

PENERAPAN POLA MAKAN PENUNTUT ILMU SEBAGAI USAHA MENINGKATKAN PRAKTIK ADAB PADA PESERTA DIDIK KUTTAB AWAL 2C (USIA 6-7 TAHUN) DI KUTTAB AL-FATIH CIBINONG

Annisa Fitriani¹, Sonya Suci Ramadhani²

¹Universitas Negeri Jakarta, ²IPB University
fitrianiierwin@gmail.com

Abstrak

Islam menempatkan anak dalam kedudukan yang tinggi sehingga setiap anak perlu dibiasakan dengan hal-hal yang baik serta harus dilindungi dengan cara mendidik, meluruskan, dan mengajarkannya dengan akhlak yang baik. Adab dan akhlak yang mulia memiliki kedudukan yang tinggi di dalam Islam. Adab bagi seorang Muslim adalah segala perilaku yang baik, sopan santun, rasa hormat, dan kesesuaian dengan lingkungan. Pendidikan adab yang sesuai dengan Islam merupakan satu-satunya upaya yang dapat dilakukan untuk membentuk manusia yang beradab. Penelitian bertujuan mengetahui pengaruh penerapan pola makan sebagai usaha meningkatkan praktik adab anak. Penelitian ini termasuk kedalam penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi kasus. Data diperoleh dari hasil praktik adab peserta didik dengan teknik pengambilan data purposive sampling. Penelitian dilakukan di Kuttab Al-Fatih Cibinong. Teknik analisis data terdiri dari 3 tahap yaitu reduksi, penyajian, dan verifikasi data. Subjek penelitian berjumlah 12 orang peserta didik Kuttab Awal 2C (usia 6-7 tahun) Kuttab Al-Fatih Cibinong. Hasil yang didapatkan dari penelitian adanya kenaikan praktik adab penuntut ilmu yang awalnya 43% menjadi 61%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan sebanyak 18% selama 3 bulan penerapan pola makan penuntut ilmu.

Kata kunci : Adab, Anak, Pendidikan, Pola Makan

Abstract

Islam places children in a high position so that every child needs to be accustomed to good things and must be protected by educating and teaching them with good adab. Adab and morals have a high position in Islam. Muslims refer to Adab as good manners, courtesy, respect, and appropriateness. Adab education in accordance with Islam is the only effort that can be made to form civilized humans. This research aims to analyze the effect of adopting a student's diet as an effort to improve child adab. This research is included in qualitative research with a case study approach. Data were obtained from result of child adab practice using purposive sampling data collection techniques. The research was conducted at Kuttab Al-Fatih Cibinong. The data analysis technique consists of 3 stages, namely data reduction, display, and verifying. The research subject was 12 students of Kuttab Awal 2C (6-7 years old) Kuttab Al-Fatih Cibinong. The results showed an increase in the student adab practice from initially 43% to 61%. This shows an increase of 18% during 3 months of implementing the student's diet.

Key words: Adab, Child, Diet, Education

PENDAHULUAN

Anak pada umumnya diartikan sebagai seseorang yang lahir dari hubungan biologis antara pria dan wanita. Anak dapat pula diartikan sebagai seorang lelaki dan perempuan yang belum dewasa atau mengalami masa pubertas (Krisna, 2018). As-Sa'di (2019) menjelaskan di dalam tafsir surah Ali-Imran ayat 14 bahwa anak adalah salah satu keindahan yang mengisi jiwa dan merupakan cita-cita terbesar bagi manusia. Islam menempatkan anak

kepada kedudukan yang mulia. Sehingga orang tua diingatkan untuk bertanggung jawab terhadap anak-anak yang diibaratkan memiliki hati suci seperti perhiasan yang berharga. Karenanya, setiap anak perlu dibiasakan dengan hal-hal yang baik, serta harus dilindungi dengan cara mendidik, meluruskan, dan mengajarkannya dengan akhlak yang baik (Fillah, 2023). Di antara tujuan pendidikan orang tua terhadap anak adalah menjaga fitrah sang anak di atas Islam yang dapat ditempuh melalui pendidikan

ruhiyah, pendidikan akal, pendidikan jiwa, dan pendidikan jasmani. Keempat pendidikan tersebut tidak lain adalah membimbing dan menyiapkan sang anak tidak hanya untuk kehidupan dunia, tetapi juga untuk akhiratnya (Syantut, 2019).

Hal di atas selaras dengan makna filsafat pendidikan yang dikemukakan oleh Al-Ghazali dalam Al-Kilani (2022) bahwa tujuan pendidikan adalah mewujudkan kebahagiaan akhirat yang diraih dengan keberadaan ilmu dan amal, sehingga seseorang mengalami perubahan perilaku moral menjadi lebih baik. Cahaya ilmu yang menyinari hati seseorang, akan menjadikan moralnya semakin baik (Al-Kilani, 2022). Padamnya cahaya ilmu pada hati seorang pelajar, tidak lain adalah karena mereka tidak mengamalkan adab dan akhlak yang baik di dalam majelis ilmu. Padahal para Ulama *salafush shalih* menaruh perhatian sangat besar terhadap adab ketika menuntut ilmu. Karena ilmu adalah perhiasan bagi setiap muslim dan merupakan landasan manusia dalam melakukan seluruh aktivitas ibadah. Hal itulah yang membuat Imam Malik mempelajari adab dari gurunya selama 10 tahun dan mengatakan, "Pelajarilah adab sebelum mempelajari suatu ilmu." Hal senada juga dikatakan oleh Habib bin Asy-Syahid kepada anaknya, "Wahai anakku, berkawallah dengan para fuqaha dan ulama, belajarlah dari mereka dan ambillah adab mereka, karena hal itu lebih aku sukai daripada banyak hadits."

Makna adab identik dengan akhlak. Karena adab adalah bagian dari akhlak Islam dan merupakan semua kandungan agama. Ibnul Qayyim dalam Purnamasari (2021) berpendapat bahwa akhlak harus diajarkan kepada anak sejak dini, sehingga mengantarkannya kepada pengenalan terhadap Tuhannya, hak dan kewajiban sebagai hamba Allah, serta memiliki etika dan adab yang baik (Purnamasari, 2021). Kebutuhan pendidikan adab dan akhlak pada masa sekarang begitu mendesak guna mencegah generasi muda dari degradasi moral. Kendati demikian, Nata dalam artikelnya yang berjudul Pendidikan Karakter Untuk Menjawab Tantangan Abad Ke-21 mengatakan bahwa Pendidikan saat ini tidak lagi mengemban misi pendidikan karakter bangsa, melainkan lebih cenderung sebagai bagian dari usaha bisnis yang mencari keuntungan, dengan tidak memperhatikan pendidikan karakter bangsa. Itulah sebabnya tidak mengherankan jika saat ini, berbagai tindakan kriminal dan pelanggaran hukum, norma agama, dan susila banyak dilakukan di kalangan para pelajar khususnya dan masyarakat pada umumnya (Nata, n.d.).

