

PROFIL KESEHJATERAAN PSIKOLOGIS PELAKU SHOLAT DHUHA

TESIS

Diajukan kepada

Program Studi Magister Sains Universitas Muhammadiyah Surakarta

Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh

Gelar Magister Dalam Ilmu Psikologi



Oleh :

FAQIH PURNOMO SIDI

NIM : S 300 110 005

**PROGRAM MAGISTER SAINS PSIKOLOGI
PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

TESIS BERJUDUL
PROFIL KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PELAKU SHOLAT DHUHA

yang dipersiapkan dan disusun oleh
FAQIH PURNOMO SIDI
telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 15 Februari 2014
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Pembimbing Utama



Dr. Nisa Rachmah Nur Anganthi, M.Si.

Anggota Dewan Penguji Lain



Dr. Nanik Prihartanti, M.Si.

Pembimbing Pendamping I



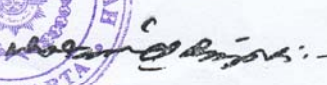
Dr. Sri Lestari, M.Si.

Pembimbing Pendamping II

Surakarta, 19 Maret 2014



Universitas Muhammadiyah Surakarta
Program Pascasarjana
Direktur,


Prof. Dr. Khudzaifah Dimiyati

NOTA PEMBIMBING

Dr. Nisa Rachmah Nur Anganthi
Dosen Program Studi Magister Sains Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Nota Dinas

Hal : Tesis saudara Faqih Purnomo Sidi

Kepada Yth.
Ketua Program Studi Magister Sains Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Assalamu'alaikum wr. wb
Setelah membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap tesis saudara:

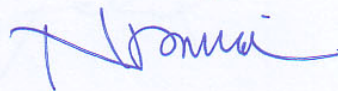
Nama : FAQIH PURNOMO SIDI
NIM : S 300110005
Program Studi : MAGISTER SAINS PSIKOLOGI
Judul : PROFIL KESEHJATERAAN PSIKOLOGIS PELAKU
SHOLAT TAHAJJUD

Dengan ini kami menilai tesis tersebut dapat disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian tesis pada program studi Magister Sains Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Wassalamu'alaikum wr.wb.

Surakarta, Februari 2014

Pembimbing



Dr. Nisa Rachmah Nur Anganthi

SURAT PERNYATAAN

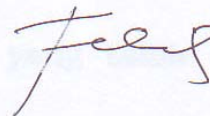
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : FAQIH PURNOMO SIDI
NIM : S 300110005
Program Studi : MAGISTER SAINS PSIKOLOGI UMS
Judul : PROFIL KESEHJATERAAN PSIKOLOGIS PELAKU
SHOLAT TAHAJJUD

Menyatakan bahwa tesis ini adalah benar-benar hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan-ringkasan yang semuanya telah disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekwensinya.

Surakarta, Februari 2014

Yang membuat pernyataan



FAQIH PURNOMO SIDI

PERSEMBAHAN

*Karya sederhana ini dipersembahkan
untuk.....*

- ☞ **Bapak dan Ibu yang selalu memberikan Do'a,
Semangat dan bimbingan**
- ☞ **Mas, Mbak dan Adik yang terus memberikan dukungan**
- ☞ **Keponakan-keponakanku yang telah memberikan
keceriaan**
- ☞ **Sahabat dan saudaraku semua yang telah
memberikan banyak nasehat**
- ☞ **Dek Mitha Sari Sumayyah yang telah memberikan
semangat dan motivasi.**

MOTTO

“Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”.

(Q.S. Ali' Imran : 139)

“Wahai Tuhan yang mempunyai kerajaan, Engkau memberikan kerajaan kepada orang yang Engkau kehendakai, dan Engkau cabut kerajaan dari orang yang Engkau kehendaki. Engkau muliakan orang yang Engkau kehendaki dan Engkau hinakan orang yang Engkau kehendakai. Di tangan Engkaulah segala kebajikan. Sesungguhnya Engkau Maha kuasa atas segala sesuatu”.

(Q.S. Ali' Imran : 26)

“Dialah yang memberikan rahmat kepadamu dan Malaikat-Nya (memohonkan ampunan untukmu), supaya Dia mengeluarkan kamu dari kegelapan kepada cahaya (yang terang). Dan adalah Dia Maha Penyanyang kepada orang-orang yang beriman”.

(Q.S. Al-Ahzab : 43)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis ini dengan lancar.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam menyelesaikan tesis ini banyak mendapatkan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga dalam kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Sri Lestari, selaku Ketua Program Studi Magister Sains Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta dan Selaku Penguji yang telah banyak memberikan masukan dan bimbingannya selama ini
2. Ibu Dr. Nisa Rachmah Nur Anganthi., selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengalaman, semangat, dorongan, petunjuk dan masukan yang penulis butuhkan sehingga dapat menyelesaikan tesis ini.
3. Ibu Dr. Nanik Prihartanti, M.Si., selaku pembimbing pendamping yang telah ikhlas dan sabar juga memberikan masukan yang penulis butuhkan sehingga dapat menyelesaikan karya ini.

