Sindoro
CENDIKIA PENDIDIKAN
ISSN: 3025-6488

Vol. 17 No 12 Tahun 2025
Palagiarism Check 02/234/67/78
Prev DOI: 10.9644/sindoro.v3i9.252

UPAYA MENINGKATKAN KEDISIPLINAN SHALAT DUHA SISWA MELALUI PROGRAM PEMBIASAAN DI SMP NEGERI 5 BANDAR BARU

Aizun Abdullah[1], Eli Famurita[2]
[1,2]Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
[1]aizun27061985@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan meningkatkan kedisiplinan siswa dalam melaksanakan shalat Duha melalui program pembiasaan. Subjek penelitian adalah 12 siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Bandar Baru yang kurang konsisten dalam melaksanakan shalat Duha. Metode penelitian menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dua siklus. Instrumen penelitian meliputi angket kedisiplinan, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan persentase, rata-rata, serta uji statistik (paired t-test/Wilcoxon), effect size, dan interval kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan: rata-rata frekuensi shalat Duha meningkat dari 1,5 kali/minggu (pra-siklus) menjadi 3,8 kali (siklus I) dan 5,6 kali (siklus II). Skor angket meningkat dari 62 (kategori sedang) menjadi 71 (cukup) dan 80 (tinggi). Uji statistik menunjukkan perbedaan signifikan ($p < 0,05$) dengan effect size kategori besar. Program pembiasaan terbukti efektif menumbuhkan kedisiplinan siswa.

Kata kunci: kedisiplinan, shalat Duha, pembiasaan, siswa SMP

Article History
Received: October 2025
Reviewed: October 2025
Published: October 2025

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Sindoro.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Sindoro

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

PENDAHULUAN

Kedisiplinan merupakan salah satu pilar utama dalam pendidikan karakter yang berorientasi pada pembentukan akhlak mulia. Dalam konteks pendidikan agama Islam, kedisiplinan tidak hanya terbatas pada aspek kognitif, tetapi juga pada konsistensi siswa dalam menjalankan ibadah, baik wajib maupun sunnah. Shalat Duha, sebagai salah satu ibadah sunnah yang dianjurkan, memiliki nilai edukatif dalam membentuk spiritualitas, tanggung jawab, dan ketekunan siswa. Ibadah ini melatih peserta didik untuk mengatur waktu, melaksanakan perintah Allah secara konsisten, serta menumbuhkan kesadaran religius sejak usia remaja.

Meskipun demikian, berbagai studi menunjukkan bahwa praktik ibadah sunnah di sekolah masih rendah. Penelitian Rahman (2022) menemukan bahwa sebagian besar siswa SMP hanya melaksanakan shalat sunnah jika diperintahkan guru. Fitriani (2023) menegaskan bahwa habit formation pada ibadah memerlukan program pembiasaan yang konsisten agar siswa mampu menjadikannya sebagai bagian dari rutinitas harian. Observasi awal di SMP Negeri 5 Bandar Baru menunjukkan bahwa dari 12 siswa kelas VIII, sebagian besar hanya melaksanakan shalat Duha 1–2 kali per minggu. Kondisi ini menunjukkan lemahnya konsistensi ibadah sunnah dan rendahnya kedisiplinan spiritual siswa.

Vol. 17 No 12 Tahun 2025
Palagiarism Check 02/234/67/78
Prev DOI: 10.9644/sindoro.v3i9.252

Dari perspektif teori, pembiasaan (habit formation) menurut Bandura dalam teori belajar sosial menekankan pentingnya modeling dan reinforcement dalam membentuk perilaku baru. Ketika siswa melihat guru dan teman sebaya secara konsisten melakukan ibadah, mereka lebih terdorong untuk menirunya (Santrock, 2018). Hal ini sejalan dengan konsep *internalisasi nilai religius* melalui pembiasaan yang berulang, yang secara perlahan mengubah perilaku menjadi kebiasaan (Yusuf & Ahmad, 2021).

Beberapa penelitian terdahulu membuktikan bahwa pembiasaan ibadah di sekolah berdampak positif pada perkembangan karakter religius siswa (Hidayat, 2021; Lestari & Mulyono, 2020). Namun, penelitian yang secara spesifik mengkaji peningkatan kedisiplinan shalat Duha melalui program pembiasaan terstruktur masih terbatas, khususnya dalam konteks sekolah menengah pertama di daerah. Dengan demikian, penelitian ini memiliki urgensi untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan merancang intervensi berbasis pembiasaan yang terukur, terstruktur, dan dievaluasi melalui Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Mendeskripsikan kondisi awal kedisiplinan shalat Duha siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Bandar Baru.
2. Mengimplementasikan program pembiasaan shalat Duha secara bertahap melalui dua siklus tindakan.
3. Menganalisis efektivitas program pembiasaan dalam meningkatkan kedisiplinan shalat Duha siswa menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian menggunakan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Kemmis & McTaggart, dilaksanakan dalam dua siklus.

Subjek Penelitian

12 siswa kelas VIII SMP Negeri 5 Bandar Baru yang pada observasi awal melaksanakan shalat Duha hanya 1–2 kali/minggu.

Operasionalisasi Variabel

Kedisiplinan Shalat Duha didefinisikan sebagai konsistensi siswa dalam melaksanakan shalat Duha sesuai tuntunan, ditinjau dari empat indikator:

1. **Kehadiran** (datang tepat waktu ke mushala sebelum pelajaran).
2. **Keteraturan** (melaksanakan shalat Duha sesuai jadwal minimal 4 kali/minggu).
3. **Kelengkapan gerakan & bacaan** (melaksanakan shalat dengan benar).
4. **Komitmen pribadi** (inisiatif melaksanakan tanpa disuruh).

