

BAB IV LAPORAN PENELITIAN

A. Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kancan Penelitian

Salah satu tahap yang harus dilalui sebelum penelitian dilaksanakan adalah perlunya memahami kancan atau tempat penelitian dan mempersiapkan segala sesuatu yang berkenaan dengan jalannya penelitian. Persiapan tersebut merupakan salah satu hal yang perlu dilakukan agar penelitian berjalan dengan optimal.

Sebelum menentukan kancan penelitian, penulis harus terlebih dahulu melakukan observasi pendahuluan dengan mendasarkan pada ciri-ciri populasi yang diambil. Aktivitas tersebut, dilakukan dengan tujuan agar sampel yang diambil sesuai dengan tujuan dan variabel penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di masjid Fatimah Surakarta. Penelitian ini menggunakan subjek pada anggota halaqah jamaah pelatihan shalat khusyuk Masjid Fatimah.

Masjid Fatimah terletak di Jl. Dr. Rajiman No.192 Surakarta. Kegiatan anggota jamaah halaqah shalat khusyuk ini memiliki beberapa kajian yang biasa dikajikan di masjid Fatimah. Salah satu kajiannya adalah pelaksanaan halaqah pelatihan shalat khusyuk yang dilakukan setiap satu minggu sekali, yaitu setiap hari Senin malam *ba'da isya'* (setelah shalat isyak) pukul 19.30- 21.00 WIB.

Orang yang menjadi anggota dalam halaqah jamaah pelatihan shalat khusyuk tersebut merupakan kumpulan banyak orang yang terdiri dari berbagai kalangan lapisan masyarakat yang beragama Islam di Surakarta. Kegiatan halaqah jamaah pelatihan shalat khusyuk ini, selain mengadakan pertemuan juga mengadakan pelatihan mengenai cara mendirikan shalat dengan khusyuk. Kegiatan

tersebut, dilakukan dengan mensosialisasikan terlebih dahulu pada masing-masing jamaah mengenai cara-cara dan gerakan-gerakan shalat yang benar dan khusyuk. Hal ini seperti penjelasannya dalam Al-Qur'an yang disampaikan secara menarik, inovatif, inspiratif, serta tidak membosankan dan mudah dimengerti serta dilaksanakan.

2. Penyusunan Alat Pengumpul Data

Sebelum penelitian berlangsung, terlebih dahulu menentukan alat pengumpul data yang dibutuhkan. Sebagaimana yang telah diungkapkan bahwa alat pengumpul data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah angket dan instrumen berbetuk skala. Adapun skala-skala yang digunakan sebagai alat pengumpulan data diuraikan sebagai berikut:

a. **Skala kebahagiaan.** Skala kebahagiaan dalam penelitian ini disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kebahagiaan yang dikemukakan oleh Diener dkk (2005) meliputi aspek kognitif dan aspek afektif.

Pernyataan atau aitem-aitem yang terdapat dalam skala kebahagiaan terdiri dari 50 item yang terdiri dari 26 aitem *favourable* dan 24 aitem *unfavourable*. Aitem *favourable* nilai yang diberikan adalah Sangat Sesuai (SS) skor 4, Sesuai (S) skor 3, Tidak Sesuai (TS) skor 2, Sangat Tidak Sesuai (STS) skor 1. Aitem *unfavourable* nilai yang diberikan adalah Sangat Setuju (SS) skor 1, Sesuai (S) skor 2, Tidak Sesuai (TS) skor 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) skor 4. Blue print skala kebahagiaan dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1
Blue Print
Skala Psikologi Kebahagiaan

Atribut	Nomor Aitem		Jumlah
	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Kognitif	1,2,6,8,10,12,15,24,25,27,30	11,13,14,17,21,26,47	18
Afektif	4,7,9,16,22,23,32,34,38,39,43,45,48,49,50	3,5,18,19,20,28,29,31,33,35,36,37,40,41,42,44,46	32
Total	26	24	50

b. **Skala kekhusyukan shalat.** Skala kekhusyukan mendirikan shalat dalam penelitian ini disusun oleh peneliti berdasarkan faktor-faktor kekhusyukan shalat meliputi faktor-faktor tuma'ninah dan dzikirullah.

