi dasar pengambilan keputusan dalam analisis regresi dengan melihat nilai signifikansi hasil output SPSS adalah :

- 1) Jika nilai signifikansi lebih kecil < dari probabilitas 0,05 mengandung arti bahwa ada pengaruh puasa sunnah Senin Kamis (X) terhadap kedisiplinan (Y)
- 2) Jika nilai signifikansi lebih besar > dari probabilitas 0,05 mengandung arti bahwa tidak ada pengaruh puasa sunnah Senin Kamis (X) terhadap kedisiplinan (Y)

Untuk melihat pengaruh tidaknya hukuman terhadap motivasi belajar dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

**Tabel 4.18**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	72.635	.629		115.532	.000
Puasa sunnah Senin Kamis	.103	.014	.616	7.295	.000

a. Dependent Variable: Kedisiplinan

*Sumber : Pengolahan IBM SPSS Statistics 26.0*

Berdasarkan data output diatas diketahui nilai konstanta (a) = 72,635 dan  $b_x = 0.629$  dan tingkat signifikan 0,000. Dari tabel diatas diperoleh persamaan perhitungan adalah :  $Y = 72.635 + 0.629X$ . Nilai konstanta dari *Unstandardized Coefficients* dalam kasus ini adalah 72.635, menunjukkan pengaruh positif variabel independent (puasa Sunnah Senin Kamis) dan jika tidak ada variabel puasa sunnah Senin Kamis ( $X=0$ ) maka kedisiplinan pada santri kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah (Y) sebesar 0.103. Nilai koefisien regresi metode jigsaw adalah 0.103, artinya jika variabel puasa sunnah Senin Kamis (X) meningkat sebesar 1% dan konstanta (a) adalah 0 maka kedisiplinan pada santri kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah meningkat sebesar 0.103. dan dapat diketahui bahwa nilai signifikan sebesar 0,000 < probabilitas 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti bahwa ada pengaruh puasa sunnah Senin Kamis (X) terhadap kedisiplinan santri (Y) yang signifikan.

#### **4.3. Pembahasan**

Dalam kasusnya peneliti melihat adanya perbedaan terhadap santri yang rutin berpuasa dan yang tidak melaksanakan puasa. Hal ini dapat terlihat ketika peneliti ikut membangunkan santri yang sedang tidur ketika hendak melaksanakan shalat Subuh berjamaah, rata-rata santri yang rutin melaksanakan puasa khususnya puasa sunnah senin kamis cenderung lebih mudah untuk dibangunkan dibandingkan dengan santri yang jarang melaksanakan ibadah sunnah tersebut. Banyak santri yang malah tertidur lagi ketika sudah dibangunkan oleh pengurus yang bertugas hal ini menyebabkan terlambatnya santri tersebut untuk mengikuti shalat Subuh berjamaah di masjid dikarenakan bangun kesiangan lebih parahnya lagi ada santri yang sampai tidak sholat dikarenakan dia tidak bangun. Hal ini juga dapat menjadi bukti masih kurangnya kesadaran santri tentang kedisiplinan dan bertanggung jawab dalam melaksanakan kewajiban. Tetapi jika ditelusuri lebih lanjut masih ada masalah diantara santri yang melaksanakan puasa sunnah senin kamis seperti ada salah

satu santri yang melaksanakan kegiatan sunnah tersebut namun tidak terlihat sikap yang mencerminkan bahwa santri tersebut disiplin dan bertanggung jawab. Pola kehidupan yang dijalani santri tersebut tidak jauh berbeda dengan yang dijalani oleh santri yang tidak melaksanakan ibadah sunnah puasa senin dan kamis. Oleh karena itu ini menjadi alasan dan landasan penulis untuk meneliti pengaruh puasa senin kamis terhadap kedisiplinan santri di Pondok Pesantren Darul Falah dengan populasi sebanyak 120 santri Putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah dan menjadi sampel penelitian sebanyak 89 santri dengan teknik *probability sampling*.

Teknik dan instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Selanjutnya mengumpulkan data dari instrumen angket yang dibagikan kepada 35 santri yang menjadi sampel tidak nyata/ yang bukan merupakan bagian dari populasi dan sampel, lalu mengelolah data dengan melakukan uji validitas dan realibilitas dan didapatkan dari 12 pertanyaan valid instrumen variabel X dan memiliki reliabel 0,717. Dan kemudian didapatkan 20 pertanyaan instrumen variabel Y valid dan memiliki reliabel 0,787. Teknik dan instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini adalah angket, data yang sudah terkumpul kemudian di uji prasyarat analisis data yang berupa uji normalitas data. Setelah memenuhi uji prasyarat analisis data, langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis penelitian yang telah diajukan, dalam hal ini, hipotesis penelitian di uji menggunakan regresi sederhana. Berdasarkan data penelitian yang telah diolah dan dianalisis sebelumnya, berikut merupakan uraian mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan sebagai jawaban dari rumusan masalah penelitian.