Karenanya, guru sebagai pilar utama dalam pembentukan karakter siswa perlu memahami tugas besarnya, yaitu mendidik moral, akhlak, atau adab selain mengajar, sebagaimana yang dinyatakan oleh Cheng, dkk "*Teachers should not pay attention only to academic performance, but also places to improve the level of moral education and enhance the development of a student. Moral education is a vital part of whole-person education because it fosters*

students' positive values and attitudes." (Cheng et al., 2021). Proses pembelajaran di Lembaga Pendidikan yang berlangsung sejak anak-anak hadir di sekolah hingga kembali kepada orangtua mereka, harus menjadi momen yang dapat dimanfaatkan untuk menanamkan pendidikan karakter siswa yang meliputi empat komponen sebagaimana perkataan Nucci dalam jurnalnya, "*character as a system that includes four components: moral cognition, otherrelated social-emotional capacities and skills, self-regarding capacities for executive control and self-regulation, and discourse skills for responsive engagement and an orientation for principled moral change.*" (Nucci, 2019). Hal ini menuntut guru untuk mengupayakan proses pendidikan terbaik melalui kepekaan, pemberian motivasi, dan pemberian teladan yang baik dalam perilaku dan perkataan. (Srianita et al., 2019). Melengkapi pernyataan tersebut, Annisa, dkk menyebutkan salah satu teladan pendidikan karakter di sekolah melalui kegiatan makan bersama pada guru dan siswa pada saat jam istirahat. Dengan begitu, akan menumbuhkan sifat kebersamaan dan kedekatan antara murid dengan guru (Annisa et al., 2020).

Pernyataan di atas selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mutiawati bahwa kegiatan makan anak dapat membentuk karakter religius melalui proses sosialisasi norma dan nilai dengan proses identifikasi nilai (moral knowing), internalisasi nilai melalui keteladanan guru (moral understanding) dan pembiasaan (moral acting). sebagai *role model*, fasilitator dan motivator merupakan kunci keberhasilan dalam pembentukan karakter religius yang meliputi aspek ketaatan dan perbuatan baik seperti khusyu, syukur, qanaah dan toleransi. Pendapat tersebut juga didukung oleh hasil penelitian Afdal Al-Kasim bahwa baiknya fisik dan ruh seseorang dipengaruhi oleh makanan thoyyib dan halal yang dikonsumsi. Maka, anak yang mengonsumsi makanan haram akan cenderung melakukan perbuatan tercela karena ruh dan akalnya telah rusak. Matanya akan melihat sesuatu yang diharamkan agama, telinganya tidak akan peka dengan kebaikan yang didengarnya, hatinya tidak dapat membedakan sesuatu yang baik dan buruk, serta akalnya akan sulit menerima ilmu. Dalam rangka melahirkan kembali peradaban, kemuliaan kedudukan adab dalam mempelajari ilmu menuntut manusia untuk mengupayakan dirinya agar memperoleh adab yang baik dalam menuntut ilmu, di antaranya adalah dengan memperhatikan tubuh dan makanan yang dikonsumsi (Kasim, 2017).

Kuttab Al-Fatih Cibinong merupakan salah satu lembaga pendidikan yang berada di desa Sukahati, Kec. Cibinong, Kab. Bogor. Pendidikan di Kuttab Al-Fatih ditempuh melalui kurikulum adab sebelum ilmu dan iman sebelum Qur'an. Dalam rangka menunjang kebutuhan tubuh peserta didik dalam fisik dan ruhiyah mereka untuk menuntut ilmu, terdapat kegiatan kudapan setelah pembelajaran Qur'an yang menjadi jembatan transisi menuju pembelajaran Iman. Hasil observasi menunjukkan

bahwa setiap kudapan yang disediakan oleh Orangtua untuk peserta didik selama dua hari dalam sepekan bervariasi jenis, jumlah, dan bentuknya. Selama kegiatan observasi juga diperoleh informasi tentang beragamnya aktivitas peserta didik. Sehingga dapat dicermati bahwa kondisi pola makan dan aktivitas yang demikian ada kemungkinan mempengaruhi praktik adab peserta didik di dalam majelis ilmu. Untuk itu, dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh Penerapan Pola Makan Penuntut Ilmu sebagai Usaha Meningkatkan Praktik Adab Pada Peserta didik Kuttab Awal 2C di Kuttab Al-Fatih Cibinong.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang digunakan untuk menguji teori dan hipotesis. Penelitian kualitatif diterapkan dalam konteks suatu kejadian natural, mengikuti alur alami, bebas meneliti konsep-konsep dan kategori pada setiap peristiwa selanjutnya memberi makna pada subjek penelitian. Observasi merupakan salah satu dasar fundamental dari semua metode pengumpulan data dalam penelitian kuantitatif. Observasi *in situ* merupakan proses mengamati hal-hal apa saja yang nyata berdasarkan pengalaman di tempat kejadian berlangsung (Hasanah, 2016:27-28).

Penelitian dilaksanakan di Kuttab Al Fatih Cibinong, Kabupaten Bogor, Jawa Barat pada Tahun Pelajaran 2022/2023. Penelitian dilakukan selama 6 bulan, 3 bulan pertama bertujuan observasi kontrol (Semester genap) sedangkan 3 bulan selanjutnya bertujuan observasi setelah diberikan perlakuan (Semester ganjil). Subjek penelitian ini dipilih dengan metode *purposive sampling* yaitu seluruh peserta didik Kuttab Awal 2C (umur 6-7 tahun) yang berjumlah 12 orang. Data penelitian ini berupa hasil observasi praktik adab peserta didik yang diperoleh dari nilai lembar observasi aktivitas pada jam iman hari senin-kamis.

Analisis data yang digunakan terdiri dari 3 tahapan, yaitu reduksi, penyajian, dan verifikasi data (Hasanah, n.d.). Tahap reduksi data dilakukan dengan observasi dan pengumpulan hasil penelitian berupa hasil praktik adab. Tahap penyajian data dilakukan dan bentuk tabel dan gambar yang terstruktur. Tahap verifikasi data dilakukan penarikan kesimpulan dari data yang diperoleh berupa deskripsi.

Indikator penilaian praktik adab yang dijadikan instrumen penelitian pada penelitian ini adalah adab penuntut ilmu khususnya adab ketika duduk bersama guru (Badrudin Ibnu Jama'ah Al-Kinani Asy-Syafi'i, 2020). Didasarkan pada Tabel 1.