Pernyataan atau aitem-aitem yang terdapat dalam skala kekhusyukan shalat terdiri dari 40 butir yang terbagi 32 aitem *favourable* dan 8 aitem *unfavourable*. Aitem *favourable* nilai yang diberikan adalah sangat tidak setuju sampai sangat setuju dengan skor yang berkisar antara 1 sampai 7. Aitem *unfavourable* nilai yang diberikan adalah sangat tidak setuju sampai sangat setuju dengan skor yang berkisar dari 7 sampai 1.

Semakin tinggi skor kekhusyukan shalat dalam penelitian ini, maka semakin tinggi pengendalian emosi pada jamaah halaqah pelatihan shalat khusyuk di Masjid Fatimah Surakarta, demikian pula jika semakin rendah skor kekhusyukan shalat, maka semakin rendah pula pengendalian emosi pada jamaah

halaqahpelatihan shalat khusyuk. Blue print skala kekhusukan shalat dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2
Blue Print
Skala Kekhusyukan Shalat

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah Aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Dzikrullah</i>	1, 2, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 14, 15,	5, 7, 9, 12, 13	15
2.	<i>Tuma'ninah</i>	16, 17, 18, 19, 21, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40	20, 22, 24	25
Total		32	8	40

Setelah kedua skala penelitian tersusun, langkah selanjutnya adalah menggunakan skala tersebut sebagai alat pengumpul data dalam pelaksanaan Try out.

3. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur dilakukan untuk mengetahui nilai validitas dan reliabilitas skala. Uji coba alat ukur dilaksanakan pada tanggal 14-17 oktober 2011. Subjek untuk uji coba adalah jamaah masjid di wilayah eks karesidenan Surakarta. Hal tersebut dilakukan dengan bantuan mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang mengambil mata kuliah aplikom dan mendapat subjek dengan jumlah 695 orang. Adapun alat ukur yang diujicobakan adalah skala kebahagiaan dan kekhusyukan shalat. Dari 695 orang yang subjek yang diberi skala, hanya 673 yg memenuhi syarat untuk disekor dan dianalisis. Data inilah yg dipergunakan untuk menghitung validitas dan reliabilitas dari alat ukur tersebut.

4. Perhitungan Validitas dan Reabilitas Uji Coba Alat Ukur

Penghitungan validitas aitem untuk skala kebahagiaan dan kekhusyukan shalat dalam penelitian ini diuji dengan teknik korelasi *product moment* dari Pearson (Anwar, 2009), menggunakan bantuan komputer program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*) 19.0 For Windows Program.

Pada penelitian ini, seleksi atau dasar pengambilan keputusan aitem yang valid dengan cara membandingkan nilai validitas (*corrected item total correlation*) dengan kriteria 0,063. Nilai tersebut diperoleh dengan cara, $df = \text{jumlah kasus atau subjek yang digunakan untuk uji coba dengan jumlah } 673 - 2 = 671$ dan tingkat signifikansi sebesar 5%, sehingga r tabel yang diperoleh adalah 0,063. Jika nilai *corrected item-total correlation* pada hasil analisis positif dan lebih tinggi dari 0,063 maka aitem dinyatakan valid, sebaliknya jika nilai *corrected item-total correlation* pada hasil negatif atau lebih kecil dari 0,063 maka aitem tersebut dinyatakan tidak valid.

a. Skala kebahagiaan

Hasil penghitungan validitas dan reliabilitas skala kebahagiaan menghasilkan 1 aitem gugur yaitu nomer 8 sehingga dari 50 aitem yang diujicobakan ada 49 aitem yang dinyatakan valid, dengan koefisien validitas (*corrected item-total correlation*) berkisar antara 0,095 sampai 0,646 ; $p < 0,05$ dengan koefisien reliabilitas (r_{tt})=0,912. Susunan aitem skala yang valid dan yang gugur pada skala kebahagiaan disajikan pada tabel 3.