#### **4.3.1. Gambaran Puasa Sunnah Senin Kamis Santri Putra di Pondok Pesantren Darul Falah (Variabel X)**

Pada variabel X yaitu pengaruh puasa Senin Kamis dihubungkan dengan beberapa komponen (dimensi) diantaranya : 1) Kedisiplinan Dalam Mengikuti Jadwal (*Adherence to Schedule*), 2) Kepatuhan pada Aturan dan Kebijakan (*compliance with Rules and Policies*), 3) Konsistensi dalam Melaksanakan Tugas (*Consistency in Task Execution*), terdapat 3 indikator dan dua belas butir soal yang

mewakilinya. Akhyar As-Shiddiq dan Dahlan Hanawisastra, 2013:16) mengemukakan bahwa berpuasa bermanfaat baik bagi manusia, yang mana dapat dikonsepsikan bahwa dengan berpuasa manusia dapat memunculkan sikap disiplin waktu, bertanggung jawab, taat aturan. Mengacu pada teori tersebut, secara umum nilai rata-rata variabel pengaruh puasa sunnah Senin Kamis pada siswa kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden sebanyak 89 hasil penelitian menunjukkan bahwa skor variabel X berada antara 30 sampai 58, nilai rata-rata (mean) sebesar 44.13, median 44.00, varians 46.686 dan standar deviasi 6.833.

#### 1) Kedisiplinan Dalam Mengikuti Jadwal (*Adherence to Schedule*)

Kebiasaan dimulai dengan adanya pencetus atau pemicu (cue) yang memicu respons otomatis kita untuk melakukan rutinitas (routine). Setelah melakukan rutinitas, kita mendapatkan hadiah (reward) yang memperkuat kebiasaan tersebut. Dalam konteks kedisiplinan, membentuk kebiasaan rutin yang positif dan teratur dapat membantu seseorang mematuhi jadwal dan mencapai tujuan-tujuan mereka. Dengan memahami dan memanfaatkan struktur kebiasaan ini, seseorang dapat menciptakan rutinitas positif yang mendukung kedisiplinan. Perlu digarisbawahi bahwa mengubah atau membentuk kebiasaan yang lebih baik memerlukan pemahaman akan komponen-komponen kebiasaan tersebut, sehingga seseorang dapat menggantikan rutinitas yang kurang produktif dengan kebiasaan yang lebih menguntungkan. Hal ini dapat membantu individu mencapai tingkat kedisiplinan yang lebih tinggi dan menuju kesuksesan dalam berbagai aspek. Hal tersebut berkaitan dengan napa yang dikemukakan oleh Charles Duhigg (2012) menyatakan bahwa kebiasaan rutin yang teratur sangat penting dalam membentuk kedisiplinan dan kesuksesan.

Berdasarkan data dilapangan jumlah nilai khusus pada dimensi kedisiplinan dalam mengikuti jadwal diperoleh hasil rata-rata dari penelitian sebesar 4,01. Berdasarkan interval kriteria acuan rata-rata tersebut menandakan kedisiplinan yang dilaksanakan ketika santri melaksanakan ibadah sunnah puasa Senin Kamis ada pada kategori tinggi. Hal ini serupa dengan hasil observasi dan pengamatan yang peneliti temukan ketika dilapangan bahwa rata-rata santri putra di Pondok Pesantren Darul Falah mencerminkan tingkat ketaatan dan kedisiplinan yang baik dalam melaksanakan ibadah puasa sesuai jadwal yang telah ditetapkan. Hal ini dapat peneliti gambarkan melalui hasil pengamatan yang peneliti telah lakukan diantaranya :

- Kedisiplinan Pematuhan Waktu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar santri mampu mematuhi jadwal puasa dengan disiplin tinggi. Mereka mampu memulai dan mengakhiri puasa sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

- Ketaatan terhadap Ajaran Agama

Santri-santri menunjukkan ketaatan yang tinggi terhadap ajaran agama dengan mematuhi jadwal puasa sunnah, seperti puasa senin dan kamis, sesuai dengan tuntunan agama.

- Konsistensi dalam Pelaksanaan

Santri-santri menunjukkan konsistensi dalam melaksanakan puasa sunnah pada hari-hari yang telah ditetapkan, menunjukkan dedikasi yang kuat terhadap kedisiplinan dalam beribadah.

Sehingga dapat kita deskripsikan bahwa hasil pengamatan adalah dalam penelitian ini, dari 100% santri yang diobservasi, 80% santri dapat mematuhi jadwal puasa sunnah Senin Kamis dengan tepat waktu dan penuh ketaatan. Mereka membuktikan konsistensi dalam melaksanakan puasa sunnah sesuai dengan ajaran agama,

mencerminkan kedisiplinan yang tinggi dalam mengatur waktu dan ibadah. Beberapa santri juga menunjukkan inisiatif untuk melakukan puasa sunnah tambahan di luar jadwal yang telah ditentukan, menandakan motivasi ekstra untuk memperdalam kedisiplinan dalam berpuasa.

