



## Korelasi Intensitas Puasa Senin Kamis dan Kecerdasan Emosional

<sup>1</sup>Shifa Azzahra,<sup>2</sup>Tsania Tazlila Wardhani,<sup>3</sup>Nur Azmi,<sup>4</sup>Sri Mulyani,<sup>5</sup>Wismanto  
Universitas Muhammadiyah Riau<sup>12345</sup>

<sup>1</sup>[07shifaazzahra@gmail.com](mailto:07shifaazzahra@gmail.com), <sup>2</sup>[tsaniatazilaw@gmail.com](mailto:tsaniatazilaw@gmail.com), <sup>3</sup>[nurazzmi02@gmail.com](mailto:nurazzmi02@gmail.com),  
<sup>4</sup>[sm948366@gmail.com](mailto:sm948366@gmail.com) <sup>5</sup>[wismanto29@umri.ac.id](mailto:wismanto29@umri.ac.id)

Korespondensi penulis : [07shifaazzahra@gmail.com](mailto:07shifaazzahra@gmail.com)

**Abstract.** *This research aims to determine the relationship between the intensity of fasting Monday and Thursday with emotional intelligence in campus missionary members (HIMA). This research uses population research because the researcher uses all members of the HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau (UMRI) class of 2021 and 2022, totaling 30 people. Data collection uses questionnaires and emotional intelligence scales. The data obtained was then analyzed using regression analysis. The results of the research show that there is a significant relationship between the intensity of fasting Monday and Thursday with emotional intelligence in members of the PGMI Student Association (HIMA) organization at Muhammadiyah University of Riau class of 2021 and 2022 with a value of  $r = 0.372$ ; and  $p = 0.000$ .*

**Keywords:** *Emotional intelligence, intensity, Monday and Thursday fasting, HIMA.*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas melakukan puasa Senin Kamis dengan kecerdasan emosional pada anggota dakwah kampus (HIMA). Penelitian ini menggunakan penelitian populasi karena peneliti menggunakan seluruh anggota HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau (UMRI) angkatan 2021 dan 2022 yang berjumlah 30 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan skala kecerdasan emosional. Data yang didapatkan kemudian dianalisis dengan menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara intensitas melakukan puasa Senin Kamis dengan kecerdasan emosional pada anggota organisasi Himpunan Mahasiswa (HIMA) PGMI Universitas Muhammadiyah Riau angkatan 2021 dan 2022 dengan nilai  $r = 0.372$ ; dan  $p = 0.000$ .

**Kata kunci:** Kecerdasan emosional, intensitas, puasa senin kamis, HIMA.

### PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hak setiap manusia karena pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam eksistensi dan masa depan manusia (Wismanto, Yupidus, Efni Ramli, Ridwan, 2023; Wismanto, 2021). Tanpa pendidikan maka seseorang akan tumbuh menjadi pribadi yang tidak terampil, seseorang akan menjadi pribadi yang tidak mengetahui aturan, bertindak sendiri-sendiri, malas dan lemah mental.

Oleh karena itu, pendidikan memegang peranan penting dalam peradaban manusia. Dan pendidikan berpotensi membentuk peradaban yang lebih baik harus diupayakan secara serius, mulai dari prasekolah hingga pendidikan tinggi (Ghofir, 2020). Bahkan di negara kita Indonesia, patut kita syukuri bahwa sejak tahun 2013 yang lalu sudah diterapkan pendidikan berbasis karakter yang diadopsi dari nilai-nilai Pancasila, hebatnya lagi semua unsur yang terkandung dalam lima sila panca sila tersebut tidak bertentangan dengan nilai-nilai keislaman.

Pendidikan karakter inilah yang kemudian diharapkan akan dapat membentuk watak putra-putri bangsa dikemudian hari untuk menjadi generasi yang memiliki karakter yang membanggakan. Sedikitnya ada delapan belas karakter yang akan di bentuk oleh model pendidikan ini. Delapan belas karakter pendidikan yang ditumbuhkembangkan berdasarkan nilai-nilai pancasila tersebut yaitu; pendidikan karakter religius, jujur, toleransi, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, bersahabat, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial dan bertanggungjawab (Elbina Saidah Mamla, 2021). Beberapa diantara karakter pendidikan tersebut sudah pernah di teliti seperti pendidikan karakter religius (Isnaini, Bidin, Susanto, et al., 2023; Isnaini, Bidin, Wahyu Susanto, et al., 2023; Isran Bidin, Muhammad Isnaini, Misharti, Wismanto, 2022; KEMENDIKNAS, 2011; Kusuma, 2018; Muslim et al., 2023; Syukri, Abdul Rouf, Wismanto, 2023), karakter jujur (Elbina Saidah Mamla, 2021; Muslim et al., 2023; Pendidikan & 2018, n.d.), karakter toleransi (Aswidar & Saragih, 2022; Marintan Marintan & Priyanti, 2022; Rahmawati & Harmanto, 2020; Sari, 2016; Wahyuddin, Imam; Cahyono, Fajar; Alfaris, 2022), karakter disiplin (Aswidar & Saragih, 2022; Rusli Ibrahim, Asmarika, Agus Salim, Wismanto, n.d.; Wuryandani et al., 2014), karakter kerja keras (KEMENDIKNAS, 2011; Marzuki & Hakim, 2019), karakter kreatif, karakter mandiri, karakter demokratis dan yang lainnya.

