

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Konsentrasi Belajar

a. Pengertian Konsentrasi Belajar

Konsentrasi didefinisikan sebagai pemusatan perhatian atau pikiran terhadap suatu objek spesifik menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Istilah ini berasal dari kata dalam bahasa Inggris "concentrate," yang berarti memusatkan, dan "concentration," yang artinya pemusatan.¹⁸

Menurut Prastiti dan Yuwono, konsentrasi merupakan kapasitas individu untuk fokus pada topik atau konten yang tengah diulas. Kemampuan ini memberikan kesempatan bagi seseorang untuk mendapatkan pemahaman yang luas dan pengetahuan yang aplikatif, yang akan berguna dalam kondisi yang mengharuskan penerapan tersebut.

Ulfa menegaskan bahwa konsentrasi lebih dari sekedar memperhatikan; ini adalah proses mental yang menuntut fokus penuh hanya pada satu hal. Dengan demikian, perhatian seseorang tidak terpecah, memungkinkan pikiran bekerja secara optimal pada satu objek

¹⁸ Meity Taqdir Qodratillah et al., "*Kamus Bahasa Indonesia Untuk Pelajar*", (Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2011).

atau tugas.

Idri Shaffat juga menyatakan bahwa konsentrasi merupakan faktor krusial dalam keberhasilan belajar. Tanpa konsentrasi yang baik, proses belajar dapat terganggu, dan penyerapan informasi menjadi kurang efektif. Oleh karena itu, kemampuan untuk berkonsentrasi adalah elemen yang sangat penting dalam mencapai hasil yang maksimal dalam pembelajaran.

Secara keseluruhan, beberapa pandangan tersebut menekankan pentingnya konsentrasi sebagai kunci untuk memahami, menguasai, dan menerapkan pengetahuan, serta faktor utama dalam mencapai kesuksesan dalam belajar.¹⁹ Konsentrasi menjadi penunjang dalam memahami suatu pelajaran. Jika tidak ada konsentrasi, maka akan memunculkan suatu hal yang kurang baik karena konsentrasinya tidak bisa terfokuskan pada hal yang dilakukannya.

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa, konsentrasi merupakan proses pemusatan sepenuhnya pada objek spesifik sambil mengesampingkan segala gangguan yang muncul.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), "belajar" merupakan bentuk kata kerja dari "ajar," yang mengacu pada proses berusaha mendapatkan keterampilan atau pengetahuan.²⁰ Berdasarkan pandangan Ihsana, kegiatan belajar merupakan serangkaian aktivitas

¹⁹ Mhd Parwis Nst, Skripsi: "*Pengaruh Pelaksanaan Shalat Dhuha Terhadap Konsentrasi Belajar Peserta Didik Pada Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMK Perpajakan Riau*", (Riau: Universitas Islam Riau, 2021), 30.

²⁰ Departemen Pendidikan Nasional, "*Kamus Besar Bahasa Indonesia*," (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008).

yang mencakup proses transformasi dari keadaan tidak mengetahui menjadi berpengetahuan, dari keadaan tidak memahami menjadi memahami, serta dari kondisi tidak mampu menjadi mampu, yang semua ini bertujuan untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

Menurut Skinner, yang dikutip dalam karya Dimiyati dan Mudjiono, belajar adalah proses yang menghasilkan perubahan perilaku. Ketika seseorang belajar, respons atau tanggapannya terhadap suatu situasi akan menjadi lebih baik, lebih terampil, dan lebih adaptif. Sebaliknya, jika seseorang tidak terlibat dalam proses belajar, respons atau tanggapannya terhadap situasi cenderung menjadi kurang efektif atau bahkan menurun. Pandangan ini menekankan bahwa perubahan perilaku adalah indikator utama bahwa proses belajar telah terjadi.

Di sisi lain, Sary menegaskan bahwa pembelajaran adalah proses perubahan sikap yang permanen dan berdasar pada pengalaman. Hal ini mengindikasikan bahwa pembelajaran berlangsung melalui interaksi aktif dengan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, hasil yang dicapai dari proses pembelajaran ini bukan hanya bersifat sementara, melainkan memiliki dampak jangka panjang yang terus mempengaruhi perilaku serta reaksi individu terhadap situasi yang dihadapi.

Secara keseluruhan, baik Skinner maupun Sary sepakat bahwa belajar menghasilkan perubahan perilaku, namun Sary menyoroti peran pengalaman sebagai dasar dari perubahan tersebut serta dampaknya

yang bersifat lebih permanen.²¹

Menurut Slameto, konsentrasi belajar diartikan sebagai kapasitas untuk mengabaikan segala sesuatu yang tidak relevan dengan aktivitas pembelajaran di ruang kelas dan kemampuan untuk fokus sepenuhnya pada materi yang sedang dipelajari. Sedangkan Sadirman mendefinisikan konsentrasi belajar sebagai proses perhatian yang diberikan kepada transformasi perilaku, yang mencakup penguasaan, aplikasi, evaluasi sikap dan nilai, serta pengetahuan dan keterampilan dasar yang ada di setiap disiplin ilmu.²²

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa konsentrasi belajar adalah suatu kemampuan memusatkan perhatian siswa pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Dengan siswa memperhatikan guru, mendengarkan, melihat dan merespon stimulus yang disampaikan guru dan mengabaikan hal-hal yang tidak ada hubungannya dengan pelajaran.