## 2) Kepatuhan pada Aturan dan Kebijakan (compliance with Rules and Policies)

Puasa tidak hanya mencakup menahan diri dari makanan dan minuman selama waktu tertentu, tetapi juga memerlukan kendali penuh terhadap perilaku, pikiran, dan emosi. Dia menekankan bahwa puasa memiliki dimensi spiritual yang mendalam yang membimbing individu untuk meningkatkan kesadaran dan ketaatan pada aturan serta kebijakan agama. Berpuasa mengajarkan kesabaran, control diri, dan kepatuhan pada ajaran agama. Dengan menahan diri dari keinginan dan tindakan yang melanggar aturan selama puasa, individu belajar untuk lebih memahami dan menghormati nilai-nilai etika dan moral Islam. Hal ini pada gilirannya meningkatkan kesadaran akan kepatuhan pada aturan dan kebijakan Islam secara keseluruhan. Imam al-Ghazali (1111) menyatakan bahwa puasa bukan hanya tentang ketaatan fisik, tetapi juga penguatan iman, control diri, dan peningkatan kesadaran spiritual yang dapat membawa seseorang lebih dekat kepada Allah dan memperkuat kepatuhan pada aturan dan kebijakan agama.

Berdasarkan data dilapangan jumlah nilai khusus pada dimensi kepatuhan pada aturan dan kebijakan diperoleh hasil rata-rata dari penelitian sebesar 3,69 berdasarkan interval kriteria acuan rata-rata tersebut termasuk kedalam kategori “sedang”. Hal ini mengandung makna bahwa pada santri putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah mencerminkan tingkatan ketaatan dan kepatuhan yang cukup baik dari subjek penelitian terhadap tata cara dan aturan puasa yang telah ditetapkan. Hal ini bisa digambarkan melalui hasil pengamatan peneliti diantaranya :

- Kepatuhan terhadap Jadwal Puasa

Mayoritas responden mengikuti jadwal puasa dengan ketaatan yang cukup baik. Mereka memulai dan mengakhiri puasa sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan oleh agama.

- Penghargaan terhadap Aturan Puasa

Responden menunjukkan penghargaan yang signifikan terhadap aturan dan prinsip-prinsip puasa. Mereka mematuhi larangan makanan, minuman, dan perilaku yang diatur selama periode puasa dengan tekun.

Dalam penelitian ini, dari 89 responden yang diobservasi, sekitar 65% menunjukkan sikap tanggung jawab yang baik dalam menjalankan ibadah. Mereka mematuhi kewajiban ibadah dengan tepat waktu dan konsistensi yang baik. Namun sekitar 35% responden memerlukan sedikit perbaikan dalam kedisiplinan dan konsistensi dalam menjalankan ibadah. Meskipun begitu, secara keseluruhan, mereka menunjukkan sikap tanggung jawab yang memadai terhadap ibadah mereka.

### 3) Konsistensi dalam Melaksanakan Tugas (*Consistency in Task Execution*)

Konsistensi dalam melaksanakan tugas selama berpuasa merupakan ekspresi dari ketaatan dan penghormatan terhadap nilai-nilai dan ajaran agama yang diyakini. Hal ini membantu memperkuat ikatan spiritual dan hubungan individu dengan keyakinan agamanya. Konsistensi dalam menjalankan tugas selama berpuasa membutuhkan tingkat disiplin diri yang tinggi. Stephen R. Covey (1989) menjelaskan bahwa disiplin membantu membentuk karakter dan sikap yang dapat diterapkan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam tugas-tugas sehari-hari.

Berdasarkan data dilampiran jumlah nilai khusus pada dimensi konsistensi dalam melaksanakan tugas diperoleh hasil rata-rata dari penelitian sebesar 4,01 berdasarkan interval kriteria acuan rata-rata tersebut termasuk kedalam kategori “tinggi”. Hal ini mengandung

makna bahwa pada santri putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah mencerminkan tingkatan sikap bertanggung jawab ketika berpuasa yang cukup baik dari subjek penelitian terhadap tata cara dan aturan puasa yang telah ditetapkan. Hal ini bisa digambarkan melalui hasil pengamatan peneliti diantaranya :

- **Konsistensi dalam Jadwal Harian**

Mayoritas responden menunjukkan konsistensi dalam menjalankan tugas-tugas harian mereka selama bulan puasa. Mereka dapat mempertahankan rutinitas dan jadwal mereka tanpa terpengaruh oleh keterbatasan waktu makan dan minum.

- **Pengaturan Prioritas Tugas**

Responden cenderung mengatur prioritas tugas dengan baik selama berpuasa. Mereka dapat menentukan tugas-tugas yang paling penting dan mendahulukan yang perlu diselesaikan dengan cepat.

Dalam penelitian ini, dari 89 responden yang diobservasi, sekitar 80% responden menunjukkan konsistensi yang baik dalam melaksanakan tugas sehari-hari selama berpuasa. Mereka mampu menjaga produktivitas dan memprioritaskan pekerjaan dengan baik. Sementara sekitar 20% responden menghadapi sedikit kesulitan dalam mempertahankan konsistensi karena penyesuaian dengan tata cara puasa. Namun, secara umum, mereka tetap konsisten dalam melaksanakan tugas dengan efektif selama periode berpuasa.

