



The integration of sunnah fasting contributes to the character development of students

Muhammad Fadhil Husein¹, Muhajir²

^{1,2}UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, Indonesia

23204022002@student.uin-suka.ac.id¹, muhajir@uin-suka.ac.id²

ABSTRACT

Fasting is a form of worship that has value and can be integrated into character education. This study examines the implementation and impact of the Monday-Thursday sunnah fasting program on the development of students' spiritual character at MA PSA Istiqomah Islamiyah Pondok Modern Al-Furqon. This study used a descriptive qualitative approach, relying on participant observation, in-depth interviews with school officials and students, and document analysis to collect data. The results indicate that the program was implemented effectively and well-planned. Participation in the program significantly promoted positive character traits such as discipline, patience, and the ability to manage emotions, as well as strengthening sincerity and social awareness. There was an increase in spiritual awareness and a decrease in inappropriate verbal behavior. Several challenges, such as limited supervision outside of school and students' physical conditions, were addressed through schedule adjustments and health support. Continuous teacher evaluation and communication with families contributed to the program's success. Overall, the Monday-Thursday sunnah fasting program has proven to play a significant role in creating a religious atmosphere in schools, increasing spiritual intelligence, and serving as a strategic model for Islamic character education.

ARTICLE INFO

Article History:

Received: 5 Sep 2025

Revised: 1 Apr 2026

Accepted: 8 Apr 2026

Publish online: 19 Apr 2026

Keywords:

character education; spiritual education; student character; sunnah fasting



Open access
Inovasi Kurikulum is a peer-reviewed open-access journal.

ABSTRAK

Puasa adalah salah satu ibadah yang memiliki nilai dan dapat diintegrasikan ke dalam pendidikan karakter. Penelitian ini mengulas pelaksanaan dan dampak program puasa sunnah Senin-Kamis terhadap pengembangan karakter spiritual murid di MA PSA Istiqomah Islamiyah Pondok Modern Al-Furqon. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, dengan mengandalkan observasi partisipatif, wawancara mendalam dengan pihak sekolah dan murid, serta analisis dokumen untuk mengumpulkan data. Hasil menunjukkan bahwa program ini terlaksana secara efektif dan terencana dengan baik. Partisipasi dalam program ini secara signifikan mempromosikan karakter positif seperti disiplin, kesabaran, dan kemampuan mengelola emosi, serta memperkuat keikhlasan dan kepedulian sosial. Terdapat peningkatan kesadaran spiritual dan penurunan perilaku verbal yang kurang pantas. Beberapa tantangan, seperti minimnya pengawasan di luar sekolah dan kondisi fisik murid, dapat diatasi melalui penyesuaian jadwal dan dukungan kesehatan. Evaluasi berkelanjutan oleh guru dan komunikasi dengan keluarga turut mendukung keberhasilan program. Secara keseluruhan, program puasa sunnah Senin-Kamis terbukti berperan penting dalam menciptakan suasana religius di sekolah, meningkatkan kecerdasan spiritual, serta menjadi model strategis bagi pendidikan karakter Islami.

Kata Kunci: karakter murid; pendidikan karakter; pendidikan spiritual; puasa sunnah

How to cite (APA 7)

Husein, M. F., & Muhajir, M. (2026). The integration of sunnah fasting contributes to the character development of students. *Inovasi Kurikulum*, 23(2), 351-360.

Peer review

This article has been peer-reviewed through the journal's standard double-blind peer review, where both the reviewers and authors are anonymised during review.



Copyright 2026, Muhammad Fadhil Husein, Muhajir. This an open-access is article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0) <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author, and source are credited. *Corresponding author: 23204022002@student.uin-suka.ac.id

INTRODUCTION

Pendidikan di Indonesia dewasa ini berada pada titik di mana pencapaian akademik tidak lagi dianggap sebagai satu-satunya indikator keberhasilan. Berkembangnya zaman menimbulkan tantangan berupa degradasi moral dan disrupsi digital, sehingga penguatan karakter berbasis spiritualitas menjadi prioritas dalam proses pendidikan. Sebagai salah satu negara dengan populasi Muslim terbesar di dunia, Indonesia memiliki khazanah tradisi Islam yang telah menjadi fondasi pendidikan karakter secara historis melalui lembaga-lembaga seperti pesantren dan madrasah (Aisyah *et al.*, 2025). Pendidikan memainkan peranan krusial dalam membentuk individu seutuhnya, tidak hanya dari sisi intelektual, tetapi juga dari sisi moral dan spiritual (Munawar *et al.*, 2023). Proses ini mencakup penanaman nilai-nilai Islam melalui berbagai latihan fisik dan moral (Panji *et al.*, 2023; Sapendi, 2015).

Sejalan dengan pandangan Islam, pendidikan bertujuan menyatukan unsur akal, hati, dan perilaku untuk melahirkan manusia paripurna (insan kamil) yang beradab (Sumiarti *et al.*, 2021). Salah satu aspek fundamental dalam pendidikan Islam adalah pendidikan spiritual, yang merupakan proses penyucian batin dan pendalaman jiwa untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT (Azizi *et al.*, 2023; Faozi & Himmawan, 2023). Tujuan utama pendidikan spiritual adalah menjernihkan hati, menyucikan jiwa, dan memperkuat akal, yang menjadi landasan bagi perilaku (Gowasa *et al.*, 2024). Untuk mencapai hal tersebut, berbagai bentuk ibadah dapat digunakan, salah satunya puasa (Aqilah, 2020; Harpetinah *et al.*, 2023). Puasa merupakan amalan istimewa yang tidak hanya bernilai ibadah, tetapi juga efektif dalam membentuk kesadaran spiritual, mengendalikan hawa nafsu, serta meningkatkan ketakwaan (Sabir & Srikandi, 2025).

