

BAB V

PEMBAHASAN

Pada bab V ini akan diuraikan hasil penemuan peneliti dengan data-data yang telah peneliti peroleh melalui prosedur pengumpulan data. Temuan-temuan tersebut akan dideskripsikan dengan didasari atau di perkuat oleh teori-teori yang sudah disampaikan pada bab II ataupun referensi lain yang mendukung temuan penelitian.

A. Implementasi Pendidikan Karakter Berbasis Pondok Pesantren Dalam Pembelajaran IPA Materi Sistem Pensernaan Manusia Kelas VIII SMP IT Sunan Kalijaga Wonodadi Blitar

1. Implementasi Pendidikan Karakter Religius di SMP IT Sunan Kalijaga

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting bagi kehidupan manusia yaitu sebagai salah satunya faktor untuk mewujudkan suatu kehidupan yang baik serta dalam membangun peradaban bangsa untuk melahirkan generasi-generasi penerus bangsa yang lebih baik dalam berperasaan, berkata, dan berbuat dari sebelumnya. Hal tersebut juga bertujuan sebagai persiapan untuk mempersiapkan peserta didik agar menjadi generasi-generasi yang tangguh dalam menghadapi segala situasi kehidupan yang di masa mendatang. Pendidikan selalu berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan kehidupan dalam segala situasi. SMP IT Sunan Kalijaga merupakan lembaga

pendidikan yang menggali potensi dasar yang dimiliki peserta didik serta mengembangkannya dengan mengintegrasikan komponen nilai-nilai kehidupan sebagai pembentukan karakter.²⁰²

Implementasi pendidikan karakter religius dalam materi sistem pencernaan manusia di SMP IT Sunan Kalijaga yang dikaitkan dengan budaya pesantren meliputi tidak diperbolehkan makan dan minum dengan berdiri, mendahulukan memakan nasi yang ada di atas meja dengan tidak diperbolehkan menyantap makanan atau minuman dalam keadaan sangat panas, harus makan sayur selain selain lauk yang bisa dibeli di koperasi, makanlah secukupnya untuk menghindari makan yang berlebihan. Karakter religius yang diimplementasikan yaitu dengan mengaitkan anjuran-anjuran pondok dengan ilmu agama dan materi sistem pencernaan manusia. Religius adalah karakter yang memuat nilai-nilai hubungan antara manusia dengan Tuhan. Karakter ini menunjukkan upaya antara pikiran, perkataan, serta perbuatan seseorang yang selalu berdasarkan nilai-nilai ketuhanan serta ajaran agama yang dianutnya.²⁰³

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan yaitu siswa yang ada di SMP IT Sunan Kalijaga memiliki karakter religius yang sudah membudidaya dilakukan dan tertanam dengan baik dalam diri masing-masing anak. Karena anak-anak mendapat ilmu agama yang cukup, selain dari mata pelajaran di sekolah juga mendapat berbagai macam ilmu agama di pondok, baik dari kitab kuning dan lain sebagainya. Sehingga nilai

²⁰² Moh. Nawafil, *Cornerstone Of Education (Landasan-Landasan Pendidikan)*, (Yogyakarta: Absolute Media, 2018), hlm. 2.

²⁰³ Mumpuni, *Integrasi Nilai*hlm., 21-22

karakter religius anak-anak yang berada di pondok memiliki nilai lebih dibandingkan anak-anak yang tidak di pondok. Dengan memadukan antara nilai religius dengan materi sistem pencernaan manusia, anak-anak akan lebih memahami dan tertanam dengan baik dalam hati serta pikiran tentang makna anjuran-anjuran pondok yang ada dengan ilmu agama dan kesehatan sistem pencernaan manusia. Diantara karakter religius yang diimplementasikan yang berhubungan dengan materi sistem pencernaan manusia yaitu tidak diperbolehkan makan dan minum dengan berdiri, makan dan minum dengan berdiri bukan merupakan akhlak islam. Sebagaimana hadits Nabi Muhammad SAW.:

أَنَّ النَّبِيَّ هَمَى أَنْ يَشْرَبَ الرَّجُلُ قَائِمًا. فُقُلْنَا: فَلَا كُلُّ؟ فَقَالَ: ذَاكَ شَرُّهُ وَأَخْبَثُ (رواه مسلم)

Artinya: *“Nabi melarang seseorang minum sambil berdiri. Para sahabat bertanya, bagaimana kalau makan? Beliau menjawab, itu lebih buruk lagi.”* (HR. Muslim)²⁰⁴

Selain menganjurkan makan dan minum dengan duduk, guru, pengasuh maupun pengurus juga memberikan teladan demikian, dan selalu mengingatkan apabila ada anak yang makan dan minum masih dengan berdiri bahkan jalan-jalan. Menurut dr. Abdurraziq Al-Kailani “minum dan makan sambil duduk lebih sehat, lebih memuaskan, dan lebih aman. Sebab, apa yang dimakan dan diminum langsung mengalir melalui dinding lambung dengan perlahan dan lembut.” Kebiasaan minum dengan berdiri tidak sesuai dengan sistem kerja lambung karena dapat menyebabkan cairan yang kita minum jatuh

²⁰⁴ Mahir Hasan Mahmud, *Terapi Air*, (Tangerang: Qultum Media, 2008), hlm. 52.

secara tiba-tiba. Apabila hal tersebut menjadi kebiasaan, lama kelamaan dapat menyebabkan gangguan pada lambung yang akan mengganggu proses pencernaan. Kebiasaan ini baik makan atau minum dengan berdiri dapat mengakibatkan dinding lambung rentan mengalami radang. Peradangan ini sering terjadi pada bagian lambung yang sering mendapat benturan secara tiba-tiba dari makanan atau minuman. Ketika makan dengan berdiri lambung akan sulit menerima makanan yang dicerna dan terkadang terasa nyeri saat proses masuknya makanan.²⁰⁵