Maka dapat peneliti simpulkan dari hasil deskripsi analisis tiap dimensi dan indikator bahwa gambaran puasa sunnah Senin Kamis yang dilaksanakan oleh Santri Putra di Pondok Pesantren Darul Falah dari 89 responden 44 % santri putra tergolong cukup baik dalam hal Kedisiplinan Dalam Mengikuti Jadwal Kepatuhan pada Aturan dan Kebijakan, Konsistensi dalam Melaksanakan Tugas, sementara sekitar 56% responden menghadapi sedikit kesulitan dalam pengamalan

puasa sunnah Senin Kamis di lingkungan Pondok Pesantren Darul Falah.

#### **4.3.2. Gambaran Kedisiplinan Santri Putra di Pondok Pesantren Darul Falah (Variabel Y)**

Pada Variabel Y yaitu kedisiplinan dihubungkan dengan beberapa komponen (dimensi) diantaranya : 1) Ketepatan Waktu, 2) Kepatuhan terhadap etika dan norma sosial, 3) kejujuran dan integritas, 4) Konsistensi dan dedikasi, 5) Kendali diri. Tulus Tu'u (2004:33) menyatakan bahwa disiplin adalah sebuah Upaya untuk mengikuti dan mentaati peraturan, nilai dan hukum yang berlaku, yang muncul karena adanya kesadaran diri bahwa ketaatan itu berguna bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya. Disiplin melibatkan kesadaran individu untuk patuh terhadap aturan, nilai, dan hukum yang ada di sekitarnya. Hal ini bukan hanya sekadar mengikuti perintah, tetapi juga memahami bahwa ketaatan tersebut memiliki manfaat yang positif bagi kebaikan dan keberhasilan individu. Disiplin bukanlah tindakan mekanis atau keterpaksaan semata, melainkan sebuah sikap yang muncul dari kesadaran akan manfaat dan nilai-nilai yang terkandung dalam mematuhi peraturan dan norma yang berlaku. Disiplin ini menjadi fondasi yang memungkinkan seseorang untuk mencapai tujuan pribadi dan kesuksesan hidup dengan lebih baik. Mengacu pada teori tersebut, secara umum skor total variabel kedisiplinan pada santri putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden sebanyak 89 santri , hasil penelitian menunjukkan bahwa skor variabel Y berada antara 57 sampai 96, nilai rata-rata (mean) sebesar 77,17 median sebesar 77,00 varian sebesar 81,005 dan standar deviasi 9,000.

##### **1) Ketepatan Waktu**

Disiplin waktu bukan hanya tentang mengatur jadwal, tetapi juga tentang kemampuan untuk secara efisien menggapai tugas dan kejadian yang muncul setiap hari. Ia menyoroti pentingnya menjaga kejelasan dan keteraturan dalam pengangan tugas serta menghindari

penumpukan dan penundaan yang dapat meningkatkan stress. Dengan memahami, menerapkan, dan mengikuti system yang telah dibangun, individu dapat mencapai tingkat disiplin waktu yang lebih baik, meminimalkan kekacauan, dan memastikan bahwa setiap tugas dijalankan sesuai prioritas dan secara efisien. Hal ini membawa pada hasil yang lebih baik dalam pekerjaan dan kehidupan sehari-hari secara keseluruhan. David Allen (2001) menyatakan bahwa disiplin waktu adalah kunci untuk mencapai produktivitas tanpa stress. Allen menekankan perlunya memiliki system yang kuat untuk mengelola tugas-tugas dan informasi agar dapat memprioritaskan, mengorganisis, dan menanggapi tugas dengan efektif. Berdasarkan data dilapangan jumlah nilai khusus pada dimensi ketepatan waktu diperoleh hasil rata-rata dari penelitian sebesar 3,70. Berdasarkan interval kriteria acuan termasuk dalam kategori “sedang”. Hal ini mengandung makna bahwa pada santri putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyyah di Pondok Pesantren Darul Falah mencerminkan sikap disiplin waktu yang cukup baik dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat digambarkan melalu hasil penelitian peneliti diantaranya:

- Ketaatan terhadap Jadwal Kegiatan

Mayoritas santri menunjukkan kedisiplinan yang baik dalam mematuhi jadwal kegiatan harian di pesantren. Mereka tiba tepat waktu pada setiap sesi pelajaran, ibadah, dan kegiatan lainnya yang telah dijadwalkan.

- Konsistensi dalam Tepat Waktu

Sebagian besar santri menunjukkan konsistensi dalam mempertahankan ketepatan waktu sehari-hari. Mereka memahami pentingnya mematuhi waktu dan berusaha untuk tidak membuat jadwal terlambat atau mengalami keterlambatan yang signifikan.

- Tanggung Jawab terhadap Kewajiban Waktu

Santri-santri menunjukkan sikap tanggung jawab terhadap kewajiban waktu mereka. Mereka memprioritaskan tugas dan

kegiatan sesuai dengan jadwal, mencerminkan kesadaran akan pentingnya melaksanakan kewajiban dengan tepat waktu.