²¹ Kasumawati, "Upaya Peningkatan Hasil Belajar IPA Tentang Sifat-Sifat Benda Dan Perubahannya Melalui Penggunaan Metode Demonstrasi Pada Siswa Kelas III SD Negeri 16 Buntok Kecamatan Dusun Selatan Kabupaten Barito Selatan", *Jurnal Mitra Pendidikan*, Vol.5 No. 7 (2021), 517–616.

²² Andri Ramadhan, Skripsi : "*Pengaruh Lingkungan Belajar di Sekolah terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SMP N 19 Kota Jambi*", (Jambi: Universitas Jambi, 2022), 13.

b. Aspek Konsentrasi Belajar

Menurut Nugroho, aspek konsentrasi belajar terdiri dari:

- 1) Pemusatan Pikiran, yang merupakan kondisi yang memerlukan suasana tenang, nyaman, dan perhatian dalam proses pembelajaran untuk menguasai materi yang sedang diajarkan.
- 2) Motivasi adalah dorongan atau hasrat internal seseorang untuk memperbaiki tindakannya menjadi lebih unggul daripada sebelumnya.
- 3) Rasa khawatir merupakan perasaan tidak stabil akibat kekhawatiran bahwa hasil kerja belum mencapai tingkat optimal.
- 4) Perasaan tertekan merupakan tekanan yang ditimbulkan oleh tuntutan dari orang lain atau situasi lingkungan.
- 5) Gangguan pemikiran, yang muncul akibat faktor internal atau eksternal seperti isu-isu keluarga, finansial, atau dilema personal.
- 6) Gangguan kepanikan, terjadi ketika individu merasakan kecemasan yang intens menanti hasil dari aksi yang telah atau akan diambil oleh orang lain.
- 7) Kesiapan dalam belajar, adalah kondisi di mana seorang individu telah siap untuk menerima materi ajar, memungkinkan mereka untuk mengembangkan kemampuan

yang mereka miliki.²³

c. Indikator Konsentrasi Belajar

Indikator konsentrasi belajar modifikasi dari gabungan tujuh indikator menurut Engkoswara dan dua indikator menurut Slameto, sehingga keseluruhannya sembilan indikator yakni sebagai berikut :

- 1) Kesiapan pengetahuan yang dapat segera muncul bila diperlukan.
- 2) Mampu mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh.
- 3) Mampu menganalisis pengetahuan yang diperoleh.
- 4) Memiliki minat pada mata pelajaran yang dikaji.
- 5) Tidak ada rasa bosan pada proses pembelajaran yang dimpaui.
- 6) Adanya penerimaan atau perhatian pada materi pelajaran.
- 7) Merespon materi yang diajarkan.
- 8) Mampu mengemukakan pendapat.
- 9) Adanya gerakan anggota badan yang tepat sesuai dengan petunjuk guru.²⁴

d. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi Konsentrasi Belajar

Menurut Nugroho, faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar antara lain :

- 1) Tidak memiliki motivasi diri.

²³ Diana,dkk, “Pelatihan Manik Khas Dayak dalam Meningkatkan Konsentrasi”, *Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat* Vol.1 No.1, (2019), 20.

²⁴ Mutia Rahma Setyani dan Ismah, “Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Dalam Proses Pembelajaran Matematika Ditinjau Dari Hasil Belajar”, *Prosiding SENAMKU: Seminar Nasional Pendidikan Matematika UHAMKA*, Vol.1 (2018), 76.

Faktor yang sangat berpengaruh dalam menunjang kegigihan dan keteraturan siswa dalam belajar adalah motivasi yang kuat. Sumber motivasi tersebut dapat diinternalisasi oleh siswa (motivasi intrinsik) atau dapat berasal dari eksternal (motivasi ekstrinsik), seperti insentif atau penghargaan dari orang tua. Pemberian penghargaan seringkali efektif dalam memotivasi siswa, khususnya pada saat mereka memerlukan dorongan tambahan untuk meraih target tertentu. Namun, orang tua perlu berhati-hati dalam memberikan hadiah. Jika hadiah diberikan terlalu sering atau selalu dikaitkan dengan prestasi belajar, ada risiko bahwa siswa menjadi terlalu bergantung pada hadiah tersebut. Hal ini dapat melemahkan motivasi intrinsik, di mana mereka belajar bukan karena keinginan untuk menguasai materi atau karena kecintaan terhadap proses belajar itu sendiri, tetapi semata-mata demi mendapatkan hadiah.

Sebaiknya, orang tua memadukan pemberian hadiah dengan penguatan motivasi intrinsik, seperti memberikan apresiasi verbal, mengakui usaha anak, dan membantu mereka menemukan kegembiraan dalam belajar. Ini akan membantu anak tetap termotivasi untuk belajar bahkan ketika hadiah tidak diberikan, serta mendukung perkembangan sikap yang positif terhadap pembelajaran sepanjang hidup.

2) Suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif.

Kondisi yang bising dan ramai memang dapat menjadi gangguan signifikan bagi siswa yang membutuhkan ketenangan untuk berkonsentrasi. Ketika lingkungan belajar tidak kondusif, seperti

adanya suara bising atau keramaian, fokus siswa bisa terpecah, dan kemampuan mereka untuk memproses informasi serta memahami materi belajar berkurang. Kondisi ini dapat memperlambat pencapaian tujuan belajar dan menurunkan kualitas pembelajaran secara keseluruhan. Bagi sebagian besar siswa, suasana yang tenang dan terorganisir lebih ideal untuk mendukung konsentrasi dan memfasilitasi proses belajar yang efektif. Dengan demikian, sangat penting untuk membantu siswa mencapai hasil belajar yang maksimal dengan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan minim gangguan dari luar.