Lambung merupakan bagian sistem pencernaan yang paling sering terkena dampak apabila kita terbiasa makan atau minum dengan berdiri. Tekanan air yang diminum dengan posisi berdiri mengejutkan bagian saluran (*spincter*) yang menuju kelambung. Hal ini menyebabkan GERD (*Gastroesophageal Reflux Disease*) atau biasa disebut kenaikan asam lambung. Lambung juga bisa terkikis dan terluka akibat minum dengan berdiri. Padahal lambung merupakan bagian penting dalam sistem pencernaan, sehingga apabila terjadi kerusakan pada lambung maka bisa berbahaya pada sistem pencernaan yang lain.²⁰⁶

Implementasi karakter religius yang berkaitan dengan materi sistem pencernaan manusia yang kedua yaitu mendahulukan memakan nasi yang ada di atas meja dengan tidak diperbolehkan menyantap makanan atau minuman dalam keadaan sangat panas. Hal ini pengasuh selalu menganjurkan untuk mengambil nasi yang ada di atas meja terlebih dahulu daripada mengambil nasi yang ada di *magic com*, mbak-mbak yang ada di dapur juga selalu menegur

²⁰⁵ Agus Rahmadi dan M. Biomed, *Kitab Pedoman Pengobatan Nabi*, (Jakarta selatan: Kelompok Agromedia, 2019), hlm. 56.

²⁰⁶ *Ibid.*, hlm. 57

apabila ada anak yang masih mengambil nasi dari *magic com*, karena sebagian anak ada yang suka mengambil nasi yang panas karena rasanya lebih nikmat. Ternyata hal tersebut memiliki alasan yaitu Rasulullah SAW. tidak menyukai makan makanan yang masih panas atau masih mengepul asapnya, dan beliau pernah berkata “Hal tersebut (makanan yang masih panas) itu tidak berkah, maka dinginkanlah, sesungguhnya Allah tak memberi kita makanan (seperti) api.” Dari hadits tersebut bukan berarti Rasulullah tidak pernah makan makanan yang masih panas, karena pernah suatu hari ada orang yang berbagi makanan yang masih panas dengan beliau, dan beliaupun menikmatinya serta berkata “Alhamdulillah, aku belum pernah makan makanan panas beberapa hari ini.”²⁰⁷

Selain itu, hal yang sangat penting yaitu menjaga kesehatan mulut utamanya kesehatan gigi. Mulut merupakan saluran utama masuknya penyakit ke dalam tubuh manusia, gigi memiliki peran penting bagi kehidupan seseorang. Sehingga sangat penting memelihara kesehatan mulut dan gigi bagi pemeliharaan kesehatan tubuh. Gigi manusia berfungsi mengunyah makanan agar pencernaan makanan di lambung berjalan dengan lancar. Jika gigi seseorang sakit atau tidak sempurna maka makanan yang dilahap tidak terkunyah dengan baik yang akan menyebabkan terganggunya pencernaan dalam tubuh manusia. Apabila proses pencernaan makanan dalam tubuh terganggu, maka orang tersebut rentan terhadap penyakit.²⁰⁸

²⁰⁷ Bang Miqo, *Sang Kekasih Lebih Dekat Lagi Dengan Sang Nabi*, (Jakarta: Gramedia, 2016), hlm. 114.

²⁰⁸ Thawil, *Rahasia Sehat* hlm. 56-57.

Makanan yang masih panas biasanya memiliki rasa yang jauh lebih nikmat dibanding dengan makanan yang sudah dingin. Pakar kesehatan menyebutkan meskipun memberi sensasi rasa yang nikmat, mengonsumsi makan makanan yang panas dapat menyebabkan kerusakan email gigi sehingga meningkatkan resiko terekena karies gigi. Apabila hal tersebut terjadi, maka dikemudian hari justru kita tidak bisa menikmati makanan dalam kondisi panas atau dingin karena akan mengalami gigi ngilu. Kerusakan gigi juga dapat disebabkan dari cara makan yang salah seperti makan atau minum dingin dan panas secara bersamaan.²⁰⁹

Implementasi karakter religius yang berkaitan dengan materi sistem pencernaan manusia yang ketiga yaitu harus makan sayur selain selain lauk yang bisa dibeli di koperasi. Pengasuh selalu mengajurkan anak-anak untuk selalu makan sayur yang ada di dapur dan selalu mengingatkan apabila ada anak yang makan hanya menggunakan lauk saja. Apabila menemui anak seperti itu, beliau langsung menyuruh untuk mengambil sayur. Karena dengan mengonsumsi sayur tubuh kita akan lebih sehat. Hal tersebut ternyata juga memiliki alasan yaitu Nabi Muhammad SAW. telah mengenalkan *food balancing* yaitu pola makan yang seimbang sesuai dengan kebutuhan nutrisi tubuh.²¹⁰

Food balancing bukanlah metode yang membatasi mengonsumsi makanan jenis tertentu, melainkan mengatur kombinasi makanan yang dikonsumsi yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh dalam siklus pencernaan manusia.