Tabel 1. Indikator Penilaian Praktik Adab

No.	Indikator Adab
1	Memastikan pakaian rapi, menjulurkan pakaian menutup telapak kaki
2	Duduk sila
3	Tenang dan khusyu'
4	Diam menyimak
5	Memandang ke arah guru
6	Tidak menoleh atas, kanan, kiri, atau bawah tanpa kebutuhan mendesak
7	Tidak bersandar
8	Tidak memainkan salah satu/beberapa anggota tubuh atau pakaian atau benda di sekitar
9	Tidak memperbanyak perkataan tanpa kebutuhan

Data penelitian ini berupa hasil observasi praktik adab peserta didik yang diperoleh dari nilai lembar observasi aktivitas pada jam iman hari senin-kamis. Peneliti mengembangkan metode pencatatan dengan menggunakan daftar centang (Tabel 2.) sebagai metode pencatatan hasil observasi. Menurut Beaty (2008) daftar centang adalah daftar sifat atau perilaku spesifik yang ditata dalam urutan logis. Peneliti memberi tanda ada atau tidak ada perilaku ketika pengamatan. Daftar centang dipandang efisien dalam pencatatan observasi karena memudahkan observer mengetahui perilaku-perilaku yang diamati secara cepat, sederhana, dan memudahkan interpretasi.

Tabel 2. Instrumen Daftar Centang Praktik Adab

No.	Nama Peserta Didik	Poin indikator adab									Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	
1	AMH										
2	AFAR										
3	AT										
4	MHA										
5	MHA										
6	MRW										
7	MMM										
8	MHA										
9	NURS										
10	TAQ										
11	ZPS										
12	ZAP										
Rerata											

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini memfokuskan pada upaya peningkatan adab peserta didik ketika sedang duduk bersama guru ketika KBM (Kegiatan Belajar

Mengajar). Proses KBM di Kuttab Al Fatih terdiri atas Jam Qur'an, Jam Iman, dan Jam Olahraga. Pengaruh makanan terhadap praktik adab peserta didik Kutab Awal 2C dapat diobservasi ketika KBM dimulai setelah waktu kudapan. Jam Qur'an memiliki satu waktu melaksanakan KBM setelah kudapan yaitu pada hari selasa, sedangkan KBM Jam Iman seluruhnya dilaksanakan setelah kudapan (Tabel 2). Kegiatan Jam Iman ialah pembahasan ayat-ayat Al-Qur'an serta pembelajaran baca, tulis, dan hitung, kecuali di hari juma'at. Jam Iman pada hari jum'at berisi kegiatan pengulangan materi Jam Iman di KBM sebelumnya dan pembelajaran sholat. Melalui KBM Jam Iman, diharapkan peserta didik dapat memahami pokok kebutuhan pokok hidup. Bahwa tidak ada detik, nafas, dan kehidupan yang kita jalani tanpa iman. Berdasarkan analisis jadwal KBM, peneliti memilih untuk melakukan observasi praktik adab pada Jam Iman setiap hari senin-kamis.

Tabel 3. Jadwal KBM Kuttab Awal 2C

Waktu	Kegiatan		
	Senin, Rabu, Kamis	Selasa	Jum'at
07.15-07.30	Ikrar	Ikrar	Ikrar
07.30-07.45			Berkisah
07.45-08.00		Jam Olahraga	
08.00-08.15			
08.15-08.30			
08.30-08.45	Jam Qur'an	Kudapan	Tasmi'
08.45-09.00		Pengkon- disian	
09.00-09.15			Kudapan
09.15-09.30			Pengkon- disian
09.30-09.45	Kudapan	Jam Qur'an	
09.45-10.00	Pengkon- disian		Jam Iman dan Pulang
10.00-10.15			
10.15-10.30			
10.30-10.45	Jam Iman	Jam Iman	
10.45-11.00			
11.00-11.15			
11.15-11.30			
11.30-11.45			
11.45-12.00	Sholat Dzuhur	Sholat Dzuhur	
12.15-12.30			
12.30-12.45	Makan Siang dan Pulang	Makan Siang dan Pulang	

Penelitian ini dilakukan dengan mencatat hasil observasi setiap Jam Iman berlangsung. Selama 6 bulan penelitian, guru kelas melakukan perlakuan

yang sama untuk peningkatan pemahaman dan praktik adab peserta didik di setiap KBM berlangsung, antara lain salam, hamdallah, sholawat, do'a, membaca ayat, terjemah, dan tafsir ayat yang dipelajari, berkisah, berdoa, serta mempelajari baca, tulis, dan hitung. Keseluruhan perlakuan selalu diiringi dengan mengulang-ulang motivasi untuk melaksanakan praktik adab yang baik karena adab yang baik merupakan awal dari keberkahan ilmu.

Ilmu adalah warisan paraNabi. Ia diibaratkan sebagai cahaya dan kehidupan yang bersumber dari kitab-Nya, syariat-Nya, serta iman yang ada di dalam hati para Rasul dan para hamba-Nya yang beriman (As-Sa'di, 2020). Allah memerintahkan setiap muslim untuk menuntut ilmu, karena ilmu adalah hiasan, keutamaan, dan alamat pujian bagi pemiliknya (Burhanuddin Az-Zarnuji, 2021). Ilmu yang bermanfaat dan menancap di dalam hati, maka akan menjadikan hati tersebut merasa *khusyu'*, takut, tunduk, mencintai, dan mengagungkan Allah. Karenanya, tanda seseorang yang mendapatkan keberkahan ilmu, tidaklah hanya diukur dengan banyak dan luasnya ilmu yang dimiliki. Namun keberkahan ilmu ditandai dengan takutnya seseorang kepada Allah *Ta'ala* dan bertaubat (kembali) kepada-Nya (Muhammad bin Shalih Al-'Utsaimin, 2012). Hal tersebut senada dengan pesan Ibunda seorang ulama, yaitu Sufyan At-Tsauri kepada dirinya, "Wahai puteraku, jika engkau telah mencatat sepuluh kalimat, maka perhatikan; Apakah engkau bertambah takut (kepada Allah), sabar, dan sopan? Jika engkau tidak demikian, maka ketahuilah bahwa semua kalimat tadi akan membahayakanmu dan tidak bermanfaat bagimu." (Sufyan bin Fuad Baswedan, 2019).

Para Ulama salafush shalih menaruh perhatian sangat besar terhadap adab. Karena Adab merupakan perkara-perkara baik dalam diri manusia, baik dalam ucapan atau perbuatan yang diperoleh melalui proses pendidikan, sebagaimana pendidikan adab yang diberikan Allah kepada Rasul-Nya. Sehingga berakhlak mulia serta beradab yang santun menjadi ciri umat Islam. Rustam bahkan secara gamblang menjelaskan bahwa Islam memandang bahwa segala sesuatu harus dilakukan dengan akhlak dan adab yang baik, termasuk dalam hal menuntut ilmu. Kebutuhan penuntut ilmu dengan adab sama seperti kebutuhan jiwa terhadap udara. Dan dengan adab lah, seseorang dapat memahami ilmu. Hal tersebut menjadi dasar pendapat bahwa seorang penuntut ilmu dalam kegiatan belajarnya harus memiliki niat yang ikhlas dan hanya untuk Allah, mencari keridhoan-Nya, berhias diri dengan adab islami, dan berakhlak dengan akhlak Nabi Muhammad *shallallahu 'alaihi wasallam* (Rustam, 2017).