Tabel 3
Susunan aitem Skala Psikologi Kebahagiaan
yang Valid dan Gugur

Atribut	Nomor Aitem				Jumlah
	<i>Favourable</i>		<i>Unfavourable</i>		
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	
Kognitif	1,2,6,10,12,15,24,25,27,30	8	11,13,14,17,21,26,47		18
Afektif	4,7,9,16,22,23,32,34,38,39,43,45,48,49,50		3,5,18,19,20,28,29,31,33,35,36,37,40,41,42,44,46		32
Total	25	1	24	0	50
	26		24		

b. Skala kekhusyukan shalat

Hasil perhitungan validitas dan reliabilitas alat ukur kekhusyukan shalat menghasilkan tidak ada aitem yang gugur, sehingga semua aitem yang berjumlah 40 aitem dinyatakan valid, dengan koefisien validitas (*corrected item-total correlation*) berkisar antara 0,099 sampai 0,751 ; $p < 0,05$ dengan koefisien reliabilitas (r_{tt}) = 0,920. Susunan aitem alat ukur kekhusyukan shalat yang valid dan yang gugur disajikan pada tabel 4.

Tabel 4
Susunan aitem Skala Kekhusyukan Shalat
yang Valid dan yang Gugur

No	Aspek	Nomor Aitem				Jumlah Aitem
		<i>Favorable</i>		<i>Unfavorable</i>		
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1.	<i>Dzibrullah</i>	1, 2, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 14, 15,		5, 7, 9, 12, 13		15
2.	<i>Tuma'ninah</i>	16, 17, 18, 19, 21, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40		20, 22, 24		25
Total		32	0	8	0	40
		32		8		

5. Penyusunan Alat Ukur Untuk Penelitian

Setelah selesai melakukan uji validitas dan reliabilitas, langkah selanjutnya aitem-aitem yang valid/sahih dipergunakan kembali untuk pengambilan data penelitian, sedangkan aitem-aitem yang gugur tidak dipergunakan kembali dalam penelitian. Adapun susunan aitem skala penelitian yang baru dapat dilihat pada tabel 5 dan 6.

Tabel 5
Susunan aitem
Skala Psikologi Kebahagiaan untuk Penelitian

Atribut	Nomor Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
Kognitif	1,2,6,10(9),12(11),15(14),24(23),25(24),27(26),30(29)	11(10),13(12),14(13),17(16),21(20),26(25),47(46)	18
Afektif	4,7,9(8),16(15),22(21),23(22),32(31),34(33),38(37),39(38),43(42),45(44),48(47),49(48),50(49)	3,5,18(17),19(18),20(19),28(27),29(28),31(30),33(32),35(34),36(35),37(36),40(39),41(40),42(41),44(43),46(45)	32
Total	26	24	50

Keterangan : nomor dalam tanda () adalah nomor aitem yang baru untuk penelitian.

Tabel 6
Susunan aitem
Skala Kekhusyukan Shalat untuk Penelitian

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah Aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Dzikhruallah</i>	1, 2, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 14, 15,	5, 7, 9, 12, 13	15
2.	<i>Tuma'ninah</i>	16, 17, 18, 19, 21, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40	20, 22, 24	25
Total		32	8	40

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Penentuan Subjek Penelitian

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah anggota jamaah halaqah pelatihan shalat khusyuk di masjid Fatimah Surakarta. Dalam penentuan subjek

penelitian ini, peneliti menggunakan quota sampel, yaitu penentuan subjek yang telah dibatasi jumlahnya terlebih dahulu oleh peneliti. Alasan menggunakan quota dalam pengambilan sampel pada penelitian ini karena peneliti tidak mengetahui jumlah populasi secara pasti. Sampel atau subjek yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 35 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik aksidental sampling yang ditentukan dengan cara nonprobability sampling. Maksud dari aksidental sampling, yaitu siapa saja yang secara tidak sengaja bertemu dengan peneliti dan sesuai dengan karakteristiknya, maka orang tersebut dapat digunakan sebagai sampel.

2. Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data penelitian dilakukan selama enam bulan, yaitu mulai bulan Mei sampai dengan Oktober 2011. Selama enam bulan tersebut peneliti mendapatkan beberapa informasi yang digunakan sebagai data-data pendukung analisis data, baik observasi maupun deskriptif subjek.