Allah SWT berfirman dalam Al-Quran Surat Al-Baqarah ayat 183 yang mewajibkan puasa supaya manusia mencapai ketakwaan.

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

“Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang sebelum kamu supaya kamu bertakwa.”

Sejumlah penelitian membuktikan bahwa puasa Senin-Kamis berkontribusi besar pada kecerdasan emosional dan spiritual murid, mempromosikan karakter seperti kedisiplinan, kesabaran, dan kejujuran (Trabelsi *et al.*, 2024). Praktik ini mampu meningkatkan kesadaran diri dan konsistensi dalam menerapkan nilai-nilai positif. Melihat beragam manfaatnya, banyak lembaga pendidikan Islam mulai mengadopsi program Puasa Senin-Kamis sebagai strategi utama untuk memperkuat spiritualitas dan karakter murid. Lebih lanjut, penelitian lain berfokus pada efektivitas program *riyadhah* atau pembiasaan keagamaan dalam membentuk karakter religius murid, yang menyimpulkan bahwa kegiatan terstruktur yang didukung oleh lingkungan yang kondusif merupakan kunci utama dalam internalisasi nilai-nilai spiritual (Mulyana & Muntaqo, 2022). Hasil-hasil ini menjadi landasan bahwa puasa Senin-Kamis memiliki potensi signifikan sebagai metode pendidikan yang terbukti.

MA PSA Istiqomah Islamiyah Pondok Modern Al-Furqon adalah salah satu lembaga pendidikan yang mengintegrasikan kurikulum nasional dengan nilai-nilai keagamaan yang kuat. Lembaga ini mengadopsi kurikulum KMI (*Kuliyatul Mu'limin Al Islamiyyah*) sebagai kurikulum 24 jam yang berfungsi sebagai sistem pembinaan karakter komprehensif, melalui integrasi kegiatan harian murid dengan pendidikan spiritual (Tanjung *et al.*, 2025). Belum ada penelitian yang secara spesifik, mendalam, dan kontekstual untuk menganalisis bagaimana implementasi program Puasa Senin-Kamis di MA PSA Istiqomah Islamiyah Pondok Modern Al-Furqon berfungsi sebagai metode pendidikan spiritual yang terstruktur. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada upaya mengisi kekosongan tersebut dengan menyajikan analisis deskriptif kualitatif mengenai mekanisme pelaksanaan, tantangan, dan dampak spesifik program ini di institusi tersebut, sekaligus memberikan kontribusi praktis bagi model kurikulum pesantren modern. Penelitian ini

bertujuan untuk menganalisis bagaimana implementasi program Puasa Senin-Kamis di MA PSA Istiqomah Islamiyah Pondok Modern Al-Furqon, serta menganalisis dampaknya terhadap pengembangan aspek spiritual murid. Melalui kajian ini, diharapkan dapat terungkap strategi pendidikan spiritual berbasis ibadah yang efektif dalam membentuk karakter Islami murid pada jenjang Madrasah Aliyah.

LITERATURE REVIEW

Pendidikan Spiritual

Pendidikan spiritual merupakan fokus utama dalam konteks pendidikan Islam di Madrasah Aliyah. Pendidikan spiritual dipahami sebagai upaya sistematis untuk mengembangkan dimensi *ruhiah* (ketuhanan) dan *qalbu* (hati) murid, yang manifestasinya terlihat pada peningkatan ketaatan beribadah dan kemuliaan akhlak (*al-akhlaq al-karimah*) (Rokhim et al., 2022). Hal ini sejalan dan dilengkapi oleh Al-Ghazali yang mengungkapkan bahwa aspek-aspek pendidikan spiritual meliputi *al-ruh* (ruh), *al-qalb* (hati), *al-nafs* (jiwa), dan *al-'aql* (akal) (Giyarsi, 2023). Oleh karena itu, diperlukan model atau *tools* pendidikan yang praktis dan berulang untuk memastikan transfer nilai tersebut dapat terealisasi secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari murid.

Terdapat empat aspek penting dalam pendidikan spiritual yang dikemukakan oleh Al-Qusyairi, yaitu: 1) *Makfirat* kepada Allah, yakni mengenal Allah tidak hanya sekedar bersifat kognitif, namun juga melalui kesadaran eksistensial terhadap kehadiran-Nya yang melingkupi seluruh aspek kehidupan; 2) Integrasi antara aspek pengalaman ibadah syariat dan pemahaman hakikat, yakni tetap mematuhi aturan-aturan agama sambil mendalami kecerdasan spiritual; 3) Intensitas kesadaran dalam mengupayakan kesempurnaan ibadah, sehingga dapat menstimulasi pembentukan karakter religius dan menciptakan pengaruh positif, di mana nilai spiritual tetap teraktualisasi di luar waktu beribadah; dan 4) Senantiasa berdzikir kepada Allah sebagai praktik mengingat Allah secara konsisten. Hal ini berfungsi sebagai indikator objektif kesadaran ketuhanan dan mempertegas kedekatan spiritual individu dengan Tuhannya (Giyarsi, 2023).