3) Kondisi kesehatan siswa.

Ketika siswa tampak tidak serius atau kurang fokus terhadap materi pelajaran, ada baiknya untuk tidak langsung menyimpulkan bahwa mereka malas belajar. Terkadang, kondisi kesehatan fisik atau mental siswa dapat memengaruhi tingkat perhatian dan keseriusan mereka dalam belajar. Misalnya, rasa lelah, kurang tidur, gangguan emosional, atau masalah kesehatan lainnya bisa menyebabkan siswa tampak kurang termotivasi atau tidak tertarik dengan pelajaran.

Dalam situasi seperti ini, bagi pendidik dan orang tua itu berperan penting untuk bersikap bijak dan melakukan pendekatan yang empatik. Memeriksa kondisi kesehatan siswa dan mencari tahu apakah ada faktor lain yang memengaruhi perilaku mereka dapat membantu dalam menemukan solusi yang

tepat. Dukungan yang tepat dapat membantu siswa pulih dan kembali fokus pada pembelajaran.

4) Siswa merasa jenuh.

Memang benar bahwa beban pelajaran yang berat, terutama ketika ditambah dengan kegiatan di lembaga pendidikan formal seperti kursus, dapat membuat siswa merasa tertekan dan lelah. Oleh karena itu, memberikan waktu istirahat yang cukup sangatlah penting berguna untuk menjaga keseimbangan antara belajar dan kesehatan mental. beban pelajaran yang harus ditanggung siswa sangat banyak, terutama dengan adanya kegiatan belajar di lembaga pendidikan formal seperti kursus.²⁵

e. Cara Meningkatkan Konsentrasi Belajar

1) Kenali karakter siswa

Setiap orang mempunyai gaya belajar yang unik, dan metode belajar mereka tidaklah seragam. Beberapa orang dapat fokus saat berada di lingkungan yang sangat tenang dan sepi, sementara yang lain dapat berkonsentrasi meskipun ada suara musik di sekitarnya, meski tidak dalam suasana yang sepenuhnya hening.

2) Menggunakan konsep reward dan punishment

Dalam belajar penggunaan ganjaran dan hukuman dalam proses pendidikan bisa meningkatkan kemampuan konsentrasi siswa

²⁵ Diana, dkk, "Pelatihan Manik Khas Dayak dalam Meningkatkan Konsentrasi", *Jurnal Plakat (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, Vol.1 No.1, (2019), 20-21.

selama sesi pembelajaran guna mencapai tujuan yang diharapkan. Ganjaran berfungsi sebagai motivator bagi siswa untuk lebih tekun dan berusaha maksimal dalam meraih hasil yang memuaskan. Apabila terdapat penurunan dalam prestasi, hukuman akan diimplementasikan berdasarkan perjanjian yang telah disetujui sebelumnya.

3) Mengubah kebiasaan belajar siswa

Modifikasi dalam metode pembelajaran bertujuan untuk meminimalisir stres dan kejenuhan yang kerap terjadi selama kegiatan belajar, yang pada akhirnya akan berkontribusi pada peningkatan fokus serta konsentrasi siswa.

4) Persiapan saran dan prasarana yang mendukung.

Semua peralatan yang dibutuhkan selama proses belajar harus ditempatkan secara strategis di dekat siswa dan mudah dijangkau. Hal ini bertujuan untuk memastikan bahwa siswa tidak perlu beranjak dari tempatnya untuk mengambil peralatan tersebut, membantu menjaga kekhusyukan dalam konsentrasi belajar mereka.²⁶

f. Manfaat jika siswa mampu berkonsentrasi belajar dengan baik, yaitu:

- 1) Memungkinkan siswa untuk memahami materi yang disampaikan secara lebih cepat dan mudah.

²⁶ Walet Dirgantoro, Skripsi: "*Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas XI IPS 3 SMA Kristen Purwodadi Tahun Ajaran 2021/2022*", (Salatiga: Universitas Kristen Satya Kencana, 2012), 10.

- 2) Menjamin bahwa siswa yang terfokus pada kegiatan belajar mereka cenderung terlibat secara aktif.
- 3) Meningkatkan kesemangatan dan motivasi siswa untuk lebih aktif dalam proses pembelajaran.
- 4) Menunjang guru dalam melancarkan proses pendidikan.
- 5) Menciptakan kondisi yang mendukung untuk pembelajaran.
- 6) Mendorong siswa dalam memperoleh pengalaman-pengalaman baru.
- 7) Memfasilitasi munculnya aspek-aspek positif, termasuk mencegah siswa terjerumus ke dalam khayalan yang tidak produktif.²⁷

2. Kekhusyukan Salat Dalam Salat

a. Pengertian Kekhusyukan Dalam Salat

Istilah "kekhusyukan" berasal dari kata Arab *khusyu'*, yang mengandung makna penyerahan dan kepasrahan total, serta perpaduan antara kebulatan dan kerendahan hati, yang menghasilkan konsentrasi penuh selama melaksanakan ibadah, termasuk saat melakukan salat.²⁸ Pada Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), *khusyuk* adalah penuh konsentrasi, sungguh-sungguh, penuh kerendahan hati.²⁹ *Khusyuk* secara etimologi berarti tunduk, takluk, atau menyerah.