Dalam penelitian ini, dari 89 santri yang diobservasi, sekitar 60% santri memperlihatkan tingkat kedisiplinan yang baik dalam hal ketepatan waktu. Mereka hadir tepat waktu dalam kegiatan sehari-hari, menunjukkan kesadaran dan tanggung jawab terhadap waktu. Sementara itu, sekitar 40% masih memerlukan dorongan lebih lanjut untuk mempertahankan ketepatan waktu yang lebih baik. Meskipun begitu, secara keseluruhan, mayoritas santri menunjukkan sikap yang positif terhadap disiplin waktu.

## 2) Kepatuhan terhadap etika dan norma sosial

Seseorang yang memiliki tingkat disiplin yang tinggi akan cenderung mematuhi norma-norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Disiplin memotivasi untuk tunduk pada peraturan dan norma tersebut demi kebaikan bersama dan keharmonisan sosial. Hal ini juga dikemukakan oleh Jocko Willink (2017) memandang bahwa disiplin adalah landasan yang memungkinkan seseorang untuk mematuhi etika dan prinsip-prinsip moral. Kedisiplinan membimbing individu untuk melakukan apa yang benar, bahkan ketika sulit, dengan mempertimbangkan aspek etika dalam setiap tindakan. Berdasarkan data dilapangan jumlah nilai khusus pada dimensi ketepatan waktu diperoleh hasil rata-rata dari penelitian sebesar 3,69. Berdasarkan interval kriteria acuan termasuk dalam kategori “sedang”. Hal ini mengandung makna bahwa pada santri putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyyah di Pondok Pesantren Darul Falah mencerminkan sikap disiplin bersikap yang cukup baik dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini bisa digambarkan melalui hasil pengamatan peneliti diantaranya :

- Kepatuhan Terhadap Norma Sosial

Mayoritas subjek penelitian menunjukkan tingkat kepatuhan yang cukup terhadap norma-norma sosial yang berlaku dalam

masyarakat. Mereka mematuhi norma-norma ini sebagai panduan untuk bertindak sesuai dengan etika yang diakui secara luas.

- **Konsistensi dalam Tindakan Etis**

Sebagian besar subjek menunjukkan konsistensi dalam tindakan etis mereka sehari-hari. Mereka berusaha untuk mempraktikkan nilai-nilai etika sosial, seperti menghormati orang lain, membantu sesama, dan tidak melakukan tindakan yang merugikan orang lain.

- **Kesadaran terhadap Dampak Sosial**

Subjek penelitian menunjukkan tingkat kesadaran yang memadai terkait dengan dampak sosial dari tindakan mereka. Mereka mempertimbangkan implikasi sosial dari tindakan mereka dan berusaha untuk bertindak dengan cara yang mempromosikan kebaikan bersama.

Dalam penelitian ini, dari 89 subjek yang diobservasi, sekitar 60% menunjukkan tingkat kedisiplinan sedang dalam hal kepatuhan terhadap etika sosial. Mereka mematuhi norma-norma sosial secara konsisten, meskipun ada ruang untuk peningkatan dalam konsistensi tindakan etis mereka. Sekitar 40% sisanya menunjukkan kedisiplinan yang masih perlu ditingkatkan dalam hal kepatuhan terhadap etika sosial. Meskipun demikian, kesadaran mereka terhadap norma-norma sosial dan usaha untuk mematuhi etika sosial merupakan hal yang positif. Keseluruhan, subjek penelitian ini menunjukkan tingkat kedisiplinan yang memadai dalam hal kepatuhan terhadap etika sosial, namun masih terdapat potensi untuk meningkatkan konsistensi dan kesadaran terhadap norma-norma sosial.

### 3) Kejujuran dan Integritas

Individu yang memiliki tingkat disiplin yang tinggi akan cenderung mematuhi aturan dan bersikap jujur dalam setiap aspek kehidupannya. Mereka tidak hanya taat pada aturan eksternal, tetapi juga berpegang teguh pada integritas internal, memastikan bahwa

tindakan mereka sejalan dengan nilai-nilai yang mereka anut. Integritas ini merupakan hasil dari kedisiplinan yang kuat dan kesadaran diri yang mendalam. Kelly McGonigal (2011) membahas kaitan antara disiplin, taat aturan, kejujuran, dan integritas. Beliau menekankan pentingnya kejujuran dan integritas sebagai manifestasi dari tingkat disiplin yang tinggi dalam hidup.

Berdasarkan data dilapangan jumlah nilai khusus pada dimensi kepatuhan terhadap kejujuran dan integritas diperoleh hasil rata-rata dari penelitian sebesar 3,53. Berdasarkan interval kriteria acuan termasuk dalam kategori “sedang”. Hal ini mengandung makna bahwa pada santri putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah mencerminkan sikap disiplin taat aturan yang cukup baik dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini bisa digambarkan melalui hasil pengamatan peneliti diantaranya :

- Kepatuhan terhadap Aturan Sekolah

Mayoritas santri menunjukkan tingkat kepatuhan yang tinggi terhadap aturan sekolah, seperti jadwal harian, tata tertib, dan norma-norma perilaku. Mereka mematuhi aturan ini dengan disiplin dan tanggung jawab.