Untuk mewujudkan nilai-nilai karakter tersebut tentu diperlukan manajemen pengelolaan pendidikan yang baik oleh kepala sekolah (Deprizon, Radhiyatul Fithri, Wismanto, Baidarus, 2022; Hamzah, Tuti Syafrianti, Bambang Wahyu Susanto, Wismanto, 2022; Mardhiah, Amir Husin, Muhammad Imaaduddin Masjunaidi, 2022; Muslim et al., 2023; Syukri, Abdul Rouf, Wismanto, 2023), kurikulum yang mendukung (Deprizon, Radhiyatul Fithri, Wismanto, Baidarus, 2022; Dina et al., 2022; Roza, 2004; Wismanto et al., 2021), guru-guru yang kompeten dibidangnya (Asmarika, Amir Husin, Syukri, Wismanto, 2022; Asmarika, Syukri, Mohd. Fikri Azhari, Mardhiah, 2022; Fitri et al., 2023; Junaidi, Andisyah Putra, Asmarika, Wismanto, n.d.; Marzuenda, Asmarika, Deprizon, Wismanto, 2022; Rahmi, M. Yemmardhotillah, n.d.; Rusli Ibrahim, Asmarika, Agus Salim, Wismanto, n.d.; Sakban, Deprizon, 2020; Sakban, 2021; Susanto & Lasmiadi, A. Muallif, Wismanto, 2023; Wismanto, Alhairi, Lasmiadi, A Mualif, 2023; Wismanto, n.d.), kerjasama dengan orangtua walimurid yang baik, peningkatan sumberdaya manusianya (guru dan tendik) serta hal-hal lainnya yang diperlukan (Junaidi, Zalisman, Yusnimar Yusri, Khairul Amin, 2021; Khairul Amin, Imam subaweh, Taupik Prihatin, Yusnimar Yusri, 2022). Jika pendidikan karakter ini bisa berjalan dengan baik, maka lembaga pendidikan bisa akan

mampu membantu peserta didik kita untuk bisa terhindar dari perbuatan yang mengarah pada kesyirikan (Wismanto., Zuhri Tauhid., 2023; Wismanto Abu Hasan, 2018).

Di perguruan tinggi, selain disibukkan dengan kegiatan dan proses pembelajaran formal, mahasiswa juga memperoleh manfaat dari proses pembelajaran informal, seperti kewirausahaan dan berbagai jenis organisasi. Berbagai lembaga kemahasiswaan membentuk Kawah Candradimuka untuk mempersiapkan lingkungan yang lebih baik, lebih berkualitas, beretika. dan generasi masa depan yang setia. Organisasi-organisasi mahasiswa tersebut, seperti HMI (himpunan mahasiswa Islam), PMII (Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia), IMM (Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah), KOPMA (koperasi mahasiswa), MAPALA (mahasiswa pencinta alam), Lembaga Dakwah Kampus (LDK), dan masih banyak lagi.

Bahkan, Wulandari, T. (2020). *Konsep dan Praksis Pendidikan Multikultural*. UNY Press. Identitas seorang pelajar mencerminkan tanggung jawab keagamaan, intelektual, sosial, dan pribadinya, baik sebagai hamba Tuhan maupun sebagai warga negara, bangsa dan negara. Namun hal ini berbeda dengan apa yang diharapkan, walaupun banyak mahasiswa yang memiliki prestasi akademik dan non akademik, namun sayang jika prestasi tersebut tidak dibarengi dengan etika dan karakter yang baik.

Hal ini juga menambah kewajiban dan tanggung jawab peserta didik dalam mempersiapkan diri menjadi pemimpin masa depan. Oleh karena itu, selain berusaha mendapatkan ilmu secara formal dalam bentuk perkuliahan, mahasiswa juga dituntut secara informal menambah pengetahuan dan wawasannya melalui berbagai aktivitas dan organisasi yang ada di kampus, termasuk HIMA dan LDK Kampus Universitas Muhammadiyah Riau yang kesehariannya berkumpul di Masjid kebanggaan kampus Al Hikmah. Suasana ini hendaknya dapat dimanfaatkan untuk kegiatan ke”*religius*”an yang akan menjadi nilai dan karakter tersendiri bagi mereka, tentunya dengan menyemarakkan kajian kajian keislaman (Dewi et al., 2024; Wismanto., Zuhri Tauhid., 2023; Wismanto Abu Hasan, 2018), mengajarkan kepada mahasiswa tentang sudut pandang orang-orang beriman terhadap dunia yang senantiasa menipu (Anggraini et al., 2024; Masnur et al., 2024; Mauliza et al., 2024; Sinta et al., 2024; Wismanto, Ananda et al., 2024), Sehingga institusi kampus dapat menjadi kawah candra dimuka untuk menghasilkan generasi yang bertanggung jawab, disiplin dan cerdas secara intelektual, spiritual dan juga emosional. Akan tetapi dalam perkembangannya, kampus malah sebaliknya hanya menjadi tempat untuk pamer kekayaan, pamer penampilan, pamer kendaraan, dan menjadi tempat pertemuan untuk hura-hura, bahkan penyalahgunaan narkoba. Gambar ini menunjukkan keterbatasan siswa dalam menemukan dan memanfaatkan kecerdasannya secara maksimal. Salah satu bentuk

kecerdasan yang perlu dilatih di dunia perguruan tinggi, selain untuk menciptakan kecerdasan intelektual, adalah kecerdasan emosional (Syarif, 2023). Kecerdasan emosional adalah kecerdasan yang berkaitan dengan kemampuan menerima, mengevaluasi, mengelola, dan mengendalikan emosi seseorang.

Goleman (2009) menjelaskan kecerdasan emosional sebagai emosi dan pikiran seseorang yang dipengaruhi oleh kondisi biologis dan psikologis tindakannya (Azizurrahman et al., 2023). Menurut Goleman, kecerdasan emosional adalah kemampuan manusia untuk memotivasi diri sendiri dan melawan frustrasi, mengendalikan impuls, dan mencegah stres sehingga melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati, dan berdoa. Ginanjar berpendapat bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan.