²⁰⁹ Endang Sariningsih, *Merawat Gigi Anak Sejak Usia Dini*, (Jakarta: Gramedia, 2012), hlm. 88

²¹⁰ Migo, *Sang Kekasih*hlm. 46

Harapannya agar kerja sistem pencernaan semakin ringan, nutrisi yang diperlukan tubuh semua terpenuhi, racun-racun yang ada dalam tubuh dapat dikeluarkan, serta sisa-sisa energi dalam proses pencernaan dapat dimanfaatkan tubuh yang lain. Dalam islam istilah *food balancing* telah kita kenal melalui pola makan Rasulullah SAW. Hal tersebut berarti beliau tidak membatasi diri pada suatu makanan tertentu sehingga tidak makan selainnya. Akan tetapi, hal tersebut berarti Rasulullah SAW. menyantap berbagai makanan secara seimbang. Apabila kita membatasi pada jenis makanan tertentu dapat berpengaruh terhadap kesehatan tubuh karena asupan gizi yang tidak seimbang. Rasulullah SAW. tidak menggabungkan antara dua jenis makanan yang memiliki unsur sama, misalnya sama-sama panas atau sama-sama dingin.²¹¹

Food balancing juga sering disebut *food combining*, merupakan pola makan sehat dengan menyusun makanan seimbang yang bervariasi untuk menjaga kesehatan sistem pencernaan. Tubuh kita memerlukan makanan sehat dengan nutrisi yang lengkap yang bisa kita dapatkan dari sumber makanan yang mengandung unsur karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Terdapat urutan jenis-jenis makanan dalam *food combining* yaitu unsur pertama pati/karbohidrat. Karbohidrat yang baik mengandung unsur yang dibutuhkan tubuh seperti vitamin, mineral, serat, dan substansi-substansi lain yang bermanfaat. Karbohidrat hendaknya dikonsumsi secukupnya saja. Urutan selanjutnya yaitu sayur-sayuran. Dalam kondisi yang sudah dimasak enzim

²¹¹ *Ibid.*, hlm. 46-47

alam sayuran dapat rusak, untuk itu mengonsumsi sayuran segar lebih utama.²¹²

Unsur selanjutnya yaitu buah-buahan, dalam *food combining* peran buah dipandang penting sebagai pembentuk basa. Buah tidak boleh dikonsumsi dalam kondisi perut terisi dan harus dalam kondisi perut kosong karena kandungan gulanya bersifat merusak protein atau lemak. Buah juga tidak cocok disandingkan dengan sayur karena meski sama-sama mengandung serat keduanya memiliki karakteristik serat yang berbeda, serat buah lebih lunak sedangkan sayuran seratnya lebih keras. Unsur terakhir yaitu protein, dalam *food combining* tidak ada larangan mengonsumsi protein hewani, hanya saja apabila mengonsumsi protein hewani secukupnya saja.²¹³

Implementasi karakter religius yang berkaitan dengan materi sistem pencernaan manusia yang keempat yaitu makanlah secukupnya untuk menghindari makan yang berlebihan. Di SMP IT Sunan Kalijaga maupun ketika di pondok guru-guru dan pengasuh selalu mengajurkan makanlah ketika lapar dan berhenti makan ketika kenyang, dalam artian kita harus makan secukupnya dan tidak berlebih-lebihan. Karena dengan makan berlebihan dapat menyebabkan anak malas, mengantuk bahkan tidur ketika pembelajaran di kelas. Berdasarkan Al Quran dan Hadits juga sudah dijelaskan bahwa seorang muslim tidak boleh makan dan minum berlebih-lebihan karena Allah tidak menyukainya. Sebagaimana firman Allah SWT. dalam surat Al A'raf ayat 31 yang berbunyi:

²¹² Widyanti Yuliandari, *Food Combining Pola Makan Sehat, Enak, dan Mudah*, (Jakarta: Kawah Pustaka, 2015), hlm. 24-25.

²¹³ *Ibid.*, hlm 25-26

يَبْنِي ۚ اَدَمَ خُلِدُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا ۗ إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ (31)

Artinya: *“Wahai anak cucu Adam, Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.”*²¹⁴

Rasulullah SAW. bersabda dalam riwayat Ahmad dan Abu Daud “Hendaklah kamu makan, minum, berpakaian, dan bersedekah dengan tidak berlebihan dan sombong.” Disebutkan dalam hadis lain riwayat Ibnu Majah “Sesungguhnya termasuk pemborosan bila kamu makan apa saja yang kamu bernafsu memakannya.” Rasulullah SAW. selalu mengajarkan umatnya untuk menjaga pola makan agar terhindar dari penyakit sebagaimana yang telah termaktub dalam Al Qur’an dan hadits. Hal ini juga dicontohkan oleh Rasulullah SAW. sebagaimana hadits tersebut.²¹⁵

Selain terdapat larangan tersebut, apabila kita tidak menjaga pola makan yang sehat misalnya makan berlebihan maka dapat meyebabkan obesitas. Obesitas atau sering dikenal dengan kegemukan adalah kondisi tubuh dengan kandungan lemak melebihi batas normal yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan. Berbagai penyakit seperti jantung, diabetes, dan osteoaritis beresiko tinggi menyerang orang obesitas. Kebanyakan obesitas disebabkan antara aktivitas tubuh dan konsumsi makanan yang tidak seimbang. Penyebab lain penyakit ini juga bisa berasal dari pewarisan gen atau mengonsumsi obat-obatan tertentu. Upaya untuk mencegah dan menangani penyakit ini yaitu

²¹⁴ Rahmadi dan M. Biomed, *Kitab Pedoman*hlm. 50

²¹⁵ *Ibid.*, hlm. 51

dengan mengatur pola makan yang sehat dengan mengurangi mengonsumsi makanan tinggi energi contohnya makanan yang mengandung gula, lemak, dan serat yang tinggi serta rajin berolahraga secara teratur.²¹⁶

Diagnosis obesitas dapat dilihat melalui penilaian status gizi seseorang. Penilaian ini secara langsung dapat melalui metode antropometri atau ukuran tubuh manusia. Antropometri berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh serta komposisi tubuh dari berbagai tingkat umur dan gizi. Metode antropometri yang dapat digunakan untuk menentukan tingkat obesitas seseorang antara lain pengukuran indeks masa tubuh (IMT), *skinfold thickness* (SKF), rasio lingkaran pinggang pinggul (RLPP), dan *bioelectrical impedance analysis* (BIA).²¹⁷

2. Implementasi Pendidikan Karakter Jujur di SMP IT Sunan Kalijaga

Di SMP IT Sunan Kalijaga untuk menerapkan karakter jujur kepada siswa melalui implementasi pendidikan karakter berbasis pondok pesantren dalam materi sistem pencernaan manusia yaitu mematuhi peraturan pondok tidak mengonsumsi makanan yang mengandung bon cabe dan sejenisnya serta tidak memakan makanan yang terlalu pedas. Salah satu karakter yang berhubungan dengan diri sendiri yaitu jujur. Kejujuran mengandung pengertian dua hal yang saling sesuai antara lahir dan batin seperti kesesuaian antara perkataan dengan perbuatan seseorang sehingga orang lain akan menaruh kepercayaan terhadapnya.²¹⁸

²¹⁶ Nafaizzi dan Tenia Kurniawati, *Modul Pembelajaran*.....hlm. 94

²¹⁷ Toto Sudargo, dkk., *Pola Makan dan Obesitas*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2014), hlm. 7-8.