Di samping itu, konsep pendidikan spiritual lain yang disampaikan juga oleh Imam Al-Ghazali secara komprehensif mencakup tiga dimensi, yaitu: 1) *Tazkiyatun nafs* atau purifikasi jiwa dari sifat-sifat yang buruk; 2) *Takhalli* yaitu pembebasan diri dari afeksi negatif dan akhlak tercela; dan 3) *Tahalli* yaitu rekonstruksi jiwa melalui internalisasi kebajikan moral dan sifat-sifat yang terpuji secara konsisten (Putra, 2024). Ketiga dimensi ini berperan sebagai katalisator bagi individu untuk mengenal dan mencintai Allah SWT dengan lebih baik lagi dari lubuk hati. Pandangan pendidikan spiritual yang dimiliki Imam Al-Ghazali ini tidak hanya dipandang sebagai aktivitas duniawi, melainkan juga sebagai proses spiritual yang berorientasi pada kehidupan akhirat (Lubis & Rahman, 2025).

Nilai Puasa dalam Pembentukan Karakter

Nilai-nilai spiritual, khususnya yang terkandung dalam ibadah puasa, perlu diinternalisasikan oleh setiap individu di tengah tantangan era modern saat ini. Puasa (*shiyam*) adalah salah satu ibadah kepada Allah SWT yang berlandaskan pada syarat dan rukun puasa, melalui kegiatan menahan diri dari segala hal yang membatalkan, dimulai sejak terbit fajar hingga terbenam matahari, serta dilakukan oleh individu Muslim yang berakal dan tidak berhalangan (haid dan nifas) secara yakin, disertai dengan niat (Huda, 2022). Dapat dikatakan bahwa puasa sebagai ibadah merupakan bentuk tindakan dan upaya untuk mengabdikan kepada Allah SWT, dengan tujuan memperoleh keselamatan dunia dan akhirat.

Puasa sebagai sarana dalam pembentukan karakter murid memiliki karakter kuat yang mendukung, seperti: 1) Puasa sebagai mekanisme penguatan kapasitas rasional dalam mencegah dominasi impuls syahwat; 2) Puasa sebagai fasilitator dalam internalisasi nilai-nilai ketuhanan dalam bentuk kesadaran

akan kuasa-Nya; serta 3) Puasa sebagai mekanisme yang memicu rasa empati melalui pengalaman langsung terhadap keterbatasan dan rasa lapar (Khaerunisa & Arifin, 2024). Karakter-karakter tersebut relevan dengan konsep pembentukan karakter murid. Melalui ini, diharapkan puasa menjadi salah satu cara yang dapat digunakan dalam pendidikan karakter yang berkelanjutan dan menciptakan perbaikan karakter murid secara berkesinambungan.

Adapun nilai-nilai edukatif dari ibadah puasa yang dapat diintegrasikan dalam pembentukan karakter adalah sebagai berikut (Angel *et al.*, 2024).

1. Aspek Kesabaran, puasa membentuk fundamen kehidupan yang lebih bermakna melalui pengalaman yang mengajarkan bahwa keberhasilan tidak diperoleh secara instan melainkan dari ketekunan yang konsisten. Kesabaran menjadi aspek esensial untuk mencapai ketenangan dan kemuliaan baik di dunia maupun akhirat;
2. Aspek Disiplin, puasa sebagai instrumen habituasi disiplin yang menghubungkan antara kepatuhan terhadap waktu dengan kendali individu terhadap perilakunya. Dalam konteks pendidikan, kedisiplinan ini berkaitan dengan kepatuhan sosial yang dapat diterapkan dalam kehidupan bermasyarakat;
3. Aspek Empati dan Kepedulian Sosial, puasa berfungsi sebagai media stimulasi empati melalui pengalaman langsung terhadap lapar dan dahaga yang dapat mengubah persepsi individu dari rasa iba menjadi kesadaran sosial. Hal ini kemudian memicu kepedulian yang direalisasikan melalui sedekah dan zakat. Habituasi empati dan kepedulian sosial ini menjadi instrumen penguat solidaritas dalam kehidupan sehari-hari;
4. Aspek Spiritual dan Keimanan, puasa sebagai sarana pedagogi spiritual yang mengarahkan murid dalam penguatan hubungan antara manusia dengan Allah SWT. Melalui pengalaman keterbatasan, puasa mendidik jiwa untuk mengadopsi sikap rendah hati (*tawadhu'*) dan syukur yang dapat mengubah murid menjadi individu dengan keimanan dan kedalaman spiritual .

METHODS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk mendeskripsikan dan menganalisis secara mendalam implementasi program puasa Senin-Kamis dalam mengembangkan pendidikan spiritual murid. Metode deskriptif dipilih untuk mengkaji dan memaparkan temuan yang diperoleh secara faktual. Sumber dan teknik pengumpulan data penelitian ini mengumpulkan data melalui tiga teknik utama: 1) Wawancara mendalam dilakukan dengan narasumber yang relevan, yaitu guru Pendidikan Agama Islam di MA PSA Istiqomah Islamiyah, untuk mendapatkan informasi langsung mengenai program puasa dan dampaknya; 2) Observasi langsung di lapangan untuk mengamati kondisi dan kegiatan murid secara nyata dengan tujuan untuk mendapatkan gambaran faktual mengenai perilaku murid, interaksi mereka, serta suasana spiritual di lingkungan madrasah; serta 3) Analisis dokumen sebagai data pendukung yang dikumpulkan melalui studi literatur dan analisis dokumen terkait, seperti artikel ilmiah dan catatan sekolah untuk memperkuat temuan yang didapat.