Setiap waktu kudapan, guru memberikan pemahaman bahwa makanan berpengaruh terhadap proses kegiatan belajar. Secara umum, kudapan merupakan waktu memakan makanan ringan yang sangat banyak variasinya. Kudapan dijadikan pula sebagai selingan ketika seseorang melakukan

aktivitas (B & Nadimin, 2021). Adapun secara khusus, kegiatan kudapan di Kuttab Al-Fatih dimaknai tidak hanya sebagai waktu selingan untuk makan, namun merupakan momen bagi guru dan peserta didik untuk membangun kedekatan dalam suasana yang lebih akrab. Kudapan, guru juga menjadi salah satu waktu untuk meluruskan adab makan dan minum peserta didik. Karena pada waktu makan, fitrah akan anak selalu berusaha untuk tampil apa adanya, dengan menampilkan perbuatan yang layak ataupun keliru. Maka pada momen inilah orangtua meluruskan kesalahan-kesalahan anak, sebagaimana Nabi *Shallallahu 'alaihi wasallam* yang memperhatikan dan mencermati sejumlah kesalahan yang dilakukan sahabatnya ketika makan, kemudian meluruskannya. Kegiatan kudapan juga menjadi momen bagi guru dan peserta didik Kuttab Al-Fatih untuk berdialog keimanan. Guru menguatkan rasa syukur peserta didik terhadap rezeki makanan yang bisa mereka nikmati. Karena satu suap makanan yang masuk ke dalam mulut adalah bentuk kasih sayang dan belas kasihan Allah kepada hamba-Nya (Ibnu Rajab Al-Hanbali, 2018). Dan Allah telah menempatkan gizi yang terbaik, paling halus dan ringan untuk dikirim ke ruh. Dan setiap indra serta organ tubuh akan menerima gizi itu sesuai porsinya. Termasuk juga otak yang akan menerima gizi yang sesuai kehalusan dan keseimbangannya (Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah, 2017). Hal ini terdapat dalam surah 'Abasa ayat 24 yang artinya, "*Maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya.*"

Dani (2021) menyimpulkan bahwa pola makan Rasulullah lebih sering melakukan kombinasi dua sifat makanan yang berpasangan untuk menjaga keseimbangan tubuh (Dani, 2021). Organ tubuh seperti mata, telinga, dan khususnya ruh serta akal sangat berperan penting dalam aktivitas menuntut ilmu. Karenanya, guru mengingatkan peserta didik untuk hanya mengonsumsi makanan yang halal dan sehat serta tidak berlebihan. Guru pun memotivasi peserta didik untuk mengurangi konsumsi makanan-makanan yang mengandung bahan pengawet, pewarna, dan penyedap sintetis. Hal ini didasari oleh perkataan Rasulullah *shallallahu 'alaihi wassalam* yang artinya, "*Akan ada lelaki dari umatku yang mereka makan beraneka ragam warna makanan dan minum beraneka ragam warna minuman, dan mengenakan beraneka ragam warna pakaian dan mereka tidak bisa menjaga ucapannya. Mereka itu adalah umatku yang paling banyak keburukannya.*" (HR. at- Thabrani). Namun, selama 3 bulan ini guru tidak melakukan perlakuan terhadap makanan yang peserta didik bawa dan konsumsi di sekolah.

Allah telah memerintahkan manusia untuk memakan makanan yang halal dan thoyyib (baik) di dalam surah Al-Baqarah ayat 168 yang artinya, "*Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi.*" Dalam ayat tersebut, Allah memerintahkan kepada seluruh manusia untuk memakan makanan yang halal dan baik, yaitu: (1) makanan halal yang bukan dari

rampasan maupun curian, bukan pula diperoleh dari hasil transaksi bisnis yang diharamkan, atau dalam bentuk yang diharamkan, serta (2) makanan baik yaitu makanan yang tidak kotor seperti bangkai, darah, daging babi, dan seluruh hal-hal yang kotor dan jorok (As-Sa'di, 2019a).

Melengkapi pernyataan di atas, dalam surah Al-Baqarah ayat 172, Allah mengkhususkan perintah hanya kepada orang beriman, untuk memakan makanan yang baik, "*Wahai orang-orang yang beriman! Makanlah dari rezeki yang baik yang Kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika kamu hanya kepada-Nya menyembah.*" Yang demikian itu karena dari rezeki makan yang baik dari Allah lah orang-orang beriman dapat menggunakannya untuk menjalankan ketaatan kepada Allah dan menjadikannya menjadi orang-orang yang bertakwa. Dan dengannya kita diingatkan untuk bersyukur kepada Allah atas segala nikmat-nikmat-Nya. Karena orang yang bersyukur kepada-Nya, berarti ia telah beribadah kepada-Nya dan menunaikan apa yang telah Dia perintahkan. Ayat ini juga menunjukkan bahwa memakan hal-hal yang baik adalah penyebab amal shalih dan diterimanya amal tersebut (As-Sa'di, 2019b).

Keutamaan makanan yang halal dan baik lainnya adalah sebagaimana kisah yang disabdakan oleh Rasulullah *shallallahu 'alaihi wasallam*, tentang seseorang yang melakukan perjalanan panjang, berambut acak-acakan dan warna kulitnya berubah, kemudian ia mengangkat kedua tangannya ke langit (seraya berdoa) "*Wahai Rabbku, wahai Rabbku!*" Sementara makanan, minuman, pakaian yang dipakainya berasal dari yang haram, serta tubuh dan ruhnya diberi makan dengan sesuatu yang haram. Maka akibat dari semua itu adalah do'anya tidak dikabulkan (HR. Muslim no. 1015). Berdasarkan hadits tersebut, Imam An-Nawawi menjelaskan bahwa syarat doa seseorang dikabulkan Allah ialah dengan memakan makanan yang halal (An-Nawawi & dkk, 2017).

Melalui kegiatan kudapan yang rutin dilakukan selama lima hari dalam satu pekan tersebut, guru mengamati pola makan peserta didik. Pola makan merupakan gambaran mengenai cara pemenuhan kebutuhan nutrisi bagi seseorang yang diwujudkan dalam bentuk konsumsi jenis makanan, jumlah makanan dan frekuensi makan setiap harinya. (Handayani, n.d.). Pola makan yang didukung dengan gizi seimbang akan diolah menjadi energi untuk menunjang pertumbuhan dan melakukan aktivitas harian. (Damara Utami et al., 2020). Makanan yang mendukung pertumbuhan jasmani anak juga akan berpengaruh terhadap jiwa mereka, yaitu membentuk karakter positif anak. (Balai Pengembangan PAUD dan Dikmas Daerah Istimewa Yogyakarta, n.d.).

Hasil pengamatan 3 bulan pertama pada bulan September, Oktober, dan November menunjukkan bahwa Peserta didik Kuttab Awal 2C memiliki nilai praktik adab yang fluktuatif setiap harinya. Peserta didik yang memiliki praktik adab belum baik

didominasi oleh orang yang sama setiap hari, kecuali pada hari Selasa.