²¹⁸ Mumpuni, *Integrasi Nilai Karakter*.....hlm. 24

Karakter jujur yang diimplentasikan di SMP IT Sunan Kalijaga yaitu jujur terhadap diri sendiri dengan mengaitkan peraturan pondok dengan materi sistem pencernaan manusia demi kesehatan tubuh. Menurut analisis terbanyak terdapat 2 poin yang memiliki presentase sama yaitu siswa sudah membudidaya dan sering menerapkan karakter jujur terhadap diri sendiri dengan mematuhi peraturan tersebut. Karakter ini belum mencapai tingkat membudidaya sebagai presentase tertinggi karena sebagian kecil anak masih suka mengonsumsi pedas. Apabila kita tidak jujur terhadap diri sendiri utamanya untuk masalah kesehatan maka kita sendiri yang akan rugi. Ada sebuah pepatah mengatakan sebaik-baik manusia adalah mereka yang mampu mengambil hikmah dari yang telah terjadi, sebagai pelajaran untuk kedepan yang lebih baik.²¹⁹

Dengan mematuhi peraturan pondok tersebut berarti juga telah menyelamatkan kesehatan diri sendiri. Mengonsumsi makanan terlalu pedas, bon cabe, balado dan sejenisnya merupakan salah satu penyebab diare dan peningkatan asam lambung sehingga memicu maag. Orang yang mengalami diare dapat berakibat demam, sakit perut, nafsu makan menurun, lelah, serta berat badan menurun.²²⁰ Dalam kasus-kasus tertentu diare dapat mengakibatkan kehilangan cairan tubuh (dehidrasi), kerusakan organ bahkan sampai koma, dan apabila tidak segera ditangani dengan baik maka dapat

²¹⁹ Achmad Taufiqerrochman, *Kepemimpinan Maritim*, (Yogyakarta: Pandiva Buku, 2019), hlm. 149.

²²⁰ Nurul Utami dan Nabila Luthfiana, *Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kejadian Diare pada Anak*, MAJORITY I Volume 5 Nomor 4 I Oktober 2016, hlm. 102.

menimbulkan hal yang lebih fatal seperti kematian.²²¹ Akibat mengonsumsi makanan terlalu pedas, bon cabe, balado, dan sejenisnya yang lain mengenai peningkatan asam lambung atau penyakit maag. Penyakit ini apabila tidak segera mendapat penanganan dapat berakibat fatal. Agar terhindar dari penyakit maag untuk yang dapat dilakukan salah satunya dengan tidak mengonsumsi makanan yang dapat meningkatkan asam lambung seperti makanan yang terlalu pedas atau terlalu asam demi menjaga kesehatan sistem pencernaan.²²²

3. Implementasi Pendidikan Karakter Disiplin di SMP IT Sunan Kalijaga

Karakter disiplin berarti melakukan sesuatu pada waktu yang tepat. Dengan memiliki karakter disiplin akan membawa seseorang dapat menghargai waktu. Selain berkaitan tentang waktu, disiplin juga berkaitan mengenai perilaku yang selalu taat terhadap peraturan yang berlaku. Disiplin merupakan salah satu karakter yang melekat pada seseorang yang dapat digunakan sebagai kontrol diri yang mendorong dan mengarahkan segala upaya untuk dapat menggapai sesuatu.²²³

Implementasi karakter disiplin siswa di SMP IT Sunan Kalijaga melalui implementasi pendidikan karakter dalam materi sistem pencernaan manusia yang dikaitkan dengan budaya pesantren yaitu anjuran pondok wajib sarapan dan makan minimal 3 kali sehari. Disiplin yang ditanamkan di SMP IT Sunan Kalijaga adalah disiplin dalam hal makan, karena banyak anak pondok yang memiliki pola makan yang kurang baik. Pengasuh mewajibkan anak-anak

²²¹ Sonson, *Merencanakan Sendiri*.....hlm. 198.

²²² Tim Redaksi, *252 Tips Seputar Kesehatan*, (Jakarta: Penebar Plus, 2009), hlm. 99.

²²³ Mumpuni, *Integrasi Nilai Karakter*.....hlm. 25-26

sarapan dan menganjurkan makan minimal 3 kali sehari pada anak-anak agar tidak gampang sakit dan lebih semangat belajar karena perut terisi. Implementasi karakter disiplin di SMP IT Sunan Kalijaga mencapai tingkat sering diterapkan oleh siswa dan mulai menjadi kebiasaan. Karakter ini belum mencapai tingkat membudidaya karena terkadang masih ada anak yang tidak sarapan sebelum berangkat sekolah dan makan 2 kali sehari. Adanya anjuran dari pengasuh wajib sarapan dan makan minimal 3 kali sehari juga berkaitan dengan kesehatan sistem pencernaan yaitu menghindari penyakit gastritis (maag). Gastritis (maag) dapat disebabkan karena peningkatan asam lambung, pola makan tidak teratur, infeksi bakteri *Helicobacter pylori*, serta mengonsumsi jenis makanan yang dapat meningkatkan produksi asam lambung.²²⁴