Langkah selanjutnya, data yang telah dikumpulkan dianalisis dengan pendekatan terstruktur untuk memahami perubahan kecerdasan spiritual murid secara lebih mendalam. Langkah-langkah analisis meliputi: 1) Reduksi data: data hasil wawancara, observasi, dan dokumen diorganisir dan disederhanakan ke dalam kategori-kategori yang relevan; 2) Penyajian data: data divisualisasikan dalam bentuk pola-pola yang muncul, seperti matriks atau grafik, untuk mengeksplorasi hubungan antar variabel; 3) Penarikan kesimpulan: tahap akhir yang melibatkan interpretasi temuan dengan mengaitkan hasil analisis dengan teori-teori relevan, seperti pendidikan spiritual dan puasa Senin-Kamis, serta konteks sosial-budaya di lingkungan MA PSA Istiqomah Islamiyah.

RESULTS AND DISCUSSION

Program Puasa Senin-Kamis di MA PSA Istiqomah Islamiyah Al-Furqon ini merupakan bagian dari pendidikan spiritual yang bertujuan untuk membiasakan murid menjalankan ibadah sunah. Meskipun puasa ini bersifat sunah, pihak madrasah mewajibkan pelaksanaannya di lingkungan sekolah dengan harapan setiap murid dapat berpuasa setidaknya sebulan sekali (pengasuhan). Dukungan penuh yang diberikan pihak madrasah salah satunya dengan menerapkan kebijakan pemadatan jadwal pelajaran, sehingga murid dapat pulang lebih awal (*wakakur*). Langkah ini diambil untuk menjaga stamina murid agar tetap prima meski sedang berpuasa. Selain itu, madrasah berkoordinasi dengan kantin dan pedagang di luar gerbang agar tidak berjualan selama program berlangsung, sehingga tercipta lingkungan yang kondusif untuk berpuasa (syahid).

Dalam rangka memecahkan permasalahan transfer nilai spiritual, penelitian ini menempatkan Puasa Senin-Kamis sebagai konsep dan prinsip dasar sekaligus instrumen praktis dalam pendidikan. Puasa sunah, yang secara historis memiliki landasan kuat dalam tradisi Islam, tidak hanya berfungsi sebagai ibadah vertikal tetapi juga sebagai latihan psikologis-edukatif (*training for self-control*) (Hasanah et al., 2023). Prinsip dasarnya adalah melatih disiplin diri (*self-discipline*), ketahanan emosional, dan empati terhadap sesama (Miftah et al., 2023). Efektivitasnya sebagai *tools* pendidikan sangat relevan dalam lingkungan pesantren yang menuntut kedisiplinan tinggi. Program ini menekankan bahwa pembiasaan ibadah bukan hanya rutinitas formal, melainkan bagian dari internalisasi nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian menekankan bahwa Puasa Senin-Kamis mampu meningkatkan aspek spiritual dan fisik, yang pada akhirnya membentuk akhlak mulia (Miftah et al., 2023).

Sebagai bentuk dukungan dan teladan, guru diwajibkan ikut serta dalam kegiatan puasa sunah, dengan dukungan dari orang tua yang dapat mendorong tercapainya tujuan program ini. Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan, hasil kegiatan puasa sunah Senin-Kamis ini menunjukkan adanya perkembangan signifikan pada aspek spiritual murid setelah program dilaksanakan. Salah satu narasumber mengungkapkan bahwa,

“Murid yang sebelumnya cenderung kasar dalam bertutur dan kurang mampu mengendalikan emosi kini menjadi lebih baik dalam mengontrol diri dan mengurangi perkataan negatif.”

Hal ini sejalan dengan pandangan yang menyatakan bahwa puasa berfungsi sebagai pelatihan pengendalian emosi, didukung oleh suasana kebersamaan yang meningkatkan keimanan dan membentuk perilaku positif (Novianti, 2023).

Tantangan Dalam Implementasi

Tantangan utama yang dihadapi adalah kurangnya kontrol terhadap murid setelah mereka pulang dari sekolah. Keterbatasan kewenangan ini menjadi hambatan, karena sebagian murid diketahui membatalkan puasa tanpa alasan yang jelas. Situasi ini menguatkan teori implementasi kebijakan George C. Edward III, yang menyoroti pentingnya komunikasi dan sumber daya yang memadai di seluruh lingkungan (Nurachma & Arenawati, 2024). Tantangan lainnya yakni keluhan sebagian murid yang merasa kurang bertenaga saat berpuasa, yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar. Meskipun madrasah telah mengambil langkah adaptif, seperti memadatkan jadwal, strategi tambahan, dan dukungan yang lebih luas dari orang tua serta lingkungan rumah sangat dibutuhkan. Hal ini sejalan dengan teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner yang menekankan pentingnya interaksi antara lingkungan rumah dan sekolah dalam membentuk karakter (Salsabila, 2018).