Tabel 4. Hasil Praktik Adab Peserta didik

Nilai	Senin, Rabu, Kamis	Selasa
Rerata	10 orang	5,7 orang
Persentase	85%	43%

KBM Jam Iman yang dilaksanakan di hari senin, rabu, dan kamis menunjukkan bahwa peserta didik yang sudah melaksanakan praktik adab penuntut ilmu rata-rata sebanyak 10 orang atau 85%. Sisanya, rata-rata sebanyak 2 peserta didik masih perlu dimotivasi dan dingatkan beberapa kali untuk melaksanakan praktik adab. Berbeda dengan hasil yang ditunjukkan di hari Selasa, rata-rata peserta didik yang melaksanakan praktik adab lebih sedikit, yaitu sebesar 5-6 orang saja atau 43%. Lauria *et al.* (2021) memaparkan hasil penelitian di berbagai negara terkait pola makan, hasilnya anak-anak dan remaja memiliki pemilihan makanan dan pola makan dengan kualitas yang lebih buruk dibandingkan dengan pola makan orang dewasa (Lauria *et al.*, 2021). Hal ini menurut Carthy, CM *et al* (2022) disebabkan anak-anak dan remaja terpapar iklan-iklan makanan olahan yang tidak sehat dari internet, media publikasi yang menarik perhatian, dan permainan interaktif (Mc Carthy *et al.*, 2022).

Penelitian selanjutnya dilakukan selama 3 bulan di bulan Januari, Februari, dan Maret. Guru memberikan perlakuan tambahan pada penelitian ini, yaitu membatasi jumlah serta jenis makanan yang dikonsumsi oleh peserta didik selama waktu kudapan. Peserta didik hanya diizinkan untuk makan secukupnya, tidak diizinkan untuk terlalu kenyang. Jika guru mendapati peserta didik membawa makanan dengan jumlah yang banyak, guru akan merekomendasi kepada peserta didik untuk berbagi makanan dengan teman atau guru. Hal ini dilakukan sebagai upaya menerapkan sabda Rasulullah *shallallahu 'alaihi wasallam* bahwa "*Tidaklah anak Adam memenuhi tempat yang lebih buruk daripada perutnya, ukuran bagi (perut) anak Adam adalah beberapa suapan yang hanya dapat menegakkan tulang punggungnya. Jika jiwanya menguasai dirinya, maka sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minum, dan sepertiga untuk bernafas.*" (HR. Ibnu Majah no. 3340). Hadits tersebut merupakan landasan untuk memahami kiat hidup Rasulullah yang didukung oleh pernyataan Abdurrazzaq (2019) bahwa Rasulullah tidak pernah makan berlebihan hingga kenyang. Beliau makan ketika lapar dan berhenti sebelum merasa kenyang (Abdurrazzaq bin Abdil Muhsin Al-Badr, 2019). Pendapat tersebut senada dengan pernyataan Ibnu Rajab (2018) bahwa bahwa manfaat dari sedikit makan bagi baiknya hati adalah hati akan semakin lembut, pemahaman semakin mantap, jiwa semakin tenang, hawa nafsu jelek tertahan, dan marah semakin terkendali. Seorang dokter di masa silam bernama Ibnu Masawaih ketika membaca hadits tersebut pun berkata bahwa, "andai kaum muslimin mengamalkan isi hadits ini, niscaya mereka akan selamat isi hadits

ini, niscaya mereka akan selamat dari berbagai penyakit."

Dalam rangka mengamalkan pola makan yang halal dan baik, peserta didik pun tidak diizinkan mangonsumsi makanan yang mengandung gula, gluten, serta bahan pengawet, pewarna, dan penyedap sintetik kecuali hanya sebatas mencicipi saja. Ketika mendapati ada peserta didik yang membawa kudapan berbahan tersebut, guru akan merekomendasikan peserta didik untuk membawa kembali kudapannya ke rumah dan mengonsumsi makanan lain yang diberi oleh guru atau temannya.

Selain itu, peserta didik tidak disarankan makan sambal minum atau minum langsung sebelum atau sesudah makan. Berkata Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dalam Dani (2021), "*Bukanlah bagian petunjuknya Nabi sambal makan sambal minum karena kan merusak tubuhnya, terlebih minum air panas atau dingin. Sesungguhnya hal tersebut sangat jelek.*" Perkataan ini sesuai dengan anatomi fisiologi lambung, yaitu untuk mencerna dan melembutkan makanan sehingga siap dicerna usus. Lain halnya jika dengan langsung minum dan makanan belum halus sehingga membahayakan *sprinter pyori*.

Berdasarkan hasil pengamatan sebelumnya (Tabel 4.) bahwa hari Selasa peserta didik Kuttab Awal 2C hanya 43% saja yang melaksanakan praktik adab penuntut ilmu, maka peneliti memfokuskan penyampaian data praktik adab pada hari Selasa saja. Adapun hasil praktik adab peserta didik di penelitian sebelum dan setelah perlakuan pada hari senin, rabu, dan kamis memiliki nilai yang sama yaitu rata-rata 10 orang atau 85%.

Praktik adab peserta didik yang dilaksanakan di KBM Jam Iman hari Selasa menunjukkan hasil yang lebih rendah daripada hari lainnya. Terdapat beberapa kemungkinan hal ini terjadi, diantaranya karena pada hari Selasa peserta didik Kuttab Awal 2C melaksanakan kegiatan olahraga, waktu kudapan berubah, atau tidak ada jeda istirahat antara Jam Qur'an dan Jam Iman.

Kegiatan olahraga bagi penuntut ilmu memang sangat penting. Fisik yang sehat dan bugar akan memudahkan penuntut ilmu untuk lebih cepat memahami ilmu. Kegiatan olahraga juga berfungsi untuk melatih motorik kasar peserta didik sehingga sistem syarafnya terintegrasi untuk melakukan hal-hal yang erat kaitannya dengan penuntut ilmu seperti membaca, menulis, dan berhitung.

Jam olahraga dengan jeda istirahat berkurang karena harus berganti pakaian, membuat persiapan peserta didik untuk melakukan aktivitas selanjutnya sedikit terhambat. Tidak jarang, peserta didik masih merasa gerah, berkeringat, jantung berdebar, dan masih ingin melakukan aktivitas fisik karena kegiatan olahraga belum cukup untuk menyalurkan energinya. Hal ini berpotensi menurunkan praktik adab peserta didik ketika masuk Jam Iman karena kurangnya ketenangan fisik.

Waktu kudapan peserta didik Kuttab Awal 2C di hari Selasa mengalami perubahan yang awalnya pukul 09.30 WIB menjadi pukul 09.00 WIB.

Kudapan setelah melakukan aktivitas fisik yang melelahkan membuat peserta didik ingin kudapan sampai kenyang. Pun peserta didik menyadari bahwa nanti Jam Qur'an dan Jam iman tidak ada jeda, sehingga mereka harus mengisi energi lebih banyak. Hal ini berpotensi membuat peserta didik merasakan sangat kenyang, mengantuk, dan kurang konsentrasi ketika kegiatan Jam Iman.