²⁷ Riinawati, "Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19 Studi Kasus SDN Karang Mekar 4 Banjarnegara", (Lhokseumawe: CV.Radja Publika, 2020), 30-31.

²⁸ Abdul Aziz Masyhuri, *Kamus Super Lengkap Istilah-Istilah Agama Islam*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2018), 245.

²⁹ Umi Chulsum dan Windy Novia, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Surabaya: Kashiko, 2006), 378.

Dalam istilah, khusyuk merujuk pada kelembutan hati dan ketenangan yang membantu menghindari tindakan jahat yang muncul dari mengikuti hawa nafsu. Selain itu, khusyuk juga mencerminkan kepasrahan kepada Allah yang dapat menghilangkan keangkuhan, kesombongan, dan sikap sombong.³⁰

Al-Qurtubi menafsirkan makna khusyuk sebagai tawadhu, yaitu keadaan jiwa yang menunjukkan ketenangan dan kerendahan hati. Imam Qatadah menjelaskan bahwa khusyuk adalah suatu kondisi dalam jiwa yang mencakup rasa takut dan menundukkan pandangan selama salat. Sementara itu, Az-Zujaj berpendapat bahwa seseorang yang khusyuk adalah orang yang menunjukkan sikap rendah hati dan hina di hadapan Allah.³¹

Menurut Syaikh Abdur Rahman as-Sa'di, khusyuk pada shalat adalah hati seseorang benar-benar hadir di hadapan Allah, merasa akan kedekatan-Nya, sehingga hatinya terasa damai dan jiwanya tenang. Dalam keadaan ini, semua gerakan tubuh menjadikan tenang, tidak terganggu oleh urusan lain, dan memiliki sikap penuh rasa perhatian di hadapan Allah dengan menghayati setiap ucapan dan tindakan selama shalat, dari awal hingga akhir.³²

Dari beberapa pengertian diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa khusyuk adalah upaya menghadirkan hati di dalam seorang

³⁰ Muhammad Zaenal Arifin, "*Konsep Khusyuk dalam Al-Qur'an (Kajian Tematik Tafsir Al-Munir karya Muhammad Nawawi Al-Banthani)*", Disertasi (Surabaya, 2018), 124.

³¹ M. Khallurahman dan Ummi Nurul Izzah, *Sholat Khusyuk untuk Wanita Panduan, Hikmah & Manfaat*, (Jakarta Selatan: Wahyumedia, 2012), 10.

³² Ibid, 26.

hamba saat menghadap Allah SWT dengan penuh rasa tenang, tenteram dan tidak memikirkan hal-hal yang lain diluar selain persoalan shalat.

- b. Aspek kekhusyukan salat menurut Syaikh Mu'min Al Hadad, yakni :
- 1) *Al Muraqabah* (pengawasan), merupakan keyakinan akan dekatnya dengan tuhanNya.
 - 2) *At Ta'zhim* (mengagungkan), yang berarti sikap mengagungkan Allah secara terus-menerus.
 - 3) *Al Mahabbah* (cinta kasih), yang menunjukkan adanya perasaan cinta kasih terhadap Allah.
 - 4) Merendahkan diri dan pasrah kepada Allah, yakni merasakan kerendahan hati dan meyakini bahwa segala perintah dan larangan Allah semata-mata didasarkan pada kebenaran demi kebaikan hamba-Nya.³³
- c. Indikator kekhusyukan salat
- 1) Salat lima waktu, yang dilakukan dengan rutin tanpa pernah berputus oleh alasan apapun menunjukkan terangnya hati, kelapangan dada, sikap tenang dan fokus sehingga berpotensi untuk mampu dalam melaksanakan shalat khusyuk.
 - 2) Fokus hanya kepada Allah, yang bisa dilakukan dengan cara : a) melihat ke tempat sujud ketika saat salat, b) memahami setiap bacaan salat yang dilafadzkan, c) berusaha untuk berdzikir dalam hati.

³³ Syaikh Mu'min Al Haddad, "*Khusyuk Bukan Mimpi*", (Solo: Aqwam), 87-148.

- 3) Hindari gerak-gerik aneh, dengan cara melaksanakan shalatnya tidak dikerjakan dengan tergesa-gesa, matanya tidak melirik, tidak banyak melakukan gerakan di luar salat dan juga tidak menggaruk-garuk anggota badan.
- 4) Melakukan pertobatan, dengan berdampak khushyuk bagi orang yang melaksanakan yakni : a) akan diterima oleh Allah, b) membantu menjauhi dari dosa, c) hati merasa nyaman dan tenang, d) mencegah seseorang melakukan kemungkaran, e) membuat masalah yang dihadapi menjadi terselesaikan.
- 5) Berpakaian bersih, menjadi salah satu langkah yang dicapai untuk khushyuk dengan menyiapkan diri sepenuhnya untuk melaksanakan salat. Dengan persiapan salat yaitu mengerjakan wudhu, menjawab panggilan adzan, dan memakai pakaian yang bersih dan rapi.³⁴

d. Faktor yang Mempengaruhi Kekhusyukan Salat

- 1) Tingkat kecerdasan seseorang, dimana setiap orang memiliki kecerdasan yang berbeda-beda dan beragam jenisnya.
- 2) Tingkat keimanan, yang dimiliki pengaruh yang sangat penting dan menentukan upaya menggapai kekhusyukan di dalam setiap salat, zikir, dan doa yang dilakukan.
- 3) Tingkat pemahaman, khususnya dalam menghayati dan memahami setiap bacaan yang dilantunkan selama salat, termasuk ayat-ayat Al-Qur'an, zikir, dan doa.