Dampak dan Evaluasi Program

Secara umum, program ini memberikan dampak yang signifikan terhadap pembentukan karakter spiritual murid. Puasa melatih murid untuk menahan diri, meningkatkan kesabaran, dan meningkatkan kesadaran diri. Terdapat perubahan perilaku positif yang menonjol, seperti berkurangnya kebiasaan berkata kasar. Perubahan ini tidak terjadi tiba-tiba, melainkan merupakan hasil interiorisasi nilai melalui pengalaman spiritual kolektif. Dampak positif program ini diindikasikan oleh adanya peningkatan kesadaran akan hubungan dengan Allah SWT, penanaman kesabaran dan pengendalian diri, pembentukan kedisiplinan dan tanggung jawab, pelatihan empati dan solidaritas, peningkatan keikhlasan, serta pengurangan perilaku negatif.

Madrasah juga menerapkan sanksi edukatif bagi murid yang tidak berpuasa tanpa alasan, yaitu dengan meminta mereka menulis *istighfar* sebanyak 200 kali. Salah satu narasumber mengungkapkan bahwa,

“Sanksi ini bertujuan membangkitkan kesadaran dan tanggung jawab, bukan sekadar hukuman. Pendekatan ini merupakan bentuk ta’dibiyah yang mendorong refleksi moral murid.”

Keberhasilan program ini sangat bergantung pada konsistensi implementasi, keteladanan guru, kebijakan yang adaptif, serta kolaborasi yang erat antara sekolah dan orang tua. Hal ini diperkuat oleh temuan penelitian sebelumnya yang secara konsisten menunjukkan dampak positif puasa Senin-Kamis terhadap kecerdasan emosional dan spiritual murid (Nurgi *et al.*, 2021; Permana, 2022).

Discussion

Pada bagian ini disajikan interpretasi mendalam terhadap temuan program puasa Senin-Kamis di MA PSA Istiqomah Islamiyah, dianalisis bagaimana hasil yang diperoleh berinteraksi dengan kerangka teori yang dirujuk, serta membandingkannya dengan literatur terkait untuk mengidentifikasi temuan baru.

Validasi Teoritis terhadap Pembentukan Karakter Spiritual

Temuan mengenai perkembangan signifikan murid, seperti berkurangnya tuturan kasar dan membaiknya pengendalian emosi, menjadi validasi empiris atas fungsi puasa sebagai pelatihan spiritual dan pengendalian diri. Analisis ini didukung oleh beberapa aspek berikut (Miftah *et al.*, 2023).

1. Aspek pengendalian diri (*self-control*): Perubahan perilaku murid dari kasar menjadi lebih terkontrol sejalan dengan pandangan bahwa puasa berfungsi sebagai pelatihan emosi. Puasa menciptakan kesadaran diri yang konstan, menuntut individu untuk menahan hawa nafsu fisik dan lisan, yang kemudian menjadi mekanisme kognitif untuk mengendalikan impuls negatif dalam kehidupan sehari-hari.
2. Internalisasi nilai kolektif: Kebijakan madrasah yang mewajibkan puasa di lingkungan sekolah, didukung oleh keteladanan guru, berhasil mengubah ibadah sunah menjadi ritual kebersamaan kolektif. Hal ini mempercepat proses interiorisasi nilai-nilai spiritual. Proses ini mengukuhkan temuan yang menyatakan bahwa puasa Senin-Kamis meningkatkan aspek spiritual dan fisik, yang secara sinergis membentuk akhlak mulia.

Analisis Tantangan Implementasi Berdasarkan Teori Kebijakan

Tantangan program yang paling menonjol adalah kurangnya kontrol otoritas madrasah terhadap murid setelah jam sekolah berakhir, di mana sebagian murid diketahui membatalkan puasa. Kesenjangan ini memberikan ruang diskusi yang kaya dari perspektif teori implementasi. Batasan Kewenangan dan Teori Edward III: Situasi ini merefleksikan hambatan kritis pada dimensi kontrol dari model implementasi

kebijakan George C. Edward III (Nurachma & Arenawati, 2024). Kebijakan madrasah sudah adaptif (komunikasi melalui pemadatan jadwal dan sumber daya melalui koordinasi kantin), namun kebijakan tersebut tidak memiliki mekanisme kontrol yang valid di luar lingkungan sekolah. Keterbatasan kewenangan ini menjadi titik lemah, yang membuat efektivitas program hanya terbatas pada waktu dan lokasi tertentu. Diskoneksi ekologis (Teori Bronfenbrenner), keluhan murid tentang stamina dan kegagalan puasa setelah pulang mencerminkan adanya koneksi antara dua sistem lingkungan. Mikrosistem sekolah (yang ketat dan mendukung puasa) dan ekosistem rumah/masyarakat (yang mungkin permisif atau tidak mendukung). Sesuai dengan teori, pembentukan karakter spiritual yang berkelanjutan memerlukan konsistensi interaksi positif antara lingkungan rumah dan sekolah. Tanpa dukungan orang tua yang setara, internalisasi nilai spiritual yang dibangun di sekolah akan tereduksi ketika murid kembali ke lingkungan rumah.