Kegiatan pembelajaran pada hari senin, rabu, dan kamis memiliki jeda antar Jam Qur'an dan Jam Iman, sehingga peserta didik dapat mengistirahatkan fisik dan pikirannya. Lain hal nya dengan hari selasa, peserta didik tidak memiliki waktu jeda antara Jam Qur'an dan Jam Iman. Hal ini berpotensi menimbulkan rasa bosan ketika menuntut ilmu karena fisik dan pikirannya sudah berkegiatan lebih lama dibandingkan dengan hari biasanya.

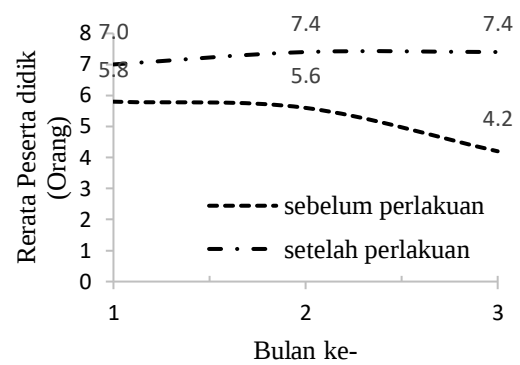
Perlakuan yang dilakukan guru berupa membatasi jumlah serta jenis makanan yang dikonsumsi oleh peserta didik selama waktu kudapan pada dasarnya untuk mendinginkan fisik dari rasa panas dan gerah, memperlambat kinerja jantung pasca olahraga, menyegarkan fisik dan pikiran untuk siap menerima ilmu, serta menenangkan jiwa agar ilmu yang didapat mampu meningkatkan keimanan yang ada dalam dirinya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Imam Al Ghazali dalam Dani (2021) bahwa jeleknya makanan adalah termasuk induknya akhlak yang tercela.

Tabel 5. Hasil Praktik Adab Peserta didik di Hari Selasa

Nilai	Sebelum perlakuan	Setelah perlakuan
Rerata	5,2 orang	7,3 orang
Persentase	43%	61%

KBM Jam Iman yang dilaksanakan di hari selasa setelah perlakuan menunjukkan bahwa peserta didik yang sudah melaksanakan praktik adab penuntut ilmu rata-rata sebanyak 7-8 orang atau 61%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan sebanyak 18% selama 3 bulan perlakuan. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa peningkatan praktik adab peserta didik setelah perlakuan menunjukkan peningkatan yang konsisten. Perlakuan ini jika dilanjutkan dalam jangka waktu yang lebih lama dan berkesinambungan sangat berpotensi menghasilkan persentase praktik adab dengan nilai 100%.

Praktik adab peserta didik sebelum perlakuan menunjukkan rata-rata peserta didik yang melaksanakan praktik adab yang semakin lama-semakin berkurang (Gambar 1.). Lain halnya dengan hasil setelah perlakuan, selain jumlah yang meningkat, rata-rata peserta didik yang melaksanakan praktik adab pun memiliki kecenderungan untuk terus naik. Lauria *et al.* (2021) mengatakan bahwa intensitas konsumsi makanan olahan berpengaruh negatif terhadap system pangan global, termasuk pola makan dan kesehatan manusia. Pola makan sehat yang direkomendasikan adalah membatasi konsumsi gula rafinasi dan lemak jenuh, serta meningkatkan konsumsi buah, sayur, dan ikan.



Gambar 1. Perbandingan Praktik Adab sebelum dan setelah perlakuan di Hari Selasa

Terdapat beberapa pertimbangan penting ketika menginterpretasikan hasil penelitian ini. Pertama, subjek penelitian hanya terdiri dari 1 kelas yang berjumlah 12 orang. Jumlah subjek penelitian yang terbatas ini tidak mungkin menggambarkan dampak umum dari perlakuan yang diuji.

Kedua, data hasil observasi yang digunakan satu waktu kudapan di hari senin, rabu, dan kamis. Padahal subjek penelitian tidak hanya mengonsumsi makanan pada jam tersebut. Kegiatan mengonsumsi makanan di jam lainnya, seperti sarapan, makansian, makan malam, serta cemilan yang dikonsumsi memiliki pengaruh besar untuk menentukan karakter anak. Makanan yang dikonsumsi anak ketika kudapan, belum menggambarkan konsumsi anak sehari-hari. Sangat memungkinkan ketika kudapan di sekolah anak membawa makanan sehat dan tidak makan berlebihan. Tapi ketika di rumah makanan yang dikonsumsi anak tidak sehat dan berlebihan.

Ketiga, kemungkinan terjadi adaptasi anak terhadap budaya sekolah. Kuttab Al-Fatih Cibinong memiliki budaya belajar yang mengedepankan 'Adab sebelum Ilmu'. Hal ini membiasakan peserta didik untuk mengamalkan adab-adab penuntut ilmu sebelum kegiatan pembelajaran dimulai. Jika penelitian ini dilakukan di sekolah lain yang memiliki budaya sekolah yang berbeda, misalnya sekolah swasta yang mengizinkan peserta didik melakukan kegiatan lain selama proses pelajaran selama memahami ilmu yang disampaikan, maka hasilnya pun akan berbeda.

Penelitian ini mengawali studi lain yang bertujuan mengetahui dampak pola makan dengan perubahan adab anak. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pola makan mampu memengaruhi konsentrasi pikiran, kebugaran fisik, dan ketenangan jiwa. Bersama dengan literatur yang ada, hasil penelitian ini memberikan bukti dampak dari pola makan penuntut ilmu yang merupakan pola makan hasil meneladani Rasulullah dan para Muallim berpengaruh terhadap adab anak.