Penyakit gastritis (maag) dapat berisiko terkena kanker lambung apabila tidak segera ditangani dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Terdapat dua tipe dalam penyakit ini. Tipe pertama yaitu gastritis akut dan tipe kedua yaitu gastritis kronis. Kedua tipe ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor yaitu pola makan tidak teratur, mengonsumsi kopi berlebihan, mengonsumsi alkohol, merokok, stress fisik maupun psikologis, kelainan autoimun, infeksi bakteri ataupun infeksi parasit, penyakit lain seperti HIV/AIDS, serta gagal hati atau ginjal.²²⁵

²²⁴ Nafaizzi dan Tenia Kurniawati, *Modul Pembelajaran*.....hlm. 95

²²⁵ Trimaya Cahya Mulat, *Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat Terhadap Penyakit Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Barombong Kota Makassar*, JKSHSK Volume 1 Nomor 1/ Juli 2016. 874-883, hlm. 884.

4. Implementasi Pendidikan Karakter Peduli Sosial di SMP IT Sunan Kalijaga

Peduli sosial merupakan suatu karakter yang ditunjukkan dengan sikap ataupun tindakan yang selalu ingin membantu meringankan beban orang lain. Seseorang yang memiliki jiwa peduli sosial akan selalu mengasihi orang-orang yang ada disekitarnya dengan selalu membantu kesulitan orang lain tanpa memandang status sosialnya serta tidak mengharapkan balasan apapun. Karakter ini merupakan suatu kebajikan yang dapat memberikan keringanan, manfaat, serta kemaslahatan dalam kehidupan sosial.²²⁶

Implementasi karakter peduli sosial siswa di SMP IT Sunan Kalijaga melalui implementasi pendidikan karakter dalam materi sistem pencernaan manusia yang dikaitkan dengan budaya pondok yaitu mematuhi anjuran pondok wajib menjaga kesehatan dengan minum air putih yang cukup dengan rela mengangkat gallon/mengisi tempat minum apabila air habis. Pengasuh selalu menganjurkan untuk banyak minum air putih untuk menjaga kesehatan dengan kita ringan tangan untuk mengangkat gallon ke lantai 3 dan 4 untuk minum serta mengisi tempat minum di lantai 1 apabila air habis. Diketahui bahwa 72% bagian tubuh manusia terdiri dari cairan. Oleh karena itu, untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh manusia membutuhkan konsumsi air yang cukup.²²⁷

²²⁶ Rinawati, *Implementasi Nilai*hlm. 66

²²⁷ Indah Prasetyowati Tri Purnama Sari, *Tingkat Pengetahuan Tentang Pentingnya Mengonsumsi Air M Ineral Pada Siswa Kelas IV di SD Negeri Keputran A Yogyakarta*, Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 10, Nomor 2, November 2014, hlm. 55.

Implementasi karakter peduli sosial di SMP IT Sunan Kalijaga sudah sering dilakukan dan mulai menjadi kebiasaan. Karakter ini belum mencapai membudidaya karena kebanyakan anak perempuan tidak kuat mengangkat gallon sendirian. Terkadang anak-anak mengangkat satu gallon berdua, terkadang satu gallon tidak penuh, dan yang sering anak-anak yang berada di lantai 2, 3, dan 4 mengambil air minum menggunakan botol besar untuk satu kamar agar lebih ringan. Jiwa peduli sosial mereka mulai terlihat dari hal-hal kecil, misalnya dengan mengambil air minum untuk satu kamar karena hal itu sangat penting bagi kesehatan serta pengasuhpun selalu menganjurkan untuk banyak minum dan ringan tangan. Karakter ini dapat terbentuk melalui beberapa tahapan yaitu tahap pertama hati nurani, tahap kedua harga diri, tahap ketiga merasakan penderitaan orang lain, tahap keempat mencintai kebaikan, tahap kelima pengendalian diri, dan tahap keenam kerendahan hati.²²⁸

Pentingnya air minum sama halnya dengan pentingnya unsur-unsur nutrisi seperti karbohidrat, protein, lemak, serta vitamin. Setiap hari tubuh manusia memerlukan konsumsi 1 sampai 2,5 liter air minum atau setara dengan 6 sampai 8 gelas. Mengonsumsi air minum yang cukup memiliki banyak manfaat bagi tubuh diantaranya dapat membantu dalam proses pencernaan, mengatur metabolisme tubuh, mengatur zat-zat makanan yang masuk ke dalam tubuh, serta menjaga keseimbangan tubuh.²²⁹ Apabila tubuh kurang dalam mengonsumsi air akan berdampak buruk terhadap kesehatan dan meningkatkan risiko terserang berbagai penyakit diantaranya sumbelit, batu ginjal, kram, dan

²²⁸ Nursalam, dkk., *Model Pendidikan*.....hlm. 123

²²⁹ Sari, *Tingkat Pengetahuan*hlm. 55

lain-lain. Kekurangan air juga dapat menurunkan kekuatan tubuh, daya ingat, serta kecerdasan. Penerapan karakter peduli sosial dalam masalah air minum sangat penting untuk menghindari hal-hal tersebut.²³⁰

5. Implementasi Pendidikan Karakter Tanggung Jawab di SMP IT Sunan Kalijaga

Tanggung jawab merupakan karakter yang dapat ditunjukkan dengan sikap bertanggung jawab atas tugas-tugas atau kewajiban yang dimiliki. Tanggung jawab tersebut dapat terhadap Tuhan, diri sendiri, orang lain maupun lingkungan. Orang yang memiliki karakter tersebut akan mengantarkan pada kehidupan yang seimbang karena adanya kesadaran dari diri untuk melaksanakan kewajibannya.²³¹