Pengumpulan data dengan melakukan *Tryout* sebanyak satu kali dan setelah itu langsung menggunakan *Tryout*terpakai untuk pengambilan data skripsi. *Tryout* dilaksanakan pada tanggal 15-18 Oktober 2011. Peneliti melakukan *Tryout* pada jamaah masjid di wilayah eks karesidenan Surakarta dengan jumlah 695 orang. Alasan *Tryout* digunakan pada jamaah masjid di wilayah eks karesidenan Surakarta adalah karena sesuai dengan ciri-ciri yang akan digunakan untuk subjek penelitian yaitu anggota jamaah halaqah.

Pembagian skala dibantu mahasiswa dari fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang mengambil mata kuliah aplikom. Kemudian peneliti melakukan skoring dan mengetahui ada 1 aitem yang gugur untuk

variabel kebahagiaan dan tidak ada aitem yang gugur untuk variabel kekhusyukan shalat.

Penulis kemudiantidak memakai aitem-aitem yang gugur tersebut karena aitem-aitem yang valid dirasa sudah cukup mewakili aspek-aspek yang ingin diungkap oleh peneliti dan siap untuk dilakukan *Tryout* untuk penelitian. Skala yang digunakan untuk menjadi skala penelitian sebanyak 49 aitem untuk variabel kebahagiaan dan 40 aitem untuk variabel kekhusyukan shalat. Pengambilan data penelitian kemudian diambil dalam 1 hari yaitu hari Senin tanggal 21 November 2011 di masjid Fatimah Surakarta pada pukul 19.30 WIB. Berdasarkan 35 eksemplar yang dibagikan dan kemudian dikembalikan lagi kepada peneliti sebanyak 35 eksemplar dengan keadaan yang memenuhi syarat untuk diskoring. Langkah selanjutnya peneliti melakukan skoring dan memasukkan pada tabulasi data kemudian data dianalisis dengan tujuan untuk menguji hipotesis.

3. Pelaksanaan Skoring

Setelah data terkumpul maka langkah selanjutnya melakukan skoring untuk keperluan analisis data. Skor skala kekhusyukan shalat bergerak dari 1 sampai 7 dan kebahagiaan bergerak pada 1 sampai 4, pemberian skor dilakukan berdasarkan jawaban subjek dan memperhatikan sifat aitem yaitu *favourabel* dan *unfavourable*. Kemudian peneliti menjumlahkan skor masing-masing skala, kemudian nilai totalnya digunakan untuk analisis data.

4. Skoring untuk uji hipotesis

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas serta diketahui aitem yang gugur dan yang valid, selanjutnya dilakukan penyekoran kembali untuk

menghitung sejauh mana korelasi yang didapat. Penskorangan ini dilakukan dengan cara mencari jumlah total dari aitem yang valid pada masing-masing variabel atau skala. Hasil proses penskorangan digunakan untuk menguji normalitas dan linearitas sebelum dilakukan uji hipotesis dengan teknik analisis *product moment*.

C. Analisis Data

Sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan. Uji asumsi ini dilakukan dengan menggunakan metode statistik dengan *SPSS 19 for Windows Program*.

1. Uji Asumsi

a. **Uji normalitas.** Uji normalitas sebaran dimaksudkan untuk mengetahui apakah sebaran data penelitian mengikuti sebaran distribusi normal atau tidak. Berdasarkan hasil uji normalitas pada variabel kebahagiaan diperoleh nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov^a = 0.157; $p > 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hasil sebaran data variabel kebahagiaan memenuhi distribusi normal. Hasil uji normalitas kekhusyukan shalat diperoleh nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov^a = 0,064; $p > 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan sebaran data variabel kekhusyukan shalat memenuhi distribusi normal.

b. **Uji linieritas.** Uji linieritas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel bebas (kekhusyukan shalat) dan variabel tergantung (kebahagiaan) memiliki korelasi yang searah (linier) atau tidak. Berdasarkan uji linieritas diperoleh nilai F sebesar 100,256 dengan signifikansi (p) = 0,000; $p < 0,05$. Hasil tersebut

menunjukkan bahwa variabel bebas (kekhusyukan shalat) dan variabel tergantung (kebahagiaan) memiliki korelasi yang searah (linier).

2. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil perhitungan teknik analisis *product moment* dari Pearson diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,718 dan signifikansi = 0,000; $p < 0.05$ yang berarti bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kekhusyukan shalat dengan kebahagiaan. Semakin tinggi tingkat kekhusyukan shalat seseorang maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaannya, sebaliknya semakin rendah tingkat kekhusyukan shalat seseorang maka semakin rendah pula tingkat kebahagiaannya.

3. Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif kekhusyukan shalat terhadap kebahagiaan sebesar 51,5%, ditunjukkan oleh koefisien determinan (r^2) = 0,515. Dengan demikian, masih terdapat 48,5% variabel lain yang memengaruhi kebahagiaan diluar variabel kekhusyukan shalat seperti usia, pendidikan, jenis kelamin, lingkungan sosial dan kebudayaan, pengalaman hidup serta kepribadian.

4. Kategorisasi

Berdasarkan hasil analisis diketahui variabel kebahagiaan mempunyai rerata empirik (RE) sebesar 147,17 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 122,5 yang berarti kebahagiaan pada subjek tergolong sedang. Variabel kekhusyukan shalat diketahui rerata empirik (RE) 227,57 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 160 yang berarti kekhusyukan shalat pada subjek tergolong sedang. Hasil katagorisasi secara lengkap dapat dilihat pada lampiran kategorisasi.

Hasil uji hipotesis *product moment* dan sumbangan efektif disajikan pada tabel 9.

Tabel 7
Uji Hipotesis Product Moment dan Sumbangan Efektif

Uji Hipotesis	Variabel	Hasil	Keterangan (Status)
<i>Product Moment</i>	Kekhusyukan Shalat dengan Kebahagiaan	Koefisien $r = 0,718$ $p = 0,000$ ($p < 0,05$)	Ada hubungan positif yang sangat signifikan
Koefisien determinan/ sumbangan efektif	Kekhusyukan Shalat dengan Kebahagiaan	$r^2 = 0,515$ Sumbangan kekhusyukan shalat terhadap pengendalian emosi sebesar 51,5%	Terdapat 48,5% variabel lain yang mempengaruhi pengendalian emosi selain kekhusyukan shalat
Kategorisasi	Kekhusyukan shalat Kebahagiaan	RE = 227,57 RH = 160 RE = 147,17 RH = 122,5	Tergolong sedang Tergolong sedang

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan teknik analisis *product moment* dari Pearson diperoleh koefisien koreasi (r) sebesar 0,718 dengan signifikansi sebesar 0,000; $p < 0,05$ yang berarti ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kekhusyukan shalat dengan kebahagiaan. Semakin tinggi kekhusyukan shalat seseorang maka semakin tinggi pula kebahagiaannya, begitu pula sebaliknya semakin rendah kekhusyukan seseorang maka semakin rendah pula kebahagiaannya. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Rafi'udin dan Zainudin (2004) menyatakan bahwa shalat akan membuat jiwa menjadi tenang, tidak gelisah, takut atau khawatir, membawa keteguhan hati dan sikap optimis serta ketenangan jiwa. Hal ini sejalan dengan Basyarahil (2001)

yang juga mengatakan bahwa shalat dapat menimbulkan ketenangan hati dan ketentraman batin.

. Qutub (Sangkan, 2006) manusia melalui shalat mencari jalan spiritualitas, kekuatan rohani, ketenangan batin, dan kebahagiaan hakiki, dalam prosesi shalat sebagaimana dicontohkan Rasulullah saw: "*Shalatlah kalian sebagaimana aku shalat*" (Al-Hadits) dan firman Allah SWT: "*Tegakkanlah shalat untuk mengingat-Ku*" dan "*Ketahuilah bahwa dengan mengingat-Ku, hati akan tenang*" (Al-Qur'an).