KESIMPULAN

Pola makan sesuai tuntunan Rasulullah memberikan pengaruh terhadap praktik adab peserta didik 2C Kuttab Al Fatih Cibinong. Hal tersebut dibuktikan dengan peningkatan hasil praktik adab peserta didik yang awalnya 43% menjadi 18% setelah diterapkan perlakuan selama 3 bulan. Makanan yang diperoleh dan dikonsumsi dengan pola yang baik ternyata sangat berpengaruh terhadap kepribadian seseorang. Guru dan orang tua perlu bersinergi untuk menciptakan strategi yang tepat dalam mengatur praktik pola makan peserta didik demi peningkatan kualitas pemahaman dan adab peserta didik yang lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrazzaq bin Abdil Muhsin Al-Badr. (2019). *Syarah Syamail: Mengenal Pribadi dan Akhlak Rasulullah Shallallahu 'Alaihi wa Sallam* (4th ed.). Al-Qowam.
- Al-Kilani, M. 'Irsan. (2022). *Model Kebangkitan Umat Islam*. Mahdara Publishing.
- An-Nawawi, & dkk. (2017). *Syarah Arba'in An-Nawawi*. Darul Haq.
- Annisa, M. N., Wiliyah, A., & Rahmawati, N. (2020). PENTINGNYA PENDIDIKAN KARAKTER PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI ZAMAN SERBA DIGITAL. In *Jurnal Pendidikan dan Sains* (Vol. 2, Issue 1). <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/bintang>
- As-Sa'di, A. (2019a). *Tafsir al-Karim ar-Rahman Fi Tafsir Kalam al-Mannan* (1st ed.). Darul Haq.
- As-Sa'di, A. (2019b). *Tafsir al-Karim ar-Rahman Fi Tafsir Kalam al-Mannan*. Darul Haq.
- As-Sa'di, A. (2020). *Tafsir al-Karim ar-Rahman Fi Tafsir Kalam al-Mannan* (5th ed.). Darul Haq.
- B, T. D. K., & Nadimin. (2021). *MUTU GIZI ANEKA KUDAPAN COKIBUS*. <http://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/m>
- Badruddin Ibnu Jama'ah Al-Kinani Asy-Syafi'i. (2020). *Tadzkirotus Sami' Wal Mutakallim*. Darul Haq.
- Balai Pengembangan PAUD dan Dikmas Daerah Istimewa Yogyakarta. (n.d.). *Keterlibatan Orangtua Dalam Pemberian Makanan Sehat Bagi Anak Sekolah*.
- Burhanuddin Az-Zarnuji. (2021). *Ta'limul Muta'allim*. Aqawam.
- Cheng, J., Wang, W., & Wang, X. (2021). *The Moral Education: Literature Review of Its Development from Past to Present*.
- Damara Utami, H., Siregar, A., Studi Gizi, P., & Kesehatan Kemenkes Bengkulu, P. (2020). Hubungan Pola Makan, Tingkat Kecukupan Energi, dan Protein dengan Status Gizi pada Remaja Relationship between Eating Pattern, Energy and Protein Adequacy Level with Nutritional Status in Adolescent. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 11, Issue 2). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Dani, A. (2021). *La Taias Syifauka Qarib*. Cisauk Mengaji Official.
- Fillah, S. A. (2023). *Yaa Bunayya Pernak-pernik Mendasar Keayahbundaan*. Pro-U Media.
- Handayani, N. D. (n.d.). *POLA MAKAN DAN KONSUMSI MAKANAN ULTRA PROSES PADA POPULASI MODERN DAN TRADISIONAL DI SULAWESI SELATAN: ANALISIS STATUS GIZI DAN KOMPOSISI TUBUH*.
- Hasanah, H. (n.d.). *TEKNIK-TEKNIK OBSERVASI (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial)*.
- Ibnu Rajab Al-Hanbali. (2018). *Jami'ul Ulum Wal Hikam* (3rd ed.). Darul Haq.
- Ibnul Qayyim Al-Jauziyyah. (2017). *Kunci Kebahagiaan di Dunia dan Akhirat*. Pustaka Imam Syafi'i.
- Kasim, A. (2017). *KAJIAN PENDIDIKAN ISLAM TENTANG PENGARUH MAKANAN HARAM TERHADAP PERILAKU ANAK*.
- Krisna, L. A. (2018). *Panduan Memahami Anak Yang Berkonflik Dengan Hukum*. Deeppublisher.
- Lauria, F., Dello Russo, M., Formisano, A., De Henauw, S., Hebestreit, A., Hunsberger, M., Krogh, V., Intemann, T., Lissner, L., Molnar, D., Moreno, L. A., Reisch, L. A., Tornaritis, M., Veidebaum, T., Williams, G., Siani, A., & Russo, P. (2021). Ultra-processed foods consumption and diet quality of European children, adolescents and adults: Results from the I.Family study. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases*, 31(11), 3031–3043. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2021.07.019>
- Mc Carthy, C. M., de Vries, R., & Mackenbach, J. D. (2022). The influence of unhealthy food and beverage marketing through social media and advergaming on diet-related outcomes in

- children—A systematic review. In *Obesity Reviews* (Vol. 23, Issue 6). John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1111/obr.13441>
- Muhammad bin Shalih Al-'Utsaimin. (2012). *Syarh Al-Aqidah As-Safariyaniyyah*. Madarul Watan.
- Nata, A. (n.d.). *PENDIDIKAN KARAKTER UNTUK MENJAWAB TANTANGAN ABAD KE-21*. [Http://Abuddin.Lec.Uinjkt.Ac.Id/Articles/Pendidikan-Karakter-Untuk-Menjawab-Tantangan-Abad-Ke-21-1](http://Abuddin.Lec.Uinjkt.Ac.Id/Articles/Pendidikan-Karakter-Untuk-Menjawab-Tantangan-Abad-Ke-21-1).
- Nucci, L. (2019). Character: A Developmental System. *Child Development Perspectives*, 13(2), 73–78. <https://doi.org/10.1111/cdep.12313>
- Purnamasari, H. (2021). *Akhlaq Dalam Pendidikan Islam Menurut Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah*. 2. <https://jurnal.staikupang.ac.id/index.php/almanam>
- Rustam, M. (2017). *Akhlaq Menuntut Ilmu Dalam Perspektif Islam*. Universitas Muhammadiyah Makassar.
- Srianita, Y., Akbar, M., & Meilanie, S. M. (2019). Pembentukan Karakter dalam Pendidikan Makan (Studi Kasus di Raudhatul Athfal Istiqlal Jakarta). *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 152. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.277>
- Sufyan bin Fuad Baswedan. (2019). *Ibunda Para Ulama*. Pustaka Al-Inabah.
- Syantut, K. A. (2019). *Rumahku Madrasah Pertama*. Maskana Media.

LAMPIRAN

Tabel 6. Hasil Observasi Praktik Adab sebelum dan setelah perlakuan (September-Oktober)

No.	Indikator Adab	Rerata Jumlah Santri (orang)					
		September			Oktober		
		A	B	Tot al	A	B	Tot al
1	Memastikan pakaian rapi, menjulurkan pakaian menutup telapak kaki	10,6	5,3	9,1	10,9	6,0	9,7
2	Duduk sila	11,0	7,0	9,9	11,8	8,0	10,8
3	Tenang dan khusyu'	10,2	5,0	8,7	9,4	5,0	8,3
4	Diam menyimak	8,9	5,0	7,8	9,0	5,0	8,0
5	Memandang ke arah guru	10,0	6,5	9,0	9,9	7,0	9,2
6	Tidak menoleh atas, kanan, kiri, atau bawah tanpa kebutuhan mendesak	10,6	4,8	8,9	10,3	4,0	8,8
7	Tidak bersandar	11,5	7,8	10,4	11,1	9,0	10,6
8	Tidak memainkan salah satu/beberapa anggota tubuh atau pakaian atau benda di sekitar	9,3	5,8	8,3	9,4	4,0	8,1
9	Tidak memperbanyak perkataan tanpa kebutuhan	10,0	5,0	8,6	9,7	2,0	7,8
	Rerata	10,2	5,8	8,0	10,2	5,6	7,9

Tabel 7. Hasil Observasi Praktik Adab sebelum dan setelah perlakuan (November dan Januari)