Perbandingan dengan Penelitian Terdahulu dan *Novelty* Temuan

Secara umum, temuan penelitian ini memperkuat dan memperluas literatur yang telah ada. Hasil yang menunjukkan peningkatan kesabaran, kedisiplinan, dan pengendalian emosi murid konsisten dengan sejumlah kajian yang secara kolektif menegaskan dampak positif puasa sunah terhadap peningkatan kecerdasan emosional dan spiritual (Nurgi *et al.*, 2021; Permana, 2022). Temuan ini juga sejalan dengan kajian internasional mutakhir yang menyimpulkan bahwa praktik *intermittent fasting*, termasuk puasa berbasis keagamaan, berkorelasi dengan perbaikan indikator psikologis, regulasi emosi, dan stabilitas suasana hati tanpa menimbulkan efek merugikan yang signifikan terhadap kinerja kognitif (Trabelsi *et al.*, 2024). Dalam konteks pendidikan karakter berbasis madrasah, efektivitas pembiasaan ibadah juga ditopang oleh mekanisme internalisasi melalui pengalaman, refleksi, dan keteladanan guru, sebagaimana penelitian terdahulu menemukan bahwa kombinasi pembiasaan (*habituation*) dan refleksi merupakan kunci keberhasilan pendidikan moral Islami di sekolah (Aisyah & Muchtar, 2021).

Meskipun demikian, berdasarkan hasil observasi lapangan dan wawancara mendalam dengan Ustaz Doni Kusuma, penelitian ini menyumbang dua temuan baru (*novelty*) dalam praktik pendidikan spiritual kelembagaan yang belum banyak dibahas secara rinci dalam literatur sebelumnya.

1. Inovasi kebijakan adaptif berbasis *political will* kelembagaan: Madrasah menerapkan strategi yang khas, yaitu pemadatan jadwal pelajaran oleh wakil kepala bidang kurikulum (wakakur) serta penertiban pedagang dan kantin sekolah untuk memitigasi risiko fisik dan gangguan lingkungan selama murid berpuasa. Strategi ini merupakan bentuk *political will* kelembagaan yang adaptif, yang memastikan bahwa ekosistem sekolah, baik secara fisik, sosial, maupun psikologis, benar-benar kondusif bagi pelaksanaan ibadah. Aspek implementatif semacam ini jarang didiskusikan secara mendalam dalam kajian serupa yang umumnya berhenti pada deskripsi normatif tentang manfaat puasa. Secara teoritis, praktik ini dapat dibaca sebagai upaya sekolah untuk secara sengaja mengelola *microsystem* dan *mesosystem* agar murid memperoleh lingkungan perkembangan yang koheren, sebagaimana ditekankan dalam perluasan teori bioekologi Bronfenbrenner (El Zaatari & Maalouf, 2022). Lebih jauh, pendekatan berbasis budaya sekolah dan kebijakan institusional yang konsisten diketahui mampu mengubah aktivitas religius menjadi norma kolektif yang menginternalisasi nilai pada diri murid (Hamid *et al.*, 2022).
2. Pergeseran paradigma dari hukuman ke refleksi moral: Penerapan sanksi berupa menulis *istighfar* sebanyak 200 kali bagi murid yang tidak berpuasa tanpa alasan *syar'i* merepresentasikan pergeseran paradigma dari konsep hukuman (*'iqāb*) menuju pendidikan dan refleksi moral (*ta'dibiyah*). Pendekatan yang dikemukakan oleh Ustaz Doni Kusuma ini tidak berorientasi pada efek jera, melainkan pada upaya membangkitkan kesadaran spiritual dan tanggung jawab personal murid kepada Tuhannya. Bentuk sanksi seperti ini sejalan dengan pergeseran global menuju *restorative* dan *reflective discipline*, yang

dalam tinjauan sistematis terbukti lebih efektif dalam mendorong akuntabilitas internal, penyesalan yang konstruktif, dan perubahan perilaku jangka panjang dibandingkan dengan pendekatan punitif konvensional (Lodi *et al.*, 2022). Dalam kerangka pendidikan Islam, sanksi reflektif semacam ini berfungsi sebagai jembatan antara disiplin eksternal dan kesadaran moral internal, sehingga memfasilitasi internalisasi nilai yang lebih mendalam dan berkelanjutan (Aisyah & Muchtar, 2021; Hamid *et al.*, 2022). Demikian, model sanksi *ta'dibiyah* yang diterapkan di MA PSA Istiqomah Islamiyah menawarkan kontribusi konseptual berupa sintesis antara tradisi disiplin Islami dan prinsip pedagogi reflektif kontemporer.

Meskipun program puasa Senin-Kamis terbukti sangat efektif dalam menanamkan kedisiplinan dan pengendalian diri selama murid berada di lingkungan madrasah, keberhasilan jangka panjang dan menyeluruh program ini sangat bergantung pada kemampuan madrasah dalam menjembatani kesenjangan kontrol dan komunikasi antara lingkungan sekolah (*microsystem*) dan lingkungan rumah (*mesosystem*). Tanpa sinergi lintas sistem yang konsisten, nilai spiritual yang terbangun di sekolah berisiko tereduksi ketika murid kembali ke ekosistem keluarga dan masyarakat yang belum tentu mendukung (Antony, 2022; Stanley & Kuo, 2022).