- Jujur dalam Tugas dan Pekerjaan Sekolah

Sebagian besar santri menunjukkan tingkat kejujuran yang baik dalam melaksanakan tugas-tugas sekolah, ujian, dan pekerjaan lainnya. Mereka tidak melakukan tindakan plagiat atau curang dalam ujian.

- Integritas dalam Hubungan Sosial

Santri-santri menunjukkan integritas dalam hubungan dengan sesama. Mereka bersikap adil, menghormati hak-hak orang lain, dan tidak terlibat dalam perilaku yang merugikan atau mencemarkan nama baik orang lain.

Dalam penelitian ini, dari 89 santri yang diobservasi, sekitar 60% menunjukkan kedisiplinan cukup baik dalam hal kepatuhan pada aturan, kejujuran, dan integritas. Mereka mematuhi aturan

sekolah dengan baik, jujur dalam mengerjakan tugas-tugas, dan menjunjung tinggi integritas dalam interaksi sosial. Sekitar 40% sisanya juga menunjukkan tingkat kedisiplinan yang baik, namun memerlukan dorongan tambahan untuk lebih meningkatkan kejujuran dan integritas mereka. Keseluruhan, santri-santri ini menunjukkan tingkat kedisiplinan yang cukup baik terkait dengan taat aturan, kejujuran, dan integritas dalam berbagai aspek kehidupan mereka.

#### 4) Konsistensi dan Dedikasi

Kebiasaan merupakan suatu bentuk otomatisasi perilaku yang telah terbentuk dalam sistem saraf kita. Membentuk kebiasaan positif yang terkait dengan ilmu dan pembelajaran adalah upaya yang dapat memicu konsistensi dan dedikasi. Ketika kebiasaan ilmiah tertanam dengan baik, orang akan cenderung melakukan tindakan belajar secara konsisten tanpa harus memaksakan diri, karena hal itu telah menjadi bagian dari rutinitas mereka. Charles Duhigg (2012) menggambarkan bahwa disiplin ilmu adalah kunci dalam mencapai konsistensi dan dedikasi dalam hidup, baik dalam aspek pribadi maupun profesional. Duhigg menyoroti bagaimana membentuk kebiasaan yang tepat secara terus-menerus dapat memperkuat disiplin ilmu seseorang. Dengan memahami bagaimana kebiasaan terbentuk dan dapat diubah, individu dapat membentuk kebiasaan-kebiasaan yang mendukung disiplin ilmu, menciptakan rutinitas yang konsisten, dan meningkatkan dedikasi mereka terhadap belajar, penelitian, dan pengembangan diri.

Berdasarkan data dilapangan jumlah nilai khusus pada dimensi konsistensi dan dedikasi diperoleh hasil rata-rata dari penelitian sebesar 3,53. Berdasarkan interval kriteria acuan termasuk dalam kategori “sedang”. Hal ini mengandung makna bahwa pada santri putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyyah di Pondok Pesantren Darul Falah mencerminkan sikap disiplin ilmu yang cukup baik dalam

kehidupan sehari-hari. Hal ini bisa digambarkan melalui hasil pengamatan peneliti diantaranya :

- **Konsistensi dalam Menjalani Rutinitas Belajar**

Mayoritas santri menunjukkan konsistensi yang baik dalam menjalani rutinitas belajar mereka. Mereka memiliki jadwal harian yang terstruktur untuk membaca, mempelajari pelajaran, dan melakukan tugas-tugas akademik, yang dijalani dengan tekun setiap hari.

- **Kedisiplinan dalam Mengikuti Materi Pembelajaran**

Santri-santri menunjukkan tingkat kedisiplinan yang tinggi dalam mengikuti dan memahami materi pembelajaran. Mereka membaca dan mencerna informasi dengan sungguh-sungguh, bertanya pertanyaan, dan melakukan diskusi untuk memahami konsep-konsep dengan lebih baik.

- **Dedikasi terhadap Ilmu dan Pembelajaran**

Sebagian besar santri menunjukkan tingkat dedikasi yang tinggi terhadap ilmu dan pembelajaran. Mereka memiliki motivasi intrinsik yang kuat untuk meningkatkan pengetahuan dan mempersiapkan diri untuk masa depan, yang tercermin dalam upaya dan ketekunan mereka dalam belajar.

Dalam penelitian ini, dari 89 santri yang diobservasi, sekitar 70% menunjukkan konsistensi dan dedikasi yang tinggi terhadap ilmu. Mereka membuktikan kedisiplinan tinggi dalam menjalani rutinitas belajar dan menunjukkan tekad untuk memahami ilmu secara mendalam. Sementara sekitar 30% santri memerlukan dorongan lebih lanjut untuk meningkatkan tingkat konsistensi dan dedikasi mereka terhadap ilmu. Meskipun demikian, secara keseluruhan, mayoritas santri menunjukkan komitmen yang tinggi terhadap ilmu dan pembelajaran.

#### 5) Kendali Diri

Untuk membangun disiplin pribadi, individu harus memahami kebiasaan-kebiasaan mereka, baik yang positif maupun negatif.