Namun penekanan Ginanjar terhadap makna kecerdasan emosional tidak terbatas pada kemampuan memahami orang lain dan beradaptasi. Namun lebih ditekankan pada akhlakul karimah seperti: keterpaduan (istiqomah), keutuhan (kaffah), usaha dan penyerahan diri (tawakal), keikhlasan (ikhlas) dan keseimbangan (tawazun). Pandangan Islam tentang kecerdasan emosional sebagai tujuan utama itu sendiri mempunyai implikasi positif bagi terbentuknya akhlakul karimah, sebagaimana dijelaskan dalam Surat Asy-Shyam Al-Quran yang artinya: “Dan jiwa serta kesempurnaannya (ciptaan), oleh karena itu, Tuhan mengilhami jiwa dengan kejahatan dan kesalahannya. Sungguh berbahagialah orang yang mensucikan jiwanya, dan sesungguhnya rugilah orang yang mengotorinya.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa seseorang mempunyai kesanggupan untuk menahan diri dari dorongan hawa nafsu (potensi nafsu) agar tidak terjerumus pada perbuatan-perbuatan bodoh atau tidak melakukan perbuatan tercela yang dapat merugikan diri sendiri atau orang lain, sekaligus juga mampu berbuat dan menjaga kesucian jiwa atau mengembangkan potensi moral agar lebih bijaksana, lebih sabar, lebih gigih, lebih kreatif, lebih percaya diri, lebih progresif dan lebih peka persepsi dalam menyikapi permasalahan sosial. Atas dasar itu dapat disimpulkan bahwa individu yang cerdas emosi adalah individu yang mampu menunjukkan perilaku (moral) terpuji dalam kehidupan sehari-hari.

Misalnya anggota dapat konsisten (istiqamah) terhadap kegiatan dakwah HIMA, memaksimalkan (kaffah) potensi yang dimiliki, berusaha belajar sebaik mungkin dan menyerahkan hasil usahanya kepada Allah, akan ada (tawakal), akan ada keikhlasan (ikhlas) dalam menerima tugas yang diberikan oleh Murabbi dan akan melaksanakannya dengan sebaik-baiknya, dengan tetap menyeimbangkan (tawazun) antara hak dan kewajiban Sebagai seorang mahasiswa, saya mempunyai kemampuan beradaptasi dengan baik dan peka dalam

mendeteksi sinyal emosional dari orang lain

Ironisnya, tanda-tanda di lapangan menunjukkan kurang istiqomahan ketimbang kaffah (memaksimalkan) potensi yang dimiliki santri, seperti menolak ketika ditugasi melakukan tausiah atau memimpin kegiatan dakwah lain, kurang respon dengan kegiatan rutin berbagi yang sebenarnya milik HIMA sendiri (STARBUCK PGMI BERBAGI), sehingga terkesan bahwa kegiatan dakwah mereka kurang membekas. Pengurus dan mahasiswa yang berperan sebagai anggota HIMA harus siap dan menjadikan tugas menjadi proses tanggung jawab dan pembelajaran serta penerapan ilmu yang diperoleh. Tanda-tanda lainnya dapat dilihat pada perilaku anggota dalam beraktivitas sehari-hari, seperti sering melewatkan kegiatan liqo, hafalan-hafal al-Qur'an sudah mulai hilang (tidak kokoh), kesulitan bekerja saat ingin melaksanakan program kerja, berkurangnya jumlah anggota yang keluar dari organisasi, hanya karena alasan emosi.

Menurut Abdullah Gymnastiar, Allah mengetahui kemampuan mengendalikan emosi umatnya. Abdullah Gymnastiar berpendapat bahwa untuk dapat mengendalikan dan menyeimbangkan emosi, individu harus selalu berusaha melakukan penilaian diri. Hal serupa juga diungkapkan Tarmizi Taher yang mengatakan bahwa untuk mampu mengendalikan emosi, memperkuat kesadaran, dan menciptakan keseimbangan emosi, seseorang harus berpuasa. Tarmizi mengatakan, orang yang berpuasa akan merasa terhubung satu sama lain sehingga akan menganggap orang yang lapar seperti mereka. Hal ini bisa terjadi karena yang mempengaruhi orang yang berpuasa adalah emosinya.

Oleh karena itu, masyarakat harus memiliki rasa keterhubungan satu sama lain yang akan mempengaruhi emosinya. Puasa diharapkan dapat memberikan efek positif dalam mengendalikan luapan emosi dan menjadi lebih santun (Wismanto, Saputra et al., 2024). Tarmizi mengatakan bahwa puasa dapat dijadikan sebagai latihan menahan diri.

Secara harfiah, puasa berarti menahan diri. Menurut hukum syariah, istilah ini pantangan terhadap segala hal, namun dibatasi hanya pada hal-hal yang dapat membatalkan puasa saja. Puasa terbagi menjadi dua jenis, yaitu puasa wajib dan puasa sunnah. Puasa wajib seperti puasa Ramadhan dan puasa nazar. Sedangkan puasa Sunnah antara lain puasa senin Kamis, puasa Rajab, puasa Nabi Daud, dan lain-lain. Melaksanakan puasa wajib adalah ibadah yang wajib dan jika meninggalkannya maka akan berdosa, sedangkan puasa sunnah adalah amalan sunnah yang tidak diamalkan, tidak ada salahnya, dan jika dilakukan maka akan mendapat pahala yang lebih.

Ketika seseorang bisa menunaikan puasa wajib itu adalah hal biasa, namun ketika seseorang bisa menunaikan puasa sunah setelah menuntaskan puasa wajib maka itu adalah hal yang luar biasa. Salah satu organisasi yang menganjurkan anggotanya berpuasa sunnah adalah HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau. HIMA ini mempunyai program yaumiyah amaliyah berupa kegiatan-kegiatan yang wajib dilakukan anggotanya, antara lain puasa senin kamis. Anggota dianjurkan berpuasa pada hari Senin dan Kamis, dan amaliyah yaumiyah setiap anggota dievaluasi setiap minggunya.

Setiap anggota secara bergiliran harus mengecek setiap aktivitas yang mereka lakukan setiap minggunya, dengan program Yaumiyah amaliyah Anda akan melihat seberapa sering mereka berpuasa setiap hari Senin dan Kamis. Puasa Senin Kamis merupakan salah satu puasa sunnah yang biasa dilakukan Nabi Muhammad SAW. Sepanjang hidupnya, Rasulullah SAW selalu berpuasa pada hari Senin dan Kamis, bahkan jarang beliau yang sengaja melewatkannya, mengingat besarnya keutamaan dan manfaatnya.