4. Mbak Farida, Allen, Rachmawati, Mas Nairul, Pak Sugiono, Pak Anif dan Ibu Mustamiroh yang telah bersedia menjadi informan dalam penelitian.
5. Pengelola dan Staff pengajar Program Magister Sains Psikologi UMS yang telah memberikan ilmu dan fasilitas selama mengikuti studi.
6. Teman-teman S2 Magister Psikologi UMS (Ibu) Pur, Rohmatun, Faedah, Lies, Retno, (Mbak) Vesti, Nikma, Mega, Putik, Dyah, Wida, Imut, Pipit, Endah, (Mas) Agam, Dion dan Mas Qomar yang telah menjadi tempat berbagi.
7. Teman-teman Dibal FC, UMS FC, SUOF, P4I, LITBANG, REMUSMA, KARISMA, LKMD, PSTU, COMBO dan KARYA BHAKTI terima kasih telah menjadi tempat refreshing.
8. Seluruh Keluarga Besar Madrasah Ibtida'iyah Wangkis Dibal yang telah bersedia memberikan pengalaman kepada saya sebagai Pendidik.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan tesis ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih dan berharap semoga Allah SWT, membalas kebaikan yang telah diberikan kepada penulis. Semoga karya ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. *Amin.*

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
NOTA PEMBIMBING.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TESIS.....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	12
C. Manfaat Penelitian	12
D. Keaslian Penelitian.....	12
BAB II LANDASAN TEORI	14
A. Kesejahteraan Psikologis	14
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis	14
2. Aspek-Aspek Kesejahteraan Psikologis	16

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis.....	21
B. Sholat Dhuha	25
1. Pengertian Sholat Dhuha	25
2. Bacaan Do'a Sholat Dhuha	27
3. Keutamaan Sholat Dhuha	27
4. Manfaat Sholat Dhuha	29
5. Rakaat Sholat Dhuha	30
6. Waktu Sholat Dhuha	30
7. Tata Cara Pelaksanaan Sholat Dhuha	31
C. Profil Kesejahteraan Psikologis Pelaku Sholat Dhuha.....	32
D. Pertanyaan Penelitian	33
BAB III METODE PENELITIAN	34
A. Identifikasi Gejala Penelitian	34
B. Definisi Operaasional Gejala Penelitian	34
C. Informan Penelitian.....	35
D. Metode dan Alat Pengumpul Data	35
E. Metode Analisis Data.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	42
A. Persiapan Penelitian	42
B. Pengumpulan Data	43
C. Analisis Data	45
D. Kategori Tema.....	47

E. Pembahasan.....	73
F. Kelemahan penelitian.....	84
BAB V PENUTUP.....	85
A. Kesimpulan	85
B. Saran.....	86
DAFTAR PUSTAKA	87

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Hasil Wawancara Riset Awal Pelaksanaan Sholat Dhuha	10
Tabel 2	Panduan Pedoman Wawancara	36
Tabel 3	Jadwal Pelaksanaan Wawancara Dan Observasi	45
Tabel 4	Demografi Informan.....	45
Tabel 5	Kategori Kesejahteraan Psikologis	47
Tabel 6	Kategori Kesejahteraan Psikologis	58
Tabel 7	Kategori Sholat Dhuha.....	64
Tabel 8	Hasil Observasi Pelaksanaan Sholat Dhuha.....	70
Tabel 9	Hasil Observasi Waktu Pelaksanaan Sholat Dhuha	70
Tabel 10	Hasil Observasi Rekaat Sholat Dhuha	71

DAFTAR LAMPIRAN

1. Verbatim	90
-------------------	----

**PROFILE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF
AN INDIVIDUAL WITH SHALAT DHUHA**

ABSTRACT

Faqih Purnomosidi

Psychology Faculty of Muhammadiyah University of Surakarta

One of positive ways an individual can pursue in improving psychological well-being is to do shalat Dhuha (a morning prayer). Shalat Dhuha provides many useful effects; one of them is to improve an individual's psychological well-being. Purpose of the research is to understand psychological well-being condition of an individual with shalat Dhuha. The research uses qualitative method. Data is collected by using interview and observation. Informants of the research are 7 persons who are doing shalat Dhuha regularly. Results of the research indicated that psychological well-being achieved by the individuals was good enough. With high hope and self-confidence, the shalat Dhuha the informants who had implemented regularly was able to be a media to gain good quality of psychological well-being in all aspects, namely, self-acceptance, relationship with other, independence, gain control of environment, goal of life, and personal growth. The informants were also gaining similar benefits from shalat Dhuha they had implemented regularly. The benefits are peaceful and tranquil heart, comfortable mind, self-confidence, greater enthusiasm, less emotional behavior, and their earnings were enhanced either from their income or profit of their business.

Key words: Psychological Well-Being And Sholat Dhuha

PROFIL KESEHJATERAAN PSIKOLOGIS

PELAKU SHOLAT DHUHA

ABSTRAKSI

Faqih Purnomosidi

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Salah satu cara yang positif yang dapat di tempuh individu dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis adalah dengan mengerjakan Sholat Dhuha. Sholat Dhuha memberikan banyak manfaat, salah satunya dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis seseorang. Tujuan dari penelitian ini adalah memahami kondisi Kesejahteraan Psikologis Pelaku Sholat Dhuha. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara dan Observasi. Informan dalam penelitian ini adalah 7 orang pelaku Sholat Dhuha. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa Kesejahteraan Psikologis yang di alami oleh pelaku Sholat Dhuha cukup baik. Dengan harapan dan rasa kepercayaan diri yang tinggi, Sholat Dhuha yang dikerjakan informan mampu menjadi media untuk mendapatkan kualitas Kesejahteraan Psikologis yang baik pada semua aspek yang ada yaitu pnerimaan diri, hubungan dengan orang lain, kemandirian, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi. Informan juga mendapatkan manfaat yang sama dari Sholat Dhuha yang dikerjakanya yaitu hati menjadi tenang, tentram, pikiran menjadi nyaman, percaya diri, semangat, tidak mudah emosi, dan rezeki mereka meningkat baik itu penghasilan maupun profesi pekerjaannnya.

Kata kunci : Kesejahteraan Psikologis dan Sholat Dhuha