³⁴Taufik Burhanudin Azis, "*Pengaruh Multiple Intelligence (MI) Terhadap Kekhusyukan Shalat Siswa Kelas XII IPA Madrasah Mu'allimin Muhammadiyah Yogyakarta*", (Disertasi), (Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 2018), 46-49.

- 4) Persiapan yang baik, setiap akan menunaikan shalat yang mencakup : persiapan hati, pikiran, perasaan, fisik, tempat, suasana dan lain-lainnya.
- 5) Melakukan introspeksi dan muhasabah secara teratur untuk menilai serta mengenang kembali kesalahan yang telah berlalu.
- 6) Mengadakan latihan dan pembiasaan diri dengan meningkatkan frekuensi salat, zikir, dan doa, serta membaca ayat atau surah-surah yang diketahui dapat membantu mencapai kekhusyukan, termasuk salat qiyamul lail pada sepertiga malam terakhir, salat duha, dan lainnya.
- 7) Terus dan selalu bermujahadah (berusaha dan berupaya keras) tanpa mengenal henti untuk menggapai kekhusyukan dan penghayatan yang baik.
- 8) Tidak mengesampingkan doa dan munajat yang ditujukan untuk meminta secara tulus dan ikhlas kepada Allah, supaya dianugerahi penghayatan dan kekhusyukan yang diidamkan.
- 9) Tetap berdedikasi dan konsisten dalam berjuang tanpa lelah atau keputusasaan, untuk meraih tingkat kekhusyukan dan penghayatan yang maksimal.
- 10) Menghindari kelalaian dalam melakukan doa dan munajat khusus yang memohon dengan ketulusan dan keikhlasan kepada Allah, agar diperoleh penghayatan dan kekhusyukan yang diharapkan.

- 11) Adanya hubungan timbal balik yang signifikan antara kondisi individu sebelum salat dengan saat menjalankan salat.
- 12) Terdapat elemen-elemen spesifik yang berperan penting dan meninggalkan pengaruh yang mendalam bagi tiap individu, yang dapat meningkatkan kekhusyukan dalam salat. Elemen-elemen ini termasuk variasi dalam pemilihan tempat, waktu, bacaan ayat, suara imam saat salat berjamaah, serta renungan atas keagungan Allah, kematian, siksa neraka, dosa-dosa, dan lain-lain, yang berbeda-beda bagi setiap orang.³⁵

e. Manfaat Salat Khusyuk

- 1) Kekhusyukan dalam menjalankan salat dapat meningkatkan pemahaman seseorang terhadap esensi serta makna ibadah ini, yang merupakan langkah untuk mendekati diri kepada Allah SWT dengan dedikasi total baik secara fisik maupun spiritual.
- 2) Membantu seseorang kembali pada Allah, sehingga mereka dapat menjauhi tindakan yang dapat mengarah pada kemaksiatan dan keburukan.
- 3) Salat duha yang dilakukan dengan kekhusyukan dapat menjadi pengingat akan iman yang tertanam dalam hati, memupuk sikap zuhud dalam menanggapi hal-hal materialistis, mengarahkan perhatian seseorang pada kehidupan setelah kematian, dan mengembangkan perasaan kasih serta perbuatan baik.

³⁵ Ibid.

- 4) Menyelenggarakan salat dengan hati yang khusyuk memberikan kenyamanan kepada individu dengan mengurangi perasaan sedih, menenangkan pikiran, membersihkan proses berpikir, dan memperkuat tali persaudaraan.
- 5) Salat khusyuk memiliki kemampuan untuk membersihkan jiwa dari perbuatan negatif, memotivasi individu untuk mengikuti jalan yang benar, merendahkan diri di hadapan sesama, dan mengeliminasi keangkuhan serta kesombongan.
- 6) Salat khusyuk efektif dalam mengekang pengaruh hawa nafsu terhadap jiwa seorang hamba, mendorongnya untuk lebih ikhlas dalam beribadah kepada Allah SWT, serta menghindarkan diri dari kemunafikan dan ketamakan terhadap hal-hal material.
- 7) Menjalankan salat dengan penuh kekhusyukan dapat meningkatkan kegembiraan dan kepuasan seseorang, memicu pertumbuhan rasa cinta yang mendalam dalam diri, serta memberikan ketenangan pada hati.
- 8) Kekhusyukan dalam salat membantu membentuk sikap tawadu' pada seorang hamba dan membuka pintu untuk berdoa, yang secara keseluruhan mendukung penyatuan hati dalam ibadah kepada Allah. Hal ini tidak hanya meningkatkan kualitas kekhusyukan tetapi juga memperbanyak pahala yang diterima selama menjalankan salat.
- 9) Salat yang dilakukan dengan kekhusyukan dapat membuka

peluang bagi pemahaman mendalam dan eksplorasi hukum-hukum dasar agama. Hal ini membantu seseorang untuk berlaku ikhlas, mengesampingkan kepentingan pribadi dalam penafsiran, dan mengurangi kecenderungan pada fanatisme kelompok.³⁶