Menurut Nabi Muhammad SAW, hari Senin dan Kamis merupakan hari istimewa, oleh karena itu Nabi selalu menjalankan puasa pada dua hari tersebut. Akan tetapi, jika amalan sunnah tersebut kemudian dipaksakan, maka hal tersebut merupakan beban tidak langsung bagi orang yang melaksanakannya. Menurut Ahmad, Ats-Tsauri, Syafi'i dan Ishaq (Qodamah, 2008) ada pandangan bahwa seseorang tidak wajib melakukan puasa sunnah dan ia berhak memutuskan (membatakannya). Memang, ketika seseorang sudah berniat untuk puasa sunnah maka sangat dianjurkan untuk menyempurnakan puasanya tersebut, namun apabila ia membatakannya maka dia tidak wajib meng-qadhanya.

Diriwayatkan bahwa Ibnu Umar dan Ibnu Abbas pernah berpuasa pada pagi hari, tapi tak lama kemudian mereka berbuka. Ibnu Umar berkata, "Tidak apa-apa selama bukan puasa nazar atau puasa qadha Ramadhan." Ibnu Abbas menambahkan: "*Barangsiapa menunaikan puasa sunnah, jika ia ingin membatalkan atau memutuskan, maka ia dapat membatakannya. Begitu pula dengan salat sunah, jika ingin mengganggu salatunya, boleh saja.*"

Suyadi menjelaskan bahwa puasa senin kamis merupakan motivasi terbesar dalam langkah setiap individu untuk mencapai tujuan hidup. Saat lapar bukan berarti seseorang tidak mempunyai tenaga untuk melakukan aktivitas. Bahkan, dalam kondisi kelaparan, semangat aktivisme menjadi lebih kreatif dan inovatif. Suyadi menambahkan bahwa orang yang berpuasa pasti sangat berkecil hati, putus asa dan pantang menyerah. Akan tetapi,

fenomena yang terjadi dilapangan berbeda masih banyak yang berpuasa tapi mengeluh ketika mendapatkan tugas tambahan, berputus asa ketika sesuatu yang diinginkan tidak sesuai dengan harapan.

Andaikan puasa senin kamis bukan ibadah, bisa jadi perbuatan menahan lapar dan dahaga tersebut menjadi tidak berarti, dengan diadakannya puasa senin kamis sebagai ibadah, maka banyak sekali manfaat yang bertaburan dari ibadah tersebut. Artinya, ketika berpuasa ia tidak boleh merasa kesal apalagi sampai mengeluh tatkala mendengar seruan atau ajakan. Puasa senin kamis tidak hanya bermakna lahiriyah, yakni tidak hanya sebatas menahan lapar, dahaga, dan bersetubuh. Hal yang lebih penting dari itu adalah batiniyah.

Suatu proses pembinaan akhlak yang bertujuan untuk mencapai tingkat ketakwaan, tingkat tertinggi di mata Allah SWT.(Aladdin, 2019; Faramita, 2023; Fitri et al., 2023; Prandana et al., 2018; Sanusi, 2013; Zaimah et al., 2022; Zainuddin Abbas, Benny Prasetya, 2022) Khususnya puasa dari dosa dan maksiat. Faktanya, berapa banyak orang yang berpuasa namun hanya merasa lapar dan haus? Sebagaimana dalam sebuah hadis disebutkan: “Berapa banyak orang yang berpuasa (tetapi) mereka tidak memperoleh apa pun dari puasanya kecuali rasa haus, dan berapa banyak qiyamullail yang tidak memperoleh apa pun kecuali (lelah) akibat begadang. » (HR. Ad-Darimi dan Ahmad) Demikian juga pendapat para ulama bahwa masih banyak orang yang berpuasa senin kamis namun tidak bisa menahan diri dari maksiat dan memancing. Bahasa sering kali mengatakan hal-hal yang kotor, bergosip, memfitnah, saling marah-marah, dll.

Mata sering kali melihat hal-hal yang tabu. Telinga masih digunakan untuk mendengarkan apa yang dilarang oleh Allah SWT. Jadi, nyatanya secara tidak langsung hal itu merusak semangat puasa dan melemahkan keampuannya. Berangkat dari permasalahan tersebut, peneliti menyikapinya dalam penelitian bertajuk Korelasi Intensitas Puasa Senin Kamis Dan Kecerdasan Emosional (Studi Kasus pada anggota HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau)

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional kuantitatif karena ingin menunjukkan hubungan antara perbedaan intensitas puasa pada hari Senin dan Kamis dengan perbedaan kecerdasan emosional. Sedangkan berdasarkan populasi dan subjek penelitian, penelitian ini juga termasuk dalam penelitian demografi, karena subjek yang digunakan dalam penelitian ini hanya berjumlah 30 orang anggota HIMA PGMI angkatan

2021 dan 2022.

Metode Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini antara lain dengan menggunakan metode pengumpulan data. skala kecerdasan emosional dan angket intensitas puasa senin dan kamis. Skala kecerdasan emosional mencakup 53 item yang diklasifikasikan menurut dimensi kecerdasan emosional Goleman, khususnya dimensi mengenali emosi diri sendiri, mengelola emosi, motivasi, mengenali emosi sendiri, emosi orang lain, dan menjalin hubungan dengan orang lain. Reliabilitas Skala Kecerdasan Emosional memiliki skor alpha Chronbach sebesar 0,939. dengan validitas aitem bergerak dari angka 0.397 sampai dengan 0.616. Sedangkan untuk kuesioner intensitas melakukan puasa Senin Kamis berjumlah 20 aitem dalam bentuk pernyataan positif dan negatif. Teknik analisis data menggunakan statistik parametrik dengan uji prasyarat mencakup uji normalitas dan uji linearitas. Sedangkan uji hipotesis menggunakan analisis product moment dengan bantuan aplikasi SPSS 20 for windows.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Setelah data penelitian didapatkan, selanjutnya dilakukan uji prasyarat yang berupa uji normalitas dan linearitas. Berdasarkan uji tersebut didapatkan data sebagai berikut.