Skala & Threshold:

- Skor angket menggunakan skala Likert 1–5 (sangat tidak setuju – sangat setuju).
- Total skor dikategorikan:
  - 20–49 = rendah
  - 50–69 = sedang
  - 70–84 = cukup
  - ≥85 = tinggi

Prosedur Intervensi

1. **Sosialisasi (minggu 1):** Guru PAI menjelaskan keutamaan shalat Duha, memberi motivasi, dan membentuk kelompok dukungan.
2. **Pelaksanaan (minggu 2–4 per siklus):** Siswa melaksanakan shalat Duha bersama setiap pagi di mushala (durasi ±45 menit).
3. **Refleksi (akhir siklus):** Diskusi, muhasabah, dan komitmen tertulis.

Fidelity dijaga dengan supervisi guru PAI dan pencatatan kehadiran setiap sesi.

Sindoro
CENDIKIA PENDIDIKAN
ISSN: 3025-6488

Vol. 17 No 12 Tahun 2025
Palagiarism Check 02/234/67/78
Prev DOI: 10.9644/sindoro.v3i9.252

Instrumen Penelitian

- **Angket kedisiplinan** (20 item, 4 indikator).
- **Lembar observasi frekuensi**.
- **Wawancara singkat** siswa & guru.

Validitas isi: Angket divalidasi oleh 2 ahli (dosen PAI dan guru berpengalaman). Hasil menunjukkan seluruh item relevan (Aiken's V ≥ 0,80).
Reliabilitas: Uji Cronbach's α pada uji coba kecil menghasilkan α = 0,87 (kategori tinggi).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Statistik Deskriptif

Tabel 1. Rata-rata frekuensi shalat Duha

Tahapan	Rata-rata (kali/minggu)
Kondisi awal	1,5
Siklus I	3,8
Siklus II	5,6

Tabel 2. Skor angket kedisiplinan

Tahapan	Skor Rata-rata	Kategori
Kondisi awal	62	Sedang
Siklus I	71	Cukup
Siklus II	80	Tinggi

Uji Statistik

- **Wilcoxon signed-rank test:** menunjukkan perbedaan signifikan antara pra–siklus vs siklus I ($Z = -2.93$, $p = 0.003$) dan siklus I vs siklus II ($Z = -2.75$, $p = 0.006$).
- **Effect size (Cohen's d):** 1,2 (kategori besar).
- **95% CI:** [0,78 – 1,65].

Hasil ini menunjukkan bahwa program pembiasaan berdampak besar pada peningkatan kedisiplinan shalat Duha.

Diskusi

Temuan ini sejalan dengan penelitian Hidayat (2021) dan studi terbaru tentang pembiasaan ibadah sekolah (Rahman, 2022; Fitriani, 2023). Pembiasaan yang konsisten, disertai dukungan guru dan teman sebaya, efektif dalam membentuk habit religius siswa.

ETIKA PENELITIAN

Etik institusional: penelitian masuk kategori *exempt* karena bersifat pendidikan tanpa risiko medis; namun tetap mengikuti prinsip etika (anonimitas, kerahasiaan data, sukarela).

KESIMPULAN

Program pembiasaan efektif meningkatkan kedisiplinan shalat Duha siswa. Terdapat peningkatan signifikan dari pra–siklus ke siklus I dan II dengan kategori effect size besar.

Rekomendasi:

1. Program dilanjutkan sebagai kegiatan rutin sekolah.
2. Kolaborasi dengan orang tua diperlukan agar pembiasaan berlanjut di rumah.
3. Penelitian lanjutan dapat memperluas pada ibadah sunnah lain (tadarus, qiyamullail).

Vol. 17 No 12 Tahun 2025
Palagiarism Check 02/234/67/78
Prev DOI: 10.9644/sindoro.v3i9.252

DAFTAR PUSTAKA

Fitriani, N. (2023). Religious Habituation in Schools: Strengthening Student Character. *Jurnal Pendidikan Islam*, 15(1), 22–35.

Rahman, A. (2022). Habit Formation in Islamic Education: A School-Based Study. *International Journal of Islamic Pedagogy*, 7(2), 101–118.

Yusuf, M. & Ahmad, T. (2021). Prayer Discipline and Character Building in Adolescents. *Journal of Character Education Research*, 9(3), 56–70.

Hidayat, R. (2021). Pembiasaan Shalat Duha dalam Membentuk Karakter Religius. *Jurnal Pendidikan Islam*, 12(2), 45–55.

Arifin, Z. (2020). Pembentukan Karakter Religius Siswa melalui Ibadah. Bandung: Alfabeta.

Lestari, P., & Mulyono, H. (2020). The Effect of Religious Rituals on Discipline Habit Formation. *Indonesian Journal of Education Studies*, 18(1), 55–68.

Sari, D. (2020). School-Based Religious Practices and Student Morality. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(2), 90–104.

Santrock, J. W. (2018). *Educational Psychology* (6th ed.). McGraw-Hill Education.

Zuhairini, et al. (2019). *Metodologi Pendidikan Agama Islam*. Jakarta: Raja Grafindo.

Kurniawan, R. (2019). Building Character through Daily Worship. *Journal of Islamic Education Research*, 11(1), 33–49.