Implementasi karakter tanggung jawab siswa di SMP IT Sunan Kalijaga melalui implementasi pendidikan karakter dalam materi sistem pencernaan manusia yang dikaitkan dengan budaya pondok yaitu mematuhi peraturan pondok harus melaksanakan takziran (hukuman) apabila ketahuan mengonsumsi makanan terlarang misalnya ciki-ciki, mie instan, balado, bon cabe, dan sejenisnya. Implementasi karakter tanggung jawab di SMP IT Sunan Kalijaga sudah membudidaya diterapkan oleh siswa dan sudah menjadi kebiasaan, karena karakter tanggung jawab sudah terbiasa diterapkan siswa dalam berbagai hal baik di sekolah atau di pondok. Dengan terbiasa mematuhi peraturan yang berlaku terutama tentang menghindari makanan yang terlarang di pondok maupun di sekolah secara tidak langsung siswa telah bertanggung

²³⁰ Budi Iman Santoso, dkk., *Air Bagi Kesehatan*, (Centra Communications, 2011), hlm. 3.

²³¹ Mumpuni, *Integrasi Nilai*hlm. 27

jawab menjaga kesehatan diri sendiri. Jenis-jenis makanan yang dilarang dalam peraturan pondok merupakan jenis makanan tidak sehat. Kesehatan seseorang berpengaruh besar terhadap kebiasaan makan, untuk mengatasi gangguan kesehatan tentunya pola makan yang sudah menjadi kebiasaan harus diubah menjadi pola makan yang baik dan sehat.²³²

Zaman sekarang banyak orang meninggal tanpa mengenal usia yang disebabkan berbagai penyakit. Dari data WHO 70% penyebab kematian yaitu penyakit-penyakit berisiko tinggi seperti jantung, kanker, diabetes, serta stroke. 50% penyebab penyakit tersebut yaitu pola makan yang tidak sehat. Generasi modern kebanyakan memiliki pola makan yang tidak sehat seperti sering mengonsumsi makanan cepat saji yang mengandung banyak zat aditif buatan dan nol kalori, kebiasaan makan makanan ringan berlebihan, terlalu banyak mengonsumsi karbohidrat dan lemak serta kurang mengonsumsi serat.²³³

Makanan merupakan sumber kesehatan dengan catatan makanan yang dikonsumsi merupakan jenis makanan yang sehat yang mengandung nutrisi yang diperlukan tubuh. Menurut ahli gizi yang dimaksud makanan sehat yaitu makanan lengkap yang terdiri dari nasi, sayur mayur, lauk pauk, dan buah-buahan. Diantara zat-zat makanan yang sering ditemui yang tidak menyehatkan jika dikonsumsi terlalu sering yaitu zat *Monosodium Glutamat* (MSG) yang biasa ditambahkan pada makanan-makanan ringan untuk memberi rasa gurih.

²³² Reiza Farandika Kurniawan, *Rahasia Terbaru Kedahsyatan Terapi Enzim*, (Healthy Books, 2014), hlm. 29.

²³³ Erma Hanifah, *Cara Hidup Sehat*, (Jakarta Timur: Sarana Bangun Pustaka, 2010), hlm. 6.

Beberapa kriteria makanan sehat yang perlu diperhatikan yaitu bebas zat aditif buatan yang semuanya berbahaya bagi tubuh.²³⁴

B. Faktor Pendukung dan Faktor Peghambat Implementasi Pendidikan Karakter Berbasis Pondok Pesantren dalam Pembelajaran IPA Materi Sistem Pencernaan Manusia di SMP IT Sunan Kalijaga Wonodadi Bitar

1. Faktor Pendukung

a. Koordinasi yang baik antara pihak formal dan non formal (pondok)

Menurut George R. Terry dalam Handayani²³⁴ bahwa tanggung jawab koordinasi berada pada pimpinan sehingga koordinasi menjadi tugas dari pimpinan. Koordinasi yang berlangsung dilakukan oleh pimpinan masing-masing baik dari pihak formal (sekolah) yaitu guru yang bersangkutan dan non formal (pondok) yaitu pengasuh dan pengurus. Tanpa adanya koordinasi yang baik antara pihak SMP IT Sunan Kalijaga dan pondok pesantren maka tidak akan mencapai tujuan bersama dengan baik karena komunikasi sangat penting. Mengenai hal tersebut terkait dengan program-program yang dibuat dan juga terkait dengan pelaksanaan tugas yang saling melibatkan satu sama lain.²³⁵

Koordinasi merupakan suatu kegiatan menyasikan dan menyelaraskan sesuatu yang berbeda agar menjadi satu dalam mencapai tujuan tertentu pada waktu yang ditentukan pula. Sedangkan apabila dilihat dari sudut fungsinya, koordinasi dilakukan untuk meningkatkan efektifitas kerja guna mengurangi

²³⁴ *Ibid.*, hlm. 14

²³⁵ Noviana Wahyu Prabandary, *Koordinasi Antar Institusi Dalam Pengelolaan Benda Cagar Budaya Candi Borobudur*, FIS UNY hlm 577.

dampak negatif yang mungkin terjadi. Dengan demikian koordinasi dapat diartikan sebagai proses dalam menyepakati antara perkara yang berbeda menjadi satu tujuan bersama yang mana hasil kesepakatan tersebut tidak merugikan perkara yang lain. Koordinasi yang baik yang dimaksud yaitu apabila ada suatu permasalahan maka segera diselesaikan bersama dengan berkomunikasi secara baik-baik antar pihak yang bersangkutan, dalam hal ini pihak sekolah yaitu guru dan pihak pondok yaitu pengasuh dan pengurus.²³⁶

b. Keteladanan yang baik

Keteladanan merupakan salah satu kunci berhasilnya penanaman pendidikan karakter dalam suatu lembaga pendidikan, keteladanan tersebut diberikan oleh para pendidik dan seluruh staf baik formal maupun non formal. Guru di SMP IT Sunan Kalijaga, pengasuh, serta pengurus pondok pesantren dijadikan teladan bagi para anak didiknya, maka dari itu harus selalu berperilaku yang baik. Karena anak-anak selalu cenderung meniru apa yang dilakukan oleh panutannya. Keteladanan bukan sekedar sebagai panutan peserta didik, akan tetapi dapat menguatkan moral anak dalam bersikap dan berperilaku. Dengan demikian, prasyarat dunia pendidikan dalam membina pendidikan karakter siswanya yaitu dengan memberikan keteladanan yang baik.²³⁷

²³⁶ Adi Hartono, *Koordinasi Antar Lembaga Dan Stakeholder Dalam Pengembangan Taman Bacaan Masyarakat (Studi Kasus: Taman Flora Dan Taman Ekspresi Di Kota Surabaya)*, Kebijakan dan Manajemen Publik SSN 2303 - 341X Volume 4, Nomor 3, September - Desember 2016.