Implikasi Penelitian

Temuan adanya diskoneksi antara *microsystem* sekolah dan lingkungan rumah mengimplikasikan perlunya kemitraan yang lebih terstruktur antara madrasah dan orang tua melalui mekanisme komunikasi dua arah yang sistematis, seperti buku pemantauan ibadah harian, pertemuan berkala orang tua-guru, atau platform digital pelaporan progres murid. Tanpa jembatan ekologis ini, nilai spiritual yang ditanamkan di sekolah rentan tereduksi ketika murid kembali ke lingkungan rumah, sebagaimana ditegaskan dalam kerangka bioekologi Bronfenbrenner yang kontemporer (El Zaatari & Maalouf, 2022; Stanley & Kuo, 2022). Pada tataran kebijakan yang lebih luas, temuan ini mendukung perlunya pengakuan dan dukungan formal dari Kementerian Agama terhadap program pembiasaan ibadah sunah sebagai bagian dari penguatan profil pelajar berdimensi religius, yang ditopang oleh pelatihan bagi guru, pedoman implementasi, serta skema pemantauan. Penelitian lanjutan yang bersifat longitudinal, komparatif antar lembaga, maupun interdisipliner yang memadukan pedagogi, psikologi perkembangan, dan ilmu kesehatan, sebagaimana telah dirintis dalam studi internasional terkini, sangat diperlukan untuk memperkuat bukti empiris mengenai dampak jangka panjang program ini terhadap karakter spiritual murid.

CONCLUSION

Penelitian ini menyimpulkan bahwa program puasa Senin-Kamis yang diimplementasikan di MA PSA Istiqomah Islamiyah Pondok Modern Al-Furqon telah menunjukkan dampaknya dalam memperkuat pendidikan spiritual murid. Melalui pembiasaan ibadah sunah yang terstruktur, program ini berhasil mengembangkan karakter religius, meningkatkan kedisiplinan, kesabaran, dan keikhlasan, serta membentuk sikap sosial yang positif di kalangan murid. Keberhasilan program ini didukung oleh beberapa faktor kunci, di antaranya kebijakan internal madrasah, keteladanan para guru, dan komunikasi aktif dengan orang tua murid. Meskipun menghadapi tantangan seperti pengawasan yang terbatas di luar lingkungan sekolah dan penurunan energi murid, madrasah mampu mengatasinya dengan kebijakan yang adaptif dan pendekatan yang berfokus pada kebutuhan murid. Secara keseluruhan, temuan ini memberikan kontribusi signifikan terhadap literatur ilmiah, menegaskan bahwa integrasi ibadah sunah secara sistematis dapat menjadi strategi yang efektif untuk membangun lingkungan pendidikan yang religius, disiplin, dan berakhlak mulia.

AUTHOR'S NOTE

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan terkait publikasi artikel ini, hanya menjadi bagian dari tugas pada mata kuliah tertentu. Penulis menegaskan bahwa data dan isi artikel bebas dari plagiarisme.

REFERENCES

- Aisyah, A., Ismail, F., Zuhdiyah, Z., & Ismail, I. (2025). Islamic education in Indonesia: civilization and the development of national character. *Tofedu: The Future of Education Journal*, 4(4), 992-1004.
- Angel, A., Mutiara, A., Arya, A., Polem, A., & Nugraha, B. S. (2024). Nilai-nilai puasa dan implikasinya terhadap pendidikan karakter. *Maras: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(2), 723-731.
- Antony, E. M. (2022). Framing childhood resilience through Bronfenbrenner's ecological systems theory: a discussion paper. *Cambridge Educational Research e-Journal*, 9(1), 1-14.
- Aqillah, I. I. (2020). Puasa yang menajubkan (studi fenomenologis pengalaman individu yang menjalankan puasa Daud). *Jurnal Empati*, 10(2), 163-189.
- Azizi, N. H., Izzaturrahman, F., & Yassir, M. (2023). Fenomologi puasa Senin Kamis di Sekolah Tinggi Dirasat Islamiyah Imam Syafi'i Jember. *Al-Majaalis: Jurnal Dirasat Islamiyah*, 10(2), 263-280.
- El Zaatari, W., & Maalouf, I. (2022). How the Bronfenbrenner Bio-Ecological system theory explains the development of students' sense of belonging to school?. *Sage Open*, 12(4), 1-18.
- Faozi, A., & Himmawan, D. (2023). Nilai-nilai pendidikan spiritual menurut Syekh Zainal Abidin Abdul Karim Al Husaini dalam Kitab Al Barzanji. *Journal Islamic Pedagogia*, 3(1), 90-97.
- Giyarsi, G. (2023). Peningkatan kualitas pendidikan Islam melalui aspek spiritual : tinjauan terhadap praktek pendidikan spiritual. *An-Nuha: Jurnal Pendidikan Islam*, 3(4), 433-449.
- Gowasa, H., Tampubolon, H., & Simbolon, B. R. (2024). Analisis dampak pendidikan karakter dalam pembentukan moral anak. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(2), 1086-1095.
- Hamid, S., Hashim, N., & Rahman, A. (2022). Emotional attachment and moral internalization in faith-based schooling. *Journal of Beliefs and Values*, 43(3), 405-423.
- Harpetinah, H., Hakim, L. N., & Kholifah, U. N. (2023). Puasa dalam Al-Quran (kajian teks dan konteks serta implikasi etikanya). *Jurnal Kajian Islam Interdisipliner*, 8(2), 161-180.
- Hasanah, A. M., Kusnadi, K., & Marianti, L. (2023). Hubungan antara pelaksanaan puasa sunah dengan self control mahasiswa. *Journal of Society Counseling*, 1(3), 334-339.
- Huda, F. (2022). Pembentukan karakter melalui nilai-nilai edukatif puasa ramadhan menurut prespektif Al-Ghazali. *Taqorrub: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah*, 3(2), 67-80.
- Khaerunisa, K., & Arifin, M. Z. (2024). Pembentukan karakter santri melalui puasa sunnah Senin Kamis di Pondok Pesantren Modern An-Nuqthah Kota Tangerang. *Tarbawi: Jurnal Keilmuan Manajemen Pendidikan*, 7(2), 175-186.
- Lodi, E., Perrella, L., Lepri, G. L., Scarpa, M. L., & Patrizi, P. (2021). Use of restorative justice and restorative practices at school: A systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 1-34.
- Lubis, N., & Rahman, M. H. (2025). Holistic education in the perspective of imam Al-Ghazali's thought: the integration of intellect, spirit, and ethics. *Al-Fikru: Jurnal Ilmiah*, 19(2), 296-308.