Dengan mengidentifikasi dan memahami kebiasaan-kebiasaan ini, mereka dapat merencanakan perubahan yang tepat untuk membangun kebiasaan baik dan menghindari kebiasaan buruk. Melalui proses ini, seseorang dapat membangun kedisiplinan pribadi yang kuat, mempertahankan fokus pada tujuan-tujuan jangka panjang, dan memastikan bahwa tindakan mereka selaras dengan nilai-nilai dan prioritas yang mereka tetapkan. James Clear (2018) kendali diri adalah kemampuan untuk memahami, mengendalikan, dan mengarahkan tindakan dan emosi kita untuk mencapai tujuan jangka panjang. Kendali diri ini membantu dalam mengatasi godaan untuk melakukan hal-hal yang bersifat instan namun mungkin merugikan di masa depan.

Berdasarkan data dilapangan jumlah nilai khusus pada dimensi konsistensi dan dedikasi diperoleh hasil rata-rata dari penelitian sebesar 4,31. Berdasarkan interval kriteria acuan termasuk dalam kategori “tinggi”. Hal ini mengandung makna bahwa pada santri putra kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah mencerminkan sikap disiplin pribadi yang cukup baik dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini bisa digambarkan melalui hasil pengamatan peneliti diantaranya :

- **Kontrol Diri dalam Mengelola Waktu**

Mayoritas santri menunjukkan kemampuan yang tinggi dalam mengelola waktu mereka dengan efisien. Mereka memiliki jadwal harian yang terstruktur dan mampu mematuhi jadwal tersebut tanpa mengalami keterlambatan yang signifikan.

- **Pengendalian Diri terhadap Godaan Negatif**

Santri-santri menunjukkan kemampuan yang baik dalam menahan diri dari godaan negatif, seperti penggunaan gadget secara berlebihan, makanan tidak sehat, atau perilaku tidak produktif. Mereka mampu mempertahankan fokus pada tujuan mereka dan menghindari distraksi yang tidak perlu.

- **Konsistensi dalam Menjalankan Kebiasaan Positif**

Sebagian besar santri menunjukkan tingkat konsistensi yang tinggi dalam menjalankan kebiasaan-kebiasaan positif, seperti belajar secara teratur, berolahraga, membaca buku, dan melakukan ibadah. Mereka mampu mempertahankan kebiasaan-kebiasaan ini sehari-hari tanpa jatuh ke dalam kebosanan atau kehilangan motivasi.

Dalam penelitian ini, dari 89 santri yang diobservasi, sekitar 80% menunjukkan tingkat kedisiplinan pribadi yang tinggi dalam hal kendali diri. Mereka mampu mengelola waktu dengan baik, mengendalikan diri terhadap godaan negatif, dan menjalankan kebiasaan-kebiasaan positif secara konsisten. Sekitar 20% sisanya juga menunjukkan tingkat kedisiplinan yang baik, namun memerlukan dorongan tambahan dalam beberapa aspek kendali diri. Keseluruhan, santri-santri ini memperlihatkan kemampuan yang baik dalam mengendalikan diri dan mempertahankan kedisiplinan pribadi yang tinggi.

Maka dapat peneliti simpulkan dari hasil deskripsi analisis tiap dimensi dan indikator bahwa gambaran kedisiplinan yang dilaksanakan oleh Santri Putra di Pondok Pesantren Darul Falah dari 89 responden 77 % santri putra tergolong cukup baik dalam hal Ketepatan Waktu, Kepatuhan terhadap etika dan norma sosial, kejujuran dan integritas, Konsistensi dan dedikasi, dan Kendali diri sementara sekitar 23% responden menghadapi sedikit kesulitan dalam menerapkan perilaku disiplin di lingkungan Pondok Pesantren Darul Falah.

#### **4.3.3. Besaran Nilai Pengaruh Puasa Sunnah Senin Kamis Terhadap Kedisiplinan Santri Pondok Pesantren Darul Falah Bandung Barat**

Puasa sunnah dapat memperkuat keimanan dan ketaatan santri terhadap ajaran agama Islam. Melaksanakan puasa sunnah secara teratur menunjukkan komitmen pada praktik keagamaan, yang dapat membentuk disiplin dan ketaatan pada aturan-aturan agama. Puasa sunnah melatih santri untuk mengendalikan diri dalam hal makan,

minum, dan tindakan-tindakan lain selama puasa. Ini membangun pengendalian diri dan kedisiplinan, yang kemudian dapat dipraktikkan dalam aspek lain dari kehidupan sehari-hari. Puasa sunnah dapat membantu meningkatkan fokus dan produktivitas santri. Dengan menjalani puasa, santri dapat memfokuskan energi dan perhatian pada tugas-tugas mereka, meningkatkan konsentrasi, dan dengan demikian, meningkatkan kedisiplinan dalam menjalani rutinitas harian. Namun, penting untuk diingat bahwa efek puasa sunnah terhadap kedisiplinan dapat bervariasi antarindividu. Penerapan puasa sunnah Senin Kamis terbukti dapat berpengaruh terhadap kedisiplinan santri dalam melaksanakan kehidupan sehari-hari di lingkungan Pondok Pesantren Darul Falah Bandung Barat.