No.	Indikator Adab	Rerata Jumlah Santri (orang)					
		November			Januari		
		A	B	Tot al	A	B	Tot al
1	Memastikan pakaian rapi, menjulurkan pakaian menutup telapak kaki	11,1	4,5	9,7	11,8	9,7	11,2
2	Duduk sila	11,3	6,0	10,4	11,4	7,0	10,2
3	Tenang dan khusyu'	10,1	3,8	8,7	10,1	6,3	9,1
4	Diam menyimak	9,8	3,8	8,5	9,4	6,0	8,5
5	Memandang ke arah guru	10,3	5,3	9,4	10,0	7,0	9,2

6	Tidak menoleh atas, kanan, kiri, atau bawah tanpa kebutuhan mendesak	10,5	3,0	8,7	11,0	6,7	9,8
7	Tidak bersandar	11,9	7,0	11, 2	11,9	8,7	11, 0
8	Tidak memainkan salah satu/beberapa anggota tubuh atau pakaian atau benda di sekitar	8,5	3,0	7,3	9,9	7,0	9,1
9	Tidak memperbanya k perkataan tanpa kebutuhan	10,0	1,5	7,8	9,5	5,0	8,3
Rerata		10,4	4,2	7,3	10,5	7,0	8,8

Tabel 8. Hasil Observasi Praktik Adab sebelum dan setelah perlakuan (Februari - Maret)

No.	Indikator Adab	Rerata Jumlah Santri (orang)					
		Februari			Maret		
		A	B	Tot al	A	B	Tot al
1	Memastikan pakaian rapi, menjulurkan pakaian menutup telapak kaki	11,3	7,9 6	9,1 19	11,3	8,5	10,8
2	Duduk sila	11,3	8,7 4	9,5 532	10,3	6,5	9,6
3	Tenang dan khusyu'	9,8	6,8 2	7,9 036	10,2	7,0	9,6
4	Diam menyimak	9,0	6,5 5	7,4 558	8,4	7,0	8,2
5	Memandang ke arah guru	10,3	7,7 1	8,5 501	9,7	9,0	9,5
6	Tidak menoleh atas, kanan, kiri, atau bawah tanpa kebutuhan mendesak	9,8	6,9 8	8,0 895	10,3	8,5	10,0
7	Tidak bersandar	11,4	9,2 2	10,164	11,1	8,0	10,5
8	Tidak memainkan salah satu/beberapa anggota tubuh atau pakaian atau benda di sekitar	9,8	6,8 2	7,4 668	9,7	5,5	8,9
9	Tidak memperbanyak perkataan tanpa kebutuhan	10,3	6,1 1	7,0 899	9,3	6,5	8,8
	Rerata	10,3	7,4	8,9	10,0	7,4	8,7

Keterangan: A = Kelas Iman pada hari senin, rabu, dan kamis
B = Kelas Iman pada hari selasa

Tabel 9. Hasil Rerata Praktik Adab Sebelum Perlakuan

No.	Indikator Adab	Rerata Jumlah Santri (orang)			7	Tidak bersandar	8,7	9,2	8,0					
		Sebelum Perlakuan								8	Tidak memainkan salah satu/beberapa anggota tubuh atau pakaian atau benda di sekitar	7,0	6,8	5,5
		September	Oktober	November										
1	Memastikan pakaian rapi, menjulurkan pakaian menutup telapak kaki	5,3	6,0	4,5	9	Tidak memperbanyak perkataan tanpa kebutuhan	5,0	6,1	6,5					
2	Duduk sila	7,0	8,0	6,0										
3	Tenang dan khusyu'	5,0	5,0	3,8										
4	Diam menyimak	5,0	5,0	3,8										
5	Memandang ke arah guru	6,5	7,0	5,3										
6	Tidak menoleh atas, kanan, kiri, atau bawah tanpa kebutuhan mendesak	4,8	4,0	3,0										
7	Tidak bersandar	7,8	9,0	7,0										
8	Tidak memainkan salah satu/beberapa anggota tubuh atau pakaian atau benda di sekitar	5,8	4,0	3,0										
9	Tidak memperbanyak perkataan tanpa kebutuhan	5,0	2,0	1,5										
Rerata		5,8	5,6	4,2	Rerata									
					5,8									
					7,0									
					7,4									

Riwayat Penulis

Annisa Fitriani menyelesaikan pendidikan di Universitas Negeri Jakarta jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar dilanjutkan dengan mengikuti program Pelatihan Guru Al-Fatih. Saat ini aktif mengajar di Kuttab Al-Fatih Cibinong serta mendalami dunia kepenulisan literasi anak. Karya yang telah dihasilkan antara lain Media Pembelajaran Matematika untuk kelas 3 SD, buku cerita anak berjudul “Waktuku, Ibadahku”, dan kumpulan lembar kerja dengan tema “Allah Maha Melihat”.

Sonya Suci Ramadhani menyelesaikan pendidikan jurusan Proteksi Tanaman di IPB University. Kecintaan terhadap dunia pendidikan membuatnya mengikuti program pelatihan guru di Akademi Pengajar Qur’an Ummul Quro dan Akademi Guru Al-Fatih. Saat ini aktif mengajar di Kuttab Al-Fatih Cibinong seraya menyelesaikan pendidikan Kesehatan di Akademi Ath-Thibbul Badil

Riwayat Penulis

Annisa Fitriani menyelesaikan pendidikan di Universitas Negeri Jakarta jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar dilanjutkan dengan mengikuti program Pelatihan Guru Al-Fatih. Saat ini aktif mengajar di Kuttab Al-Fatih Cibinong serta mendalami dunia kepenulisan literasi anak. Karya yang telah dihasilkan antara lain Media Pembelajaran Matematika untuk kelas 3 SD, buku cerita anak berjudul “Waktuku, Ibadahku”, dan kumpulan lembar kerja dengan tema “Allah Maha Melihat”.

Sonya Suci Ramadhani menyelesaikan pendidikan jurusan Proteksi Tanaman di IPB University. Kecintaan terhadap dunia pendidikan membuatnya mengikuti program pelatihan guru di Akademi Pengajar Qur'an Ummul Quro dan Akademi Guru Al-Fatih. Saat ini aktif mengajar di Kuttab Al-Fatih Cibinong seraya menyelesaikan pendidikan Kesehatan di Akademi Ath-Thibbul Badil.

Tabel 10. Hasil Rerata Praktik Adab Setelah Perlakuan

No.	Indikator Adab	Rerata Jumlah Santri (orang)		
		Setelah Perlakuan		
		Januari	Februari	Maret
1	Memastikan pakaian rapi, menjulurkan pakaian menutup telapak kaki	9,7	8,0	8,5
2	Duduk sila	7,0	8,7	6,5
3	Tenang dan khusyu'	6,3	6,8	7,0
4	Diam menyimak	6,0	6,6	7,0
5	Memandang ke arah guru	7,0	7,7	9,0
6	Tidak menoleh atas, kanan, kiri, atau bawah tanpa	6,7	7,0	8,5