- Miftah, Z., Burhanuddin, H., & Lastutik, S. (2023). Implikasi puasa Senin Kamis bagi akhlak siswa di MA Darussalam Deru Bojonegoro. *At-Tuhfah: Jurnal Studi Keislaman*, 12(2), 53-65.
- Mulyana, W., & Muntaqo, A. (2022). Efektivitas metode pembiasaan terhadap pembentukan karakter religius peserta didik kelas VII MTs Model Ihsaniyah Kota Tegal. *La-Tahzan: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 210 -237.
- Munawar, M., Zuhri, S., & Surasman, O. (2023). Pendidikan karakter dalam Al-Qur'an kajian atas tafsir Al-Ibriz karya Bisri Mustofa. *Jurnal Statement: Media Informasi Sosial dan Pendidikan*, 13(2), 49-62.
- Novianti, H. (2023). Fungsi puasa dalam membina kecerdasan emosional menurut hadis-hadis Rasulullah SAW. *Shahih (Jurnal Ilmu Kewahyuan)*, 6(2), 226-247.
- Nurachma, & Arenawati, A. (2024). Implementasi program sekolah penggerak dalam kebijakan Merdeka Belajar di Kabupaten Pandeglang. *Niagara Scientific Journal*, 16(1), 43-49.
- Nurgi, P. A., Hayati, F., & Afrianti, N. (2021). Pengaruh program keagamaan puasa Senin dan Kamis terhadap kecerdasan spiritual. *Prosiding Pendidikan Agama Islam*, 7(2), 114-117.
- Panji, A. L., Afendi, A. R., Ramli, A., Sudadi, S., & Mubarak, A. (2023). Pendidikan Islam dengan penanaman nilai budaya Islami. *Jurnal Pendidikan Islam Al-Ilmi*, 6(1), 9-21.
- Permana, I. S. (2022). Puasa Senin Kamis dan korelasinya dengan kecerdasan emosional-spiritual peserta didik. *Taklim: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 20(1), 37-46.
- Putra, K. S. (2024). konsep pendidikan spiritual Imam Al-Ghazali dan relevansinya terhadap pengembangan kurikulum pendidikan Islam. *Jurnal Ilmiah Guru Madrasah (JIGM)*, 3(2), 104-117.
- Rokhim, A., Sarnoto, A. Z., Raya, A. T., & Bahri, S. (2022). Ekosistem pendidikan dalam perspektif Al-Qur'an. *Jurnal Ilmiah AL-Jauhari: Jurnal Studi Islam dan Interdisipliner*, 7(2), 188-216.
- Sabir, N. F., & Srikandi, M. N. (2025). Falsafah ibadah puasa: Upaya pembentukan dan penguatan pengendalian diri di era modern. *Al-Ikhtiar: Jurnal Studi Islam*, 2(4), 568-580.
- Salsabila, U. H. (2018). Teori ekologi Bronfenbrenner sebagai sebuah pendekatan dalam pengembangan kurikulum pendidikan agama Islam. *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam*, 7(1), 139-158.
- Sapendi, S. (2015). Internalisasi nilai-nilai moral agama pada anak usia dini. *At-Turats*, 9(2), 17-35.
- Stanley, K., & Kuo, N. C. (2022). "It Takes a Village": approaching the development of school-family-community partnerships through Bronfenbrenner's socio-ecological perspectives. *Journal of Human Sciences and Extension*, 10(1), 1-15.
- Sumiarti, S., Usman, U., Hadi, M., Wendry, N., & Johendra, M. (2021). Tujuan pendidikan Islam menurut Al-Ghazali ditinjau dari perspektif hadis. *El-Sunah: Jurnal Kajian Hadis dan Integrasi Ilmu*, 1(2), 148-161.
- Tanjung, Y. F., Budianti, Y., & Arsyad, J. (2025). Adaptation of Islamic boarding schools to the changing times: a comparative study of curriculum modernization. *Ta'dib: Jurnal Pendidikan Islam*, 30(1), 155-171.
- Trabelsi, K., Ammar, A., Boukhris, O., Boujelbane, M. A., Clark, C., Romdhani, M., ... & Jahrami, H. (2024). Ramadan intermittent fasting and its association with health-related indices and exercise test performance in athletes and physically active individuals: an overview of systematic reviews. *British Journal of Sports Medicine*, 58(3), 136-143.