3. Salat Duha

a. Pengertian Salat Duha

Salat yang dikenal sebagai salah satu pilar utama dalam Islam, adalah bentuk ibadah yang sangat spesifik dan melibatkan berbagai gerakan serta bacaan yang dimulai dengan takbir dan berakhir dengan salam. Kewajiban melaksanakan salat ini bagi setiap muslim yang sudah baligh harus dilakukan dengan mematuhi syarat-syarat tertentu, rukun, dan bacaan yang telah ditetapkan, yang keseluruhannya merupakan doa kepada Allah SWT.³⁷ Salat dalam istilah agama diartikan sebagai bentuk ibadah yang menggabungkan tindakan dan perkataan khusus yang bermula dengan takbir dan berakhir dengan salam. Secara bahasa, salat berarti doa.³⁸

Sayyid Sabiq menyatakan bahwa salat merupakan bentuk ibadah yang menggabungkan berbagai ucapan dan perbuatan yang spesifik, yang dimulai dengan takbir mengagungkan Allah SWT

³⁶ Akhmad Zidan, Skripsi : *"Hubungan Shalat Khusyuk dengan Regulasi Diri Santri Putra pada Pondok Pesantren Ma'hadatut Tholabah Babakan Lebaksiu Tegal"*, (Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo, 2022), 20-21.

³⁷ Abdul Aziz Masyhuri, *Kamus Super Lengkap Istilah-Istilah Agama Islam*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2018), 428.

³⁸ Ali Abdullah, *Panduan Lengkap Shalat Sesuai Tuntunan Rasulullah Saw*, (Yogyakarta: PT Bentang Pustaka, 2016), 2.

dan berakhir dengan ucapan salam.³⁹ Dalam pelaksanaan salat, umat Islam membaca ayat-ayat Al-Qur'an, mengucapkan takbir, tasbih, serta berdoa. Sementara menurut Djamaluddin Ancok, salat ialah basis kehidupan yang akan menjadikan manusia berguna bagi alam semesta (rahmatan lil-alamin).⁴⁰

Salat Duha merupakan ibadah sunnah yang dilaksanakan di pagi hari, dimulai ketika matahari telah naik sekitar satu tombak hingga mendekati waktu dzuhur, antara pukul 09.00 sampai 11.00.⁴¹ Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Duha adalah periode yang berlangsung hingga menjelang tengah hari, dimulai dari saat matahari mulai terbit hingga sebelum ia condong ke barat.⁴²

Menurut Abdul Hannan, salat duha merupakan ibadah sunnah yang dikerjakan oleh seorang muslim ketika matahari telah terbit, yakni sekitar pukul 07.00 atau kira-kira 7 hasta, berlangsung hingga waktu mendekati salat zuhur.⁴³

b. Dasar Pelaksanaan Salat Duha

Hukum melaksanakan salat duha itu sunnah muakkad (dianjurkan).

Karena Rasulullah selalu melaksanakannya dan pernah berpesan kepada

³⁹ Sopyan Hadi Budiman, "Konsep Terapi Salat Menurut Perspektif Moh.Ali Aziz", *Jurnal Penelitian Ilmu Ushuluddin*, Vol.2 No.3, (2022), 653.

⁴⁰ Akhmad Zidan, "Hubungan Shalat Khusyuk dengan Regulasi Diri Santri Putra pada Pondok Pesantren Ma'hadatut Tholabah Babakan Lebaksiu Tegal", (Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo, 2022)), 33.

⁴¹ Abdul Aziz Masyhuri, *Kamus Super Lengkap Istilah-Istilah Agama Islam*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2018), 428.

⁴² Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka 1990), 79.

⁴³ Siti Sifa Fauziah,dkk, "Pengaruh Pelaksanaan Shalat Dhuha terhaap Kedisiplinan Siswa Kelas IX di SMP Al Qona'ah Baleendah", *Attaqwa Jurnal Pendidikan Islam dan Anak Usia Dini* Vol.2 No.1, (2023), 43.

para sahabatnya untuk melaksanakan shalat dhuha sehingga hal itu menjadikan sebagai wasiat tentang shalat dhuha. Wasiat yang diberikan oleh Rasulullah tidak semata hanya untuk kepada para sahabatnya tetapi juga kepada seluruh umat nabi Muhammad Saw.

Dalam riwayat yang disampaikan oleh Abu Hurairah, tercatat bahwa Rasulullah SAW memberikan nasihat untuk menjaga tiga amalan seumur hidup, yaitu berpuasa selama tiga hari dalam setiap bulan, menunaikan salat duha, serta melaksanakan salat witr sebelum waktu tidur, seperti yang terdokumentasi dalam Hadis Bukhari dan Muslim.⁴⁴ Dalam Al-Qur'an, Surat Al-Isra' ayat 78, disarankan untuk menunaikan shalat mulai dari waktu matahari tergelincir hingga kegelapan malam, serta menegaskan pentingnya shalat subuh yang dihadiri oleh malaikat.⁴⁵

Keterangan tersebut memberikan bukti yang mendukung pelaksanaan salat duha, yang sangat direkomendasikan oleh Nabi Muhammad SAW.