Mendirikan shalat dengan khuysuk diharapkan bisa dilakukan oleh setiap manusia sesuai dengan perintah Allah SWT. Keseriusan dalam mendirikan shalat dengan baik akan menghasilkan rasa sambung dan khuysuk, dengan mendirikan shalat dengan khuysuk akan memberikan ketenangan hati pada kita. Sebagaimana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an (Al Baqarah ayat 45-46) yang artinya : "*jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali orang-orang yang khuysuk, (yaitu) orang-orang yang meyakini, bahwa mereka akan menemui Tuhannya, dan bahwa mereka akan kembali kepada-Nya*" (Al Baqarah ayat 45-46)

Shalat hendaknya selalu dilaksanakan dengan khuysuk yaitu dengan dzikrullah dan tumakninah. Kondisi dzikrullah dan tumakninah dalam shalat akan membuat keadaan fisiologis dan psikologis seseorang menjadi tenang, rileks, emosi mudah dikendalikan, dan damai. Sehingga segala sesuatu yang dikerjakan dengan penuh ketenangan dan tidak tergesa-gesa akan membawa hasil yang baik dan sempurna.

Hal ini menjadi alasan ilmiah mengapa ajaran Islam menganjurkan umatnya untuk berdzikir ketika sedang dalam keadaan shalat atau merasa gelisah, dengan berdzikir secara perlahan membuat keadaan psikologis individu menjadi lebih tenang, sehingga keadaan tenang ini akan secara perlahan membuat seseorang menjadi lebih tenang dalam hatinya.

Sangkan (2006) menyatakan tuma'ninah merupakan suatu teknik relaksasi dalam shalat dan merupakan aspek meditasi. Relaksasi dalam shalat ditujukan untuk pengenduran tubuh secara alamiah, meletakkan tulang-tulang pada tempatnya. Apabila melakukan gerakan-gerakan shalat yang selayaknya disadari sebagai sarana memperbaiki hidup setiap hari serta dapat membuat tubuh dan jiwa menjadi sehat dan tenang lahir batin. Hal ini ditegaskan oleh pendapat Angha (dalam Nzawah, 2010), yang menyatakan bahwa shalat bukanlah sekedar sujud, membungkuk dan berdiri saja. Akan tetapi, rangkaian gerakan shalat itu dapat membawa pada kedamaian dan ketenangan jiwa, sehingga dapat merasakan betapa dekatnya Allah SWT.

Berdasarkan analisis dari aspek kekhusyukan shalat, diketahui bahwa dzikrullah mempunyai nilai korelasi (r) sebesar 0,766 dengan signifikansi sebesar $0,000; p < 0,05$ terhadap variabel kebahagiaan. Tumakninah mempunyai nilai korelasi (r) sebesar 0,630 dengan signifikansi $0,000; p < 0,05$ terhadap variabel kebahagiaan. Hal ini menunjukkan bahwa faktor-faktor kekhusyukan shalat yang berpengaruh besar terhadap kebahagiaan adalah dzikrullah.

Rice (Safaria dan Saputra, 2009) mengatakan dinamika psikologis melalui kegiatan spiritual, seperti berdzikir akan membuat keadaan kita menjadi santai

(relaksasi). Keadaan ini memengaruhi bagian otak manusia terutama pada bagian hipotalamus. Pengucapan kalimat dzikir dalam shalat akan menyebabkan stimulasi aktivitas hipotalamus sehingga menghambat pengeluaran hormon corticotropin-releasing factor (CRF), yang mengakibatkan kelenjar anterior pituari terhambat mengeluarkan adrenocorticotrophic hormone (ACTH), sehingga menghambat kelenjar adrenal untuk mengeluarkan hormon kortisol, adrenalin, dan noradrenalin. Hal ini menyebabkan hormon tiroksin yang dikeluarkan oleh kelenjar tiroid dalam tubuh juga terhambat. Beberapa macam hal yang dapat disebabkan oleh hormon tiroksin yang tinggi, yaitu individu mudah lelah, mudah camas, mudah tegang dan susah tidur, sehingga keadaan yang penuh perasaan tenang dan damai akan menimbulkan dampak psikis yang lebih tenang dan relaks.