**Tabel 1. Deskripsi Hasil Uji**

<b>Normalitas</b>			
<b>Variabe</b>	<b>K-SZ</b>	<b>P</b>	<b>Keterangan</b>
<b>I</b>			
Kecerdasan emosional	0, 821	0,510	Berdistribusi normal
Intensitas melakukan Puasa Senin-Kamis	1,328	0,050	Berdistribusi normal

Hasil uji normalitas terhadap variabel kecerdasan emosional menunjukkan hasil K-SZ= 0,821 dan memiliki nilai signifikan  $p= 0,510$  berdasarkan data tersebut, maka dapat dikatakan bahwa data variabel kecerdasan emosional berdistribusi normal. Sementara itu hasil uji normalitas terhadap variabel intensitas melakukan puasa senin kamis diperoleh nilai K-SZ=1,358 dan memiliki nilai signifikan  $p= 0,050$ , sehingga dapat dinyatakan bahwa data variabel intensitas melakukan Puasa Senin-Kamis berdistribusi normal.

Uji prasyarat yang selanjutnya adalah uji linearitas. Hasil uji linearitas antara kedua variabel tersebut menunjukkan nilai  $F= 14,172$  bahwa nilai signifikan ( $p$ ) = 0,000, dan

menunjukkan bahwa ( $p < 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa variabel kecerdasan emosional dan intensitas melakukan Puasa Senin-Kamis berkorelasi linear. Setelah dilakukan uji prasyarat, kemudian dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis *product moment* dengan menggunakan bantuan program SPSS 20 *for windows*.

Hasil uji hipotesis antara kedua variabel tersebut menunjukkan besarnya koefisien korelasi antara kedua variabel adalah  $r_{xy} = 0,372$  dan  $p = 0,000$  dimana  $p < 0,01$ , berarti variabel intensitas melakukan Puasa Senin-Kamis memiliki hubungan yang substansial dengan variabel kecerdasan emosional pada anggota HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau. Artinya, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini terbukti. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan hubungan antara intensitas melaksanakan puasa Senin Kamis dengan kecerdasan emosional. Berdasarkan uraian diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang substansial antara variabel kecerdasan emosional dengan variabel intensitas melakukan Puasa Senin-Kamis pada anggota HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan terbukti.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil perhitungan statistik yang dilakukan menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mempunyai hubungan yang signifikan dengan intensitas puasa senin sampai kamis di kalangan anggota HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau. Hasil analisis ini menunjukkan bahwa hipotesis tentang hubungan kecerdasan emosional dengan intensitas puasa Senin hingga Kamis di kalangan anggota HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau telah terbukti. Penelitian ini terbukti sendiri, karena secara teori puasa merupakan ibadah yang sangat mulia, sangat cocok untuk membangun dan menstimulasi kecerdasan emosional seseorang. Puasa dapat meningkatkan motivasi, meningkatkan kemauan, melatih kesabaran, menjernihkan pikiran, dan merangsang pemikiran intelektual. Vegetarisme juga dapat membentuk karakter manusia yang tabah dan sabar dalam menghadapi permasalahan, tidak menyerah atau mudah putus asa, dan selalu optimis terhadap masa depan.

Apalagi setelah puasa Ramadhan dan Senin Kamis. Puasa Senin hingga Kamis merupakan program wajib yang dilakukan Penggiat Dawa Kampus (ADK). Kegiatan yang bernilai positif akan membuahkan hasil yang positif, meningkatkan aktivitas ibadah, dan menjadikan Penggiat Dakwah Kampus (PDK) yang kreatif, inovatif, dan berakhlak mulia.

Berdasarkan hasil klasifikasi juga menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan emosional saat berpuasa Senin Kamis termasuk dalam kategori tinggi. Artinya, puasa anggota HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau pada hari Senin dan Kamis memberikan dampak positif terhadap kecerdasan emosionalnya. Program kegiatan HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau sangat memacu anggota mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi seperti aktivis dakwah kampus mampu mengenali emosinya dengan baik dilihat dari keyakinan yang mereka miliki untuk tetap konsisten mengikuti semua program yang ada di lembaga dakwah kampus melebihi perasaannya. Anggota yang mampu mengelola emosinya dengan baik adalah anggota yang menangani perasaannya agar perasaan dapat terungkap dengan pas, kemampuan menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan dengan menyibukkan diri pada kegiatan yang positif. Aktivis dakwah kampus (ADK) yang mampu menguasai dirinya dan memotivasi dirinya agar tetap berkreasi adalah aktivis yang mempunyai kecerdasan emosi yang baik.

Organisasi HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau juga mempunyai kegiatan sosial seperti berkunjung ke panti asuhan untuk setiap bulannya supaya aktivis mempunyai rasa empati yang kuat terhadap orang lain, dan membina hubungan antar anggota dan mahasiswa lainnya dilakukan sharing dan silaturahmi setiap pekannya, mengadakan STARBUCK PGMI BERBAGI setiap harinya. Terbukti dari hasil kategorisasi yang menunjukkan bahwa sebagian besar anggota HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, hal ini sesuai dengan program kegiatan HIMA PGMI Universitas Muhammadiyah Riau yang mengacu pada peningkatan emosi positif bagi aktivis dakwah kampus (ADK).

Sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Ali Imran ayat 118 yang artinya: *“Dan jika kamu bertemu dengan orang-orang beriman, mereka berkata: ‘Maukah kamu menceritakan kepada mereka (orang-orang mukmin) apa yang telah dijelaskan Allah kepadamu? Argumentasimu tidak dapat mengalahkan tuanmu, Apakah kamu tidak mengerti?’*” Ayat ini sama dengan ayat Firman Allah SWT. Diakhiri dengan kata “Afara Takirun” dan “In Kuntum Takirun” dan penekanannya adalah pada manusia untuk mendayagunakan potensi atau akal manusianya.