Salat duha dilaksanakan pada waktu pagi hari yaitu mulai naiknya matahari kira-kira satu tombak (7 hasta) sekitar pukul enam sampai sebelum matahari lurus di atas kepala (istiwa').⁴⁶ Imam An-Nawawi dalam kitab *Riyadhus Sholihin* menyatakan bahwa pelaksanaan salat duha dapat dilakukan mulai dari saat matahari mulai meninggi hingga waktu tergelincirnya matahari, dengan waktu yang paling utama adalah ketika

⁴⁴ Zezen Zainal Alim, *The Ultimate Power of Shalat Dhuha*, (Jakarta Selatan: QultumMedia, 2012), 21.

⁴⁵ Hendri, "Fenomena Fajar Shadiq Penanda Awal Waktu Shalat Subuh, Terbit Matahari, dan Awal Waktu Dhuha", *Alhuriyyah Jurnal Hukum Islam*, Vol.2 No.2, (2017), 150.

⁴⁶ M. Ali Maghfur SI, *Tuntunan Shalat Sunnah*, (Surabaya: Al-Miftah, 2007), 20.

sinar matahari telah terasa panas dan matahari telah berada di posisi yang lebih tinggi.⁴⁷

Dalam studi ilmu falak, periode waktu dhuha diawali sekitar seperempat jam pasca terbitnya matahari dan berlanjut hingga hampir ketika matahari sampai pada puncak tertingginya di angkasa. Ketika dhuha, matahari telah mencapai ketinggian sekitar 3 derajat 30 menit dari cakrawala timur. Susiknan Azhari menyatakan bahwa dhuha berlangsung sekitar 20 menit setelah terbitnya matahari dengan ketinggian matahari pada saat itu adalah 4 derajat 42 menit.⁴⁸

Dalam pelaksanaan salat duha, tidak banyak perbedaan dibandingkan dengan salat-salat lain. Perbedaan utama terletak pada jumlah rakaat dan niat dalam pelaksanaannya. Salat duha ini biasanya dilaksanakan dengan minimal dua rakaat dan maksimal dua belas rakaat, sementara delapan rakaat dianggap paling utama.⁴⁹

c. Keutamaan Salat Duha

- 1) Orang yang melaksanakan salat duha mendapatkan pahala sebesar pahala ibadah umrah

Individu yang menjalankan salat duha akan memperoleh ganjaran setara dengan ganjaran melaksanakan ibadah umrah. Menurut Abu Umamah, Rasulullah SAW mengungkapkan bahwa setiap orang yang meninggalkan

⁴⁷ Abi Zakariya Muhyidin Yahya Ibn Syarif Nawawi, *Riyadl as-Sholihin*, (Maktabah Salam, 2017), 255.

⁴⁸ Abd. Karim Fariz,dkk, “Studi Waktu Dhuha dalam Perspektif Fiqih dan Hisab Ilmu Falak”, *Diktum Jurnal Syariah dan Hukum*, Vol.18 No.2, (2020), 274.

⁴⁹ Sarmilah dan Sefty Windusari, “Interpretasi Waktu dan Pelaksanaan Salat Dhuha dalam Kajian Hadis”, *Jurnal International Conference on Tradition and Religious Studies*”, Vol.1 No.1, (2022), 116.

kediamannya dalam keadaan telah bersuci untuk melakukan salat wajib, akan mendapatkan pahala setara dengan melaksanakan ibadah haji. Sementara itu, apabila seseorang berangkat dari rumahnya untuk menunaikan salat duha, ganjaran yang diperoleh akan sama seperti melaksanakan ibadah umrah, sebagaimana tertuang dalam Shahih Al-Targhib:673.

- 2) Atas izin Allah, orang yang melaksanakan salat duha bisa membuat orang yang melaksanakannya meraih (keuntungan) Ghanimh dengan cepat

Dari Abdullah bin Amr bin Ash radhiyallahu anhuma, ia berkata: Rasulullah SAW mengirim sebuah pasukan perang, “Perolehlah keuntungan (ghanimah) dan cepatlah kembali!”. Mereka akhirnya saling berbicara tentang dekatnya tujuan (tempat) perang dan banyaknya ghanimah (keuntungan) yang akan diperoleh dan cepat kembali (karena dekat jaraknya). Lalu Rasulullah SAW berkata; “Maukah kalian aku tunjukkan kepada tujuan paling dekat dari mereka (musuh yang akan diperangi), paling banyak ghanimah (keuntungan) nya dan cepat kembalinya?” Mereka menjawab; “Ya!” Rasulullah SAW berkata lagi: “Barangsiapa yang berwudu, kemudian masuk ke dalam masjid untuk melakukan salat Duha, dia lah yang paling dekat tujuannya (tempat perangnya), lebih banyak ghanimahnya dan lebih cepat kembalinya.” (HR. Ahmad).

Dalam hadis yang disampaikan, Rasulullah SAW menyatakan bahwa nilai yang diperoleh dari ghanimah yang diperoleh melalui pelaksanaan salat duha akan melampaui apa yang dicapai oleh para

mujahid yang berangkat ke medan perang. Hal ini berlaku meskipun medan tempur tersebut terletak tidak jauh dari tempat tinggal mereka. Para mujahid ini kembali dengan segera ke tempat asal mereka dengan membawa kemenangan serta ghanimah.

3) Dijauhkan dari siksa api neraka pada hari pembalasan nanti

Menurut Sabda Nabi Muhammad SAW yang diabadikan oleh HR. Al Baihaqi, seseorang yang mengerjakan salat fajar dan tetap duduk di tempat salatnya sembari mengingat Allah sampai matahari terbit, kemudian menjalankan salat duha sebanyak dua rakaat, akan dijauhkan oleh Allah SWT dari api neraka yang membahayakan tubuhnya pada hari pembalasan.