Hasil dari tabel Model Summary, pada bagian ini ditampilkan nilai  $R = 0,616$  dan koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar  $0,380$  (pengkuadratan dari koefisien korelasi, atau  $0,616 \times 0,616 = 0,380$ ). Hal ini menunjukkan pengertian bahwa kedisiplinan ( $Y$ ) dipengaruhi sebesar  $38\%$  oleh Puasa sunnah Senin Kamis ( $X$ ). sedangkan sisanya ( $100\% - 38\% = 62\%$ ) dijelaskan oleh sebab-sebab yang lain.  $R^2$  berkisar pada angka  $0$  sampai  $1$ , dengan catatan semakin kecil angka  $R^2$  semakin lemah hubungan kedua variabel.

Berdasarkan penelitian di lapangan, Santri putra di Pondok Pesantren Darul Falah. Mereka membuktikan konsistensi dalam melaksanakan puasa sunnah sesuai dengan ajaran agama, mencerminkan kedisiplinan yang tinggi dalam mengatur waktu dan ibadah. Beberapa santri juga menunjukkan inisiatif untuk melakukan puasa sunnah tambahan di luar jadwal yang telah ditentukan, menandakan motivasi ekstra untuk memperdalam kedisiplinan dalam berpuasa. Seperti halnya yang dikatakan oleh Charles Duhigg (2012) menyatakan bahwa kebiasaan rutin yang teratur sangat penting dalam membentuk kedisiplinan dan kesuksesan.

Berdasarkan hasil penelitian yang relevan sebelumnya, salah satunya yang dilakukan oleh Nubzatus Salihah dalam skripsi berjudul: Pengaruh Puasa terhadap akhlak terpuji remaja masjid Al-Jihad Cipondoh kota Tangerang. Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang sangat kuat dan signifikan antara pengaruh puasa Ramadhan dalam meningkatkan akhlak terpuji remaja masjid al-Jihad Cipondoh Kota Tangerang. Hal ini juga dibuktikan dengan hasil penelitian yang dilakukan penulis bahwa Berdasarkan data output diatas diketahui nilai konstanta (a) = 72,635 dan  $b_x = 0.629$  dan tingkat signifikan 0,000. Dari tabel diatas diperoleh persamaan perhitungan adalah :  $Y = 72.635 + 0.629X$ . Nilai konstanta dari Unstandardized Coefficients dalam kasus ini adalah 72.635, menunjukkan pengaruh positif variabel independent (puasa Sunnah Senin Kamis) dan jika tidak ada variabel puasa sunnah Senin Kamis ( $X=0$ ) maka kedisiplinan pada santri kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah (Y) sebesar 0.103. Nilai koefisien regresi Puasa Senin Kamis adalah 0.103, artinya jika variabel puasa sunnah Senin Kamis (X) meningkat sebesar 1% dan konstanta (a) adalah 0 maka kedisiplinan pada santri kelas Ibtidaiyyah dan Tsanawiyah di Pondok Pesantren Darul Falah meningkat sebesar 0.103. dan dapat diketahui bahwa nilai signifikan sebesar  $0,000 < \text{probabilitas } 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, yang berarti bahwa ada pengaruh puasa sunnah Senin Kamis (X) terhadap kedisiplinan (Y) yang signifikan.

Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel puasa Sunnah Senin Kamis berkontribusi atau berpengaruh positif bagi kedisiplinan, sehingga semakin baik penyelenggaraan pesantren dalam membiasakan santrinya melaksanakan puasa sunnah Senin Kamis maka semakin meningkat tingkat kedisiplinan santri dalam kehidupannya. Berdasarkan hal diatas juga di peroleh hasil Thitung  $\geq T_{\text{tabel}}$  atau  $7,295 > 2,051$  maka  $H_o$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya signifikan. Jadi dapat

disimpulkan bahwa puasa Senin Kamis berpengaruh signifikan terhadap kedisiplinan santri putra.

Oleh karena itu, mengimplementasikan puasa sunnah Senin Kamis yang memiliki pengaruh signifikan terhadap kedisiplinan santri putra di Pondok Pesantren Darul Falah Bandung Barat dapat menjadi acuan dasar untuk selanjutnya menanggapi terhadap tingkat kedisiplinan santri di Pondok Pesantren Darul Falah. Hal ini senada dengan yang diutarakan Akhyar as-Shiddiq dan Dahlan Hanawisastra (2010) bahwa dengan berpuasa akan bermanfaat baik bagi manusia, yang mana dapat dikonsepsikan bahwa dengan berpuasa manusia dapat memunculkan sikap disiplin waktu, bertanggung jawab, taat aturan. Tulus Tu'u (2004:33) juga menyebutkan bahwa Disiplin adalah sebuah Upaya untuk mengikuti dan menaati peraturan, nilai dan hukum yang berlaku, yang muncul karena adanya kesadaran diri bahwa ketaatan itu berguna bagi kebaikan dan keberhasilan dirinya.