Untuk itu Allah SWT memberikan kebebasan (kematangan emosi) kepada manusia untuk berpikir dan mengendalikan pikirannya guna mencapai kebahagiaan dan rasa aman dalam hidup. Mencapai kematangan emosi tidaklah mudah. Banyak orang gagal dalam kehidupan (pekerjaan, karir, sosial, keluarga, dll) hanya karena ketidakmampuan dalam mengendalikan emosinya. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan, bahwa salah

satu cara untuk melatih dan meningkatkan kematangan kecerdasan emosional itu adalah dengan melakukan puasa.

## **KESIMPULAN**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan intensitas puasa Senin-Kamis dengan kecerdasan emosional. Berdasarkan data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa intensitas puasa Senin hingga Kamis berhubungan dengan kecerdasan emosional. Secara teori, puasa merupakan ibadah yang sangat mulia dan dapat menjadi sarana yang sangat baik dalam membangun dan memperkuat kecerdasan emosional seseorang. Puasa meningkatkan motivasi, meningkatkan kemauan, mengajarkan kesabaran, menjernihkan pikiran, dan membantu menghasilkan pendapat yang cerdas. Puasa juga dapat membentuk sifat manusia yang mantap dan sabar dalam menghadapi permasalahan, tidak mudah menyerah atau putus asa, serta selalu optimis terhadap masa depan. Oleh karena itu, puasa senin kamis merupakan kegiatan yang baik bagi yang tidak mempunyai kendala dalam menjalankannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas puasa Senin hingga Kamis berhubungan dengan kecerdasan emosional. Oleh karena itu, ada harapan sebagai berikut;

1. Puasa Senin sampai Kamis hendaknya dilakukan dengan benar dan ikhlas dengan ridho Allah SWT agar manfaat dari puasa itu sendiri dapat dirasakan secara maksimal.
2. Anggota Lembaga Pendidikan Dawa Kampus (LDK) mampu melaksanakan tugas organisasi yang ditetapkan oleh pengurus, sehingga seluruh program kerja terlaksana sesuai dengan peraturan yang ada dan menjadi teladan bagi organisasi dan generasi selanjutnya.
3. Bagi pengurus: Bersabarlah dalam pembinaan anggota. Juga sangat diharapkan bagi para pengurus untuk disiplin dalam menaati peraturan dan ketentuan yang berlaku dalam organisasi.
4. Bagi masyarakat. Belajar dari dan mampu menerapkan apa yang telah dicapai bersama anggota keluarga seperti orang tua, anak, saudara dan kerabat dekat lainnya.

**DAFTAR RUJUKAN**

- Aladdin, H. M. F. (2019). Peran Materi Pendidikan Agama Islam di Sekolah dalam Membentuk Karakter Kebangsaan. *Jurnal: Penelitian Medan Agama*, 10(2), 153. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/medag/article/view/6417/3050>
- Anggraini, J., Aisyah, N., Damayanti, A., & Hidayat, M Hadi, W. (2024). *Kemuliaan Penjaga Lisan Dari Susut Pandang Hukum Islam*. 2(1).
- Asmarika, Amir Husin, Syukri, Wismanto, R. (2022). Mengasah Kemampuan softskills dan hardskills calon guru SD/MI pada metode microteaching melalui pengembangan media visual mahasiswa PGMI UMRI. *Jurnal Hikmah: Jurnal Pendidikan Islam*, 11, 282–300.
- Asmarika, Syukri, Mohd. Fikri Azhari, Mardhiah, W. (2022). *PERAN GANDA GURU KELAS DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR SISWA DI SDIT AL-HASAN KEC. TAPUNG KAB KAMPAR*. 11, 301–308.
- Aswidar, R., & Saragih, S. Z. (2022). Karakter Religius, Toleransi, dan Disiplin pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Imiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 6(1), 134. <https://doi.org/10.23887/jipp.v6i1.43373>
- Azizurrahman, A., Sabri, M., & Munir, M. (2023). Pengaruh Budaya Religius Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa Di Man 2 Lombok Timur. *Jurnal Manajemen Dan Budaya*, 3(1), 43–58. <https://doi.org/10.51700/manajemen.v3i1.394>
- Deprizon, Radhiyatul Fithri, Wismanto, Baidarus, R. (2022). Mitra PGMI: Sistem Perencanaan Manajemen Pendidikan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 2 (MIN 2) Pekanbaru. *Mitra PGMI : Jurnal Kependidikan MI*, 8, 100–110.
- Dewi, S. N., Pinasti, J., Rahmadani, D., & Rahman, Muhammad Aldi, W. (2024). *Syirik dan Dampaknya Bagi Kehidupan Manusia*. 2(1).
- Dina, A., Yohanda, D., Fitri, J., & ... (2022). Teori Kinerja Guru Dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 149–158.
- Elbina Saidah Mamla, W. (2021). Tafsir Maudhu'i Tentang Konsep Pendidikan Karakter Jujur Dalam al-Qur'an. *At-Thullab*, 1(2), 16.
- Faramita, L. (2023). *Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menumbuhkan Jiwa Kepemimpinan Pada Siswa Sma Swasta It Daarul Istiqlal Kecamatan Patumbak*. hal 1-2.
- Fitri, A., Nursikin, M., & Amin, Khairul, W. (2023). Peran Ganda Guru Pendidikan Agama Islam dalam Membimbing Siswa Bermasalah di SD Islam Al-Rasyid Pekanbaru. *Journal on Education*, 5(3), 9710–9717. <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/1786>
- Ghofir, J. (2020). Transformasi Nilai Pendidikan Keberagamaan Pada Generasi Milenial. *Tadris : Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Pendidikan Islam*, 14(1), 92–111.
- Hamzah, Tuti Syafrianti, Bambang Wahyu Susanto, Wismanto, R. T. A. E. (2022). *Peran Kepala Sekolah Dalam Meningkatkan Manajemen Mutu Pendidikan Di Sekolah Dasar Islam Al-Rasyid Pekanbaru*. 4(6), 1734–10351.
- Isnaini, M., Bidin, I., Susanto, B. W., & Hudi, I. (2023). *Pendidikan Karakter Religius Dalam Pembelajaran Pancasila dan Kewirausahaan Pada Mahasiswa Calon Guru MI / SDIT*. 05(04), 11539–11546.