²³⁷ Danang Prasetyo, dkk., *Pentingnya Pendidikan Karakter Melalui Keteladanan Guru*, Harmony 4 (1) (2019), hlm. 24.

Keteladanan berperan sebagai nyawa dalam proses pembinaan pendidikan karakter. Suatu karakter yang baik mempunyai landasan tujuan "lakukan seperti yang kulakukan" bukan "lakukan seperti saya katakan". Salah satu strategi dalam implementasi pendidikan karakter yaitu keteladanan. Dalam menggunakan strategi ini sebelumnya harus memenuhi dua syarat yaitu baik guru formal atau non formal dalam hal ini pengasuh dan pengurus maupun orang tua mereka harus menjadi panutan bagi peserta didiknya atau anak-anaknya harus berperan sebagai model yang baik bagi peserta didiknya atau anak-anaknya. Selain itu, anak-anak harus memiliki idola orang yang berakhlak mulai seperti Rasulullah SAW. untuk dijadikan teladan. Terdapat hubungan timbal balik antara perkembangan karakter anak dengan teladan yang diberikan. Apabila diberikan teladan yang baik maka akan terbentuk individu yang berkepribadian baik. Begitu juga sebaliknya, apabila orang yang dijadikan teladan melakukan hal-hal yang tercela maka akan terbentuk individu dengan kepribadian buruk. Biasanya hal-hal yang kurang baik akan lebih mudah diterima siswa.²³⁸

Sebagai pendidik guru dituntut memiliki kepribadian dan karakter yang positif agar dapat menjalankan tugasnya dalam membentuk karakter siswa dengan baik. Seorang guru dalam kehidupan sehari-hari baik di sekolah atau di luar sekolah harus selalu menerapkan nilai-nilai yang baik, nilai-nilai tersebut diwujudkan melalui tindakan nyata bukan hanya ketika mengajar di kelas. Semua sikap dan perilaku guru akan tercermin pada peserta didiknya, apabila

²³⁸ *Ibid.*, 24-25

guru memiliki kedisiplinan maka akan mudah membentuk perilaku disiplin pada peserta didiknya. Hal ini menjadi salah satu tantangan bagi guru dalam menghadapi perkembangan zaman, generasi saat ini diharapkan terlahir tidak hanya terampil dan cerdas dalam intelektual saja, namun sekaligus mempunyai karakter yang baik. Guru juga harus menjadi sumber inspirasi semua orang terutama peserta didik untuk menirukan apa yang dicontohkan. Tugas guru yang lain yaitu guru harus menjadi seorang yang mengajarkan keyakinan, antara keyakinan pribadi dan yang diajarkan tidak boleh bertentangan. Seorang pendidik yang berkarakter akan melahirkan kebaikan dari dalam diri dimanapun berada bukan karena status sosial dan lingkungannya.²³⁹

c. Dukungan orang tua

Peran orang tua juga dibutuhkan dalam implementasi pendidikan karakter peserta didik di sekolah. Sekolah hanya menerima warisan karakter anak sebelum anak tersebut sekolah artinya bahwa orang tua lah yang berperan pertama kali dalam membentuk karakter anak sebelum lingkungan sekolah dan masyarakat. Keterkaitan orang tua dalam implementasi pendidikan karakter di SMP IT Sunan Kalijaga ini dibuktikan dengan adanya dukungan yang baik mengenai peraturan-peraturan maupun anjuran-anjuran yang ditetapkan di SMP IT Sunan Kalijaga maupun di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an (PPTQ) As-Salafi Walisongo. Bukan sebaliknya, orang tua selalu protes atas peraturan-peraturan maupun anjuran-anjuran yang tidak sesuai dengan kehendaknya dan selalu membela anaknya meskipun ia bersalah. Kehadiran

²³⁹ *Ibid*, hlm. 27-28

orang tua dalam perkembangan jiwa anak sangat penting, perkembangan anak perlu mendapatkan dukungan positif dari orang tua sejak dini.²⁴⁰

2. Faktor Penghambat

a. Faktor internal (diri sendiri)

Disini faktor internal yang dimaksud berasal dari dalam diri sendiri peserta didik yaitu biasanya mereka terserang rasa malas. Banyak peserta didik yang hanya menuntut hak tetapi lupa akan kewajibannya. Selain malas peserta didik biasanya terpaksa dan kurang memiliki kesadaran dalam menaati anjuran-anjuran dan peraturan-peraturan yang berlaku. Ini merupakan faktor penghambat terberat, bahkan dengan hati yang ikhlaspun terkadang masih terdapat kendala dalam menaati anjuran dan perturan pondok apalagi dalah hati siswa terdapat keterpaksaan. Hal ini menjadi tantangan bagi sekolah yang harus segera dipecahkan untuk mewujudkan tercapainya pendidikan karakter siswa.