Hal tersebut sejalan dengan apa yang diungkapkan oleh Andrew dan McKennel (dalam Carr, 2004) yang menyebutkan bahwa aspek-aspek dalam kebahagiaan adalah kesenangan, kegembiraan, dan juga kepuasan hidup (afektif dan kognitif).

Berdasarkan hasil analisis, diketahui variabel kekhusyukan shalat mempunyai rerata empirik sebesar 227,57 dan rerata hipotetik sebesar 160 yang berarti kekhusyukan shalat pada subjek tergolong sedang. Kondisi sedang ini dapat diinterpretasikan bahwa jamaah halaqah pelatihan shalat khusyuk di masjid Raya Fatimah Surakarta atau subjek penelitian pada dasarnya memiliki sikap yang terbentuk dari karakteristik kekhusyukan shalat yaitu :*dzikrullah* dan *tumakninah*.

Variabel kebahagiaan diketahui memiliki rerata empirik sebesar 147,17 dan hipotetik sebesar 24,5 yang berarti kebahagiaan subjek tergolong sedang.

Kondisi sedang ini dapat diinterpretasikan bahwa subjek memiliki afektif dan kognitif yang positif. Selain itu, subjek juga memiliki kekhusyukan shalat yang sedang sehingga dalam melaksanakan shalat subjek dapat merasakan ketenangan, kesenangan dan kepuasan hidup. Hal ini disebabkan karena subjek memiliki kekhusyukan shalat yang tergolong sedang.

Secara kesatuan sumbangan kontribusi kekhusyukan shalat terhadap kebahagiaan adalah 51,5%. Hal ini menunjukkan adanya 48,5% variabel memberikan kontribusi terhadap kebahagiaan seseorang. Hal ini memungkinkan, karena berdasarkan pendapat Diener dan Lucas (1997) ada faktor lain yang memengaruhi kebahagiaan, yaitu kepribadian dan genetik. Selain itu, kebahagiaan juga dipengaruhi oleh usia dan jenis kelamin.

Dalam hal ini, kekhusyukan shalat memiliki kontribusi yang positif terhadap pengendalian pada jamaah halaqah di masjid Fatimah yang berarti semakin tinggi tingkat kekhusyukan shalat subjek maka semakin tinggi pengendalian emosinya, sebaliknya semakin rendah kekhusyukan shalat maka semakin rendah pengendalian emosinya. Hal ini sesuai pendapat Gohm dan Clore (Safaria dan Saputra, 2009) menyatakan bahwa individu jika lebih banyak merasakan efek negatif dan tidak mampu mengendalikan emosi seperti marah, benci, dendam, dan kecewa maka individu akan diliputi oleh suasana psikologis yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan. Akibatnya, individu akan terasa sulit merasakan kepuasan, ketenangan dan kebahagiaan dalam hidupnya. Kondisi tersebut terjadi karena individu tidak dapat merasakan nikmat shalat, sehingga

akan menimbulkan kekhusyukan shalat yang rendah yang memicu tingkat kebahagiaan yang rendah pula.

Hal ini mencerminkan bahwa kekhusyukan shalat menjadi salah satu cara untuk mendapatkan kebahagiaan pada jamaah halaqah. Berdasarkan uraian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa kekhusyukan shalat dapat digunakan sebagai prediktor kebahagiaan pada jamaah halaqah shalat khusyuk di masjid Raya Fatimah Surakarta. Namun, generalisasi dari hasil penelitian-penelitian ini terbatas pada populasi dimana tempat penelitian dilakukan. Sehingga penerapan pada ruang lingkup yang lebih luas dengan karakteristik yang berbeda kiranya perlu dilakukan penelitian lagi dengan menggunakan atau menambah variabel-variabel lain yang belum disertakan dalam penelitian ini, ataupun dengan menambah dan memperluas ruang lingkup penelitian.

Adapun kelemahan dalam penelitian ini adalah jumlah subjek yang kurang banyak dan generalisasi dari hasil penelitian hanya terbatas pada populasi dimana penelitian dilakukan, yaitu pada jamaah pelatihan shalat khusyuk di masjid Raya Fatimah Surakarta.