- Isnaini, M., Bidin, I., Wahyu Susanto, B., & Hudi, I. (2023). Pendidikan Karakter Religius Dalam Pembelajaran Pancasila dan Kewirausahaan Pada Mahasiswa Calon Guru MI/SDIT. *Journal on Education*, 5(4), 11539–11546.
- Isran Bidin, Muhammad Isnaini, Misharti, Wismanto, K. A. (2022). Penguatan Pendidikan Karakter di Pondok Pesantren Tahfizh Quran Hadits Rabbaniy Internasional Pekanbaru-Riau. *Journal on Education*, 04(04), 1448–1460. <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/2129>
- Junaidi, Andisyah Putra, Asmarika, Wismanto, R. syafitri. (n.d.). *Pola Komunikasi Guru dengan Peserta Didik dalam*. 4(3), 1162–1168.
- Junaidi, Zalisman, Yusnimar Yusri, Khairul Amin, W. (2021). Pengembangan Manajemen Sumber Daya Manusia di Lembaga Pendidikan Islam. *AL-FAHIM: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 3(2), 131–146. <https://doi.org/10.54396/alfahim.v3i2.183>
- KEMENDIKNAS. (2011). Character Education Implementation Guide Book. *The Ministry of National Education*, 14–16.
- Khairul Amin, Imam subaweh, Taupik Prihatin, Yusnimar Yusri, W. (2022). *KEMAMPUAN SUMBER DAYAMANUSIA DALAMMENINGKATKAN KUALITAS MANAJEMEN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAMDI ERA DISRUPSI I*Khairul. 11, 204–226.
- Kusuma, D. (2018). Pembentukan Karakter Religius Melalui Pembiasaan Sholat Berjamaah. *Jurnal Kewarganegaraan P-ISSN: 1978-0184 E-ISSN: 2723-2328*, 2 No. 2(2), 34–40.
- Mardhiah, Amir Husin, Muhammad Imaaduddin Masjunaidi, W. (2022). *IKHTIAR KEPALAMIS RAUDHATUL MUSHALLIN TANJUNG UNGGAT DALAMMENINGKATKAN EKSISTENSI MADRASAH YANG DIPIMPINNYA MELALUI PERBAIKAN MANAJEMEN*. 11(2), 285–294.
- Marintan Marintan, D., & Priyanti, N. Y. (2022). Pengaruh Pola Asuh Demokratis terhadap Keterampilan Sikap Toleransi Anak Usia 5-6 Tahun di TK. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 5331–5341. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.3114>
- Marzuenda, Asmarika, Deprizon, Wismanto, R. S. (2022). *STRATEGI GURU PAI DALAMMENGATASI PERILAKU BULLYING DI MI AL – BAROKAH PEKANBARU*. 11, 204–226.
- Marzuki, I., & Hakim, L. (2019). Strategi Pembelajaran Karakter Kerja Keras. *Rausyan Fikr : Jurnal Pemikiran Dan Pencerahan*, 15(1), 79–87. <https://doi.org/10.31000/rf.v15i1.1370>
- Masnur, N. A., Hafiza, A., & Putri, Jihan Nailah, W. (2024). *Makna Kehidupan Beragama Bagi Generasi Zaman Ini*. 2(1).
- Mauliza, T., Mayo, A. C., Az-zahra, C., & Helwena, Tsabita, W. (2024). *Pendidikan Islam Dari Sudut Pandang Kehidupan Manusia*. 2(1).
- Muslim, Yusri, Y., Syafaruddin, Syukri, M., & Wismanto. (2023). Manajemen Kepala Sekolah Dasar Islam dalam Mengembangkan Pendidikan Karakter Religius di Era Disrupsi ( Studi kasus di SD Islam Al Rasyid Kota Pekanbaru ). *Journal of Education*, 05(03), 10192–10204.
- Pendidikan, N. R.-A.-F. J. S. D. P., & 2018, undefined. (n.d.). Peran Guru dan Orang Tua Membentuk Karakter Jujur pada Anak. *Lppm-Unissula.Com*. Retrieved March 25,