Untuk memahami diri sendiri diperlukan sebuah kemampuan yang dikenal dengan konsep diri. Permasalahan mengenai implementasi pendidikan karakter yang muncul disebabkan karena rendahnya konsep diri yang akan berpengaruh pada status individu dalam lingkungannya. Konsep diri sangat penting dibutuhkan anak untuk menyikapi berbagai permasalahan yang dihadapi. Konsep diri yang positif dapat terbentuk melalui pemahaman terhadap nilai-nilai karakter seseorang. Pemahaman terhadap peserta didik tentang pendidikan karakter saat ini sangat penting untuk membekali diri agar tidak terjerumus ke

²⁴⁰ Rosramadhana, *Menulis Etnografi: Brlajar Menulis Tentang Kehidupan Sosial Budaya Berbagai Etnis*, (Yayasan Kita Menulis, 2020), hlm. 272.

dalam kenakalan remaja yang menyesatkan. Dengan berpegang teguh pada nilai-nilai dalam pendidikan karakter akan membentuk peserta didik yang memiliki konsep diri positif.²⁴¹

b. Kurangnya dukungan orang tua

Penyesuaian diri dengan lingkungan baru merupakan permasalahan yang sering timbul ketika anak sekolah dan tinggal di pondok pesantren. Adanya banyak peraturan yang berlaku yang mana anak enggan menaatinya karena tidak sesuai dengan keinginan untuk memuaskan hatinya. Sehingga hal tersebut akan menimbulkan kebebasan pada anak mengenai sederet peraturan yang harus ditaati yang tidak sesuai dengan hatinya. Kegiatan pesantren yang cenderung monoton juga dapat menimbulkan keinginan anak untuk sengaja melanggar peraturan seperti keluar lingkungan pondok tanpa izin dan lain-lain. Dilihat dari banyaknya permasalahan yang terjadi diketahui latar belakang anak mondok terkadang keinginan dari orang tua sehingga membuatnya tidak betah dan merasa rindu atau kangen dengan orangtua karena lama tidak berjumpa, dan lain-lain. Semua pelanggaran yang dilakukan tentunya akan mendapat hukuman masing-masing.²⁴²

Sebanyak dan seberat apapun kendala yang dihadapi, hendaknya orang tua bersikap bijak karena orang tua merupakan sumber tantangan yang utama. Banyak orang tua yang tidak terima dan dengan sengaja menyalahkan pondok pesantren jika anaknya mendapatkan hukuman atau di dikeluarkan karena

²⁴¹ Riko, dkk., *Pengaruh Pendidikan Karakter Terhadap Konsep Diri Peserta Didik*, SAP (Susunan Artikel Pendidikan) Vol. 4 No. 2 Desember 2019, hlm. 114.

²⁴² Nur Azizah, *Dukungan Orangtua Bagi Anak Yang Belajar Di Pondok Pesantren*, Prosiding Seminar Nasional Parenting 2013, hlm 136-137.

pelanggarannya. Orang tua sama sekali tidak mendukung tentang peraturan yang berlaku. Mereka terlalu yakin bahwa anaknya tidak mungkin melakukan perbuatan tersebut karena mereka memiliki masa lalu yang baik sebelum mondok. Orang tua semacam itu akan selalu curiga, merasa tidak senang, bahkan protes apabila mendengar berita keburukan anaknya. Mereka tidak percaya pada ketetapan pengasuh dan pengurus bahwa adanya anjuran-anjuran dan peraturan-peraturan pondok yang berlaku semata-mata untuk membentuk karakter anaknya. Padahal pondok pesantren merupakan tempat untuk memperbaiki segala kerusakan karakter pada anak. Seharusnya orang tua senantiasa menanamkan perhatian dan motivasi yang besar serta mempercayakan anaknya pada pengasuh dan pengurus untuk keberhasilannya kelak.²⁴³

c. Faktor lingkungan (pertemanan)

Keberhasilan dalam implementasi karakter juga tergantung faktor lingkungan yaitu pertemanan. Perilaku positif atau negatif individu dapat terbentuk melalui pengaruh orang-orang di lingkungan sekitar. Lingkungan sekitar memberikan pengaruh yang sangat penting terhadap pembentukan konsep diri. Konsep diri yang terbentuk merupakan hubungan timbal balik dari orang-orang di lingkungan sekitar, apabila orang-orang di lingkungan sekitar memberikan contoh yang baik maka akan terbentuk konsep diri positif begitu pula sebaliknya. Faktor ini sering terjadi dalam implementasi karakter di SMP IT Sunan Kalijaga. Siswa yang semula sudah memiliki karakter baik karena

²⁴³ *Ibid.*, hlm 137

setiap hari bergaul dengan teman-teman yang kurang memiliki karakter, maka lama kelamaan akan ikut kebiasaan-kebiasaan temannya yang kurang baik tersebut. Menghindari hal tersebut, maka orang-orang di lingkungan sekitar atau orang tua hendaknya memberikan sikap yang baik serta positif sehingga dalam diri individu akan tumbuh konsep diri yang positif.²⁴⁴

Bagi kehidupan anak teman sepergaulan memiliki pengaruh yang sangat penting. Apabila peserta didik bergaul dengan teman-teman yang baik, mereka akan memperoleh timbal balik yang positif dan saling menguntungkan antar sesama. Dalam perkembangan anak sangat besar dipengaruhi oleh teman sepergaulan, mereka saling bertukar sumber informasi terhadap perkembangan dunia luar untuk dijadikan landasan berperilaku. Apabila tidak berhati-hati dan pandai menjaga diri dapat terjerumus olehnya. Hal terpenting mereka harus mampu menilai apa yang dilakukan, baik buruknya, bermanfaat atau tidak, serta lebih buruk atau lebih baik dari apa yang dilakukan orang lain.²⁴⁵

²⁴⁴ Putri Suhaida dan Safri Mardison, *Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Konsep Diri Siswa Kelas VIII di MTsN Lembah Gumanti Kabupaten Solok*, (Padang), hlm. 26.

²⁴⁵ *Ibid.*, hlm 27