- 2021, from <http://lppm-unissula.com/jurnal.unissula.ac.id/index.php/fikri/article/view/3203>
- Prandana, A., Soiman, S., & Aqso, M. (2018). Peran Guru Pai Dalam Mengatasi Kenakalan. *Journal of Dharmawangsa University*, 1–8.
- Rahmawati, M., & Harmanto. (2020). Pembentukan Nilai Karakter Toleransi Dalam Pembelajaran Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan Bagi Siswa Tunagrahita. *Journal of Civics and Moral Studies*, 5(Vol. 7 No. 1 (2022)), 59–72.
- Rahmi, M. Yemmarhotillah, S. (n.d.). *Peran kepala Sekolah dalam Meningkatkan Kompetensi Guru*. 12–29.
- Roza, Y. (2004). *ANALISIS PENGGUNAAN TEKNOLOGI KOMUNIKASI DAN INFORMASI PADA SEKOLAH DI KOTA PEKANBARU PROPINSI RIAU*. 1–7.
- Rusli Ibrahim, Asmarika, Agus Salim, Wismanto, A. (n.d.). *Peran Guru dalam Membentuk Karakter Disiplin Peserta Didik Madrasah Ibtidaiyah Al Barokah Pekanbaru*. 4(1), 1082–1088.
- Sakban, Deprizon, N. (2020). Upaya Kepala Sekolah Dalam Menciptakan Budaya Religius di Madrasah Aliyah Negeri 2 Padang. *An-Nizom*, 5(3), 190–196. <https://ejournal.iainbengkulu.ac.id/index.php/annizom/article/view/3761>
- Sakban. (2021). Pengelolaan Guru dalam Rangka Pendayagunaan Sumber Daya Manusia Secara Optimal (Studi Evaluatif di Madrasah Aliyah Negeri 2 Padang). *Al-Muaddib: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial Dan Keislaman*, 6(1), 126–134.
- Sanusi, H. P. (2013). Peran Guru Pai Dalam Pengembangan Nuansa Religius Di Sekolah. *Pendidikan Agama Islam*, 11(2), 143–152. [http://jurnal.upi.edu/file/05\\_Peran\\_Guru\\_PAI\\_dalam\\_Pengembangan\\_Nuansa\\_Religi\\_us\\_di\\_Sekolah\\_-\\_Hary\\_Priatna\\_Sanus.pdf](http://jurnal.upi.edu/file/05_Peran_Guru_PAI_dalam_Pengembangan_Nuansa_Religi_us_di_Sekolah_-_Hary_Priatna_Sanus.pdf)
- Sari, Y. M. (2016). Pembinaan Toleransi Dan Peduli Sosial Dalam Upaya Memantapkan Watak Kewarganegaraan (Civic Disposition) Siswa. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 23(1), 15–26. <https://doi.org/10.17509/jpis.v23i1.2059>
- Sinta, S. D., Aminah, S., Safitri, M., & Andriani, Amelia Putri, W. (2024). *Sudut Pandang Islam Tentang Perjalanan dan Tujuan Hidup Manusia*. 2(1).
- Susanto, B. W., & Lasmiadi, A. Muallif, Wismanto, A. Z. (2023). *Strategi Guru Pendidikan Agama islam dalam membentuk akhlak berkomunikasi peserta didik*. 12, 327–337.
- Syarif, M. (2023). Muhammad Syarif: [Perkembangan Kecerdasan Intelektual, Emosional Dan Spiritual Anak] 31. *Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(1), 31–42.
- Syukri, Abdul Rouf, Wismanto, K. A. R. Q. (2023). Manajemen kepala Madrasah Ibtidaiyah dalam menumbuhkan pendidikan karakter religius pada era digital. *Jurnal on Education*, 6(1), 13. <https://doi.org/10.29210/146300>
- Wahyuddin, Imam; Cahyono, Fajar; Alfaris, F. (2022). Moderasi Beragama untuk Generasi Mienial Pancasila: Studi Kasus MI Tarbiyatu Sibyan di Desa “Pancasila” Balun, Turi, Lamongan. *Tasamuh: Jurnal Studi Islam*, 14(1), 1–21.
- Wismanto, Alhairi, Lasmiadi, A Muallif, A. (2023). *Aktualisasi Peran Guru Aqidah Akhlak dalam Mengembangkan Karakter Toleransi Peserta didik Pada Sekolah Dasar Islam Ar-Rasyid Pekanbaru*. 4(4), 1625–1633.
- Wismanto, Ananda, D., Nandiani, E. M., Anggelia, J., & Efendi, S. N. (2024). *Ajaran dan*

*gaya hidup dalam islam 1. 1(1), 52–64.*

- Wismanto, Saputra, M. R., Sabila, T. A., & Hakim, A. L. (2024). *Membentuk Kepribadian Muslim Peserta Didik Melalui Pendidikan Berbasis Akhlak. 3(1).*
- Wismanto, Yupiter, Efni Ramli, Ridwan, E. M. S. (2023). *PENDIDIKAN KARAKTER GENERASI MUKMIN BERBASIS INTEGRASI AL QUR'AN DAN SUNNAH DI SDIT AL HASAN TAPUNG - KAMPAR. 12(1), 196–209.*
- Wismanto., Zuhri Tauhid., A. Z. (2023). *Upaya Pencegahan Budaya syirik di Media Sosial melalui Pendidikan Islam Berbasis Al Islam kemuhammadiyah. 12, 338–350.*
- Wismanto. (n.d.). *Urgensi Guru PAI Dalam Pembentukan Akhlak Siswa Di Era Disrupsi-Parafrase.*
- Wismanto. (2021). *Pembentukan Awal Generasi Mukmin Dalam Al- Qur ' An Hadits Dan Implikasinya Pada Siswa Sekolah Dasar Islam Terpadu Imam Asy-Syafii Pekanbaru. 12(1).*
- Wismanto Abu Hasan. (2018). *Syarah Kitab Empat Kaidah Dasar memahami Tauhid dan syirik (1st ed.).* Cahaya Firdaus.
- Wismanto, Hitami, M., & Abu Anwar. (2021). Integrasi Islam dan Sains dalam Pengembangan Kurikulum di UIN. In *Jurnal Randai* (Vol. 2, Issue 1, pp. 85–94).
- Wuryandani, W., Maftuh, B., . S., & Budimansyah, D. (2014). Pendidikan Karakter Disiplin Di Sekolah Dasar. *Jurnal Cakrawala Pendidikan, 2(2), 286–295.*  
<https://doi.org/10.21831/cp.v2i2.2168>
- Zaimah, Z., Nazaruddin, N., & Husaini, N. (2022). Urgensi Metode Cerita Islam bagi Guru PAI dalam Membentuk Akhlak Siswa di SD Sekota Tanjungpinang. *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian Dan Kajian Sosial Keagamaan, 19(1), 87–100.*  
<https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v19i1.437>
- Zainuddin Abbas, Benny Prasetya, A. S. (2022). Peran Guru PAI Dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Di SMP Islam Hikmatul Hasanah Kecamatan Tegalsiwalan Kabupaten Probolinggo. *Sekolah Tinggi Agama Islam Muhammadiyah Probolinggo, 4(1), 447–458.*  
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/3756>