4) Sebagai pengganti sedekah yang harus dikeluarkan

Menurut hadits yang diriwayatkan oleh Abu Dzar al-Ghifari, Nabi Muhammad SAW telah mengungkapkan bahwa sedekah bisa dilakukan dengan berbagai cara oleh setiap individu. Beliau menyatakan bahwa mengucap tasbih, tahmid, tahlil, dan takbir masing-masing merupakan bentuk sedekah. Begitu pula, mendorong perbuatan baik dan mencegah kemungkaran juga termasuk sedekah. Lebih lanjut, beliau menekankan bahwa salat dua rakaat pada waktu Duha juga dihitung sebagai sedekah, sebagaimana dicatat dalam Hadits Muslim.

5) Akan dibuatkan pintu khusus di surga, yakni pintu dhuha

Dari riwayat Abu Hurairah ra, dikisahkan bahwa Nabi Muhammad SAW mengungkapkan, terdapat satu pintu di surga yang

dikenal sebagai pintu Duha. Pada hari kiamat, para malaikat penjaga surga akan memanggil orang-orang yang rutin melaksanakan salat Duha, mengajak mereka untuk memasuki pintu tersebut sebagai bentuk kasih sayang dari Allah, sebagaimana yang tertulis dalam hadis Thabrani.⁵⁰

d. Manfaat Salat Duha

Menurut Madyo Wratsangko dan Sagiran, gerakan-gerakan dalam salat dapat meningkatkan konsentrasi. Sagiran, menjelaskan bahwa saat duduk pada salat bisa meningkatkan konsentrasi dan bertahan dalam jangka yang lama.⁵¹ Sementara itu, didalam buku M.Khalilurrahman Al-Mahfani yang berjudul *Berkah Shalat Dhuha* menjelaskan beberapa manfaat dalam melaksanakan salat duha berdasarkan pengalaman-pengalaman dari orang-orang yang melaksanakannya, yaitu :

- 1) Hati menjadi tenang.
- 2) Kemudahan dalam urusan.
- 3) Kesehatan fisik terjaga.
- 4) Memperoleh rizki yang tidak disangka-sangka.
- 5) Fikiran menjadi lebih konsentrasi.⁵²

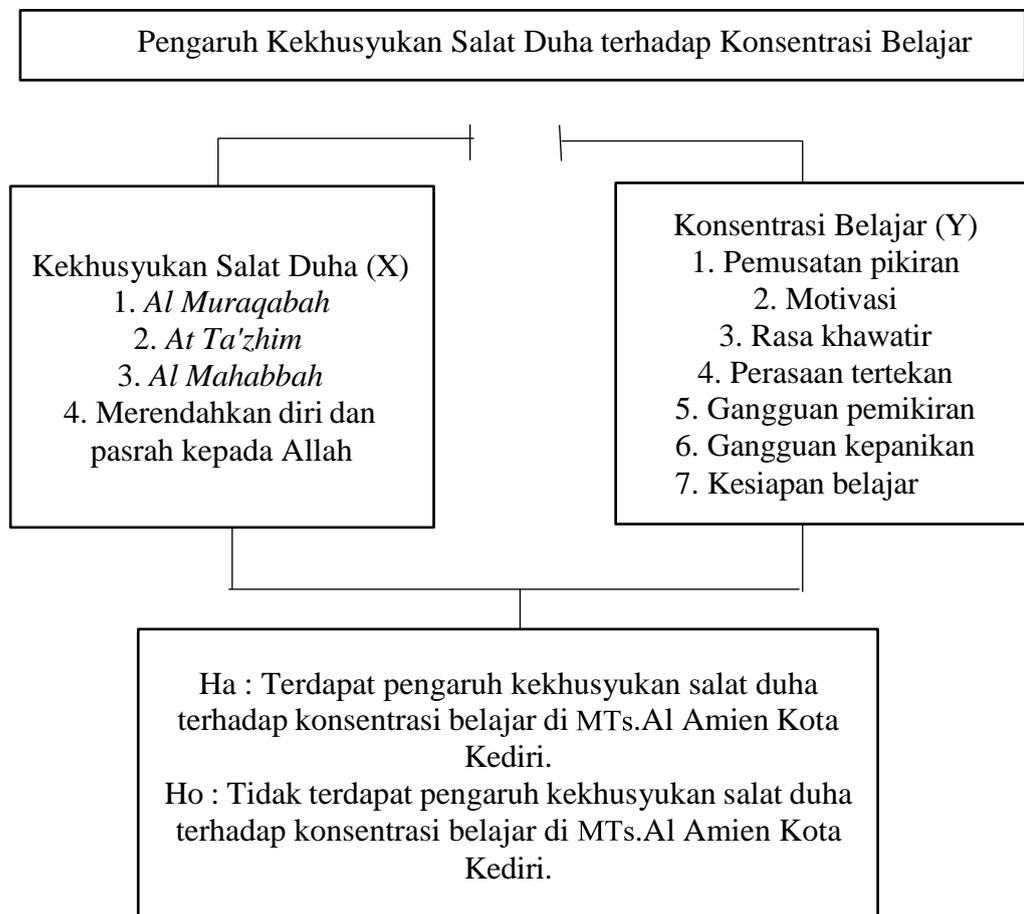
⁵⁰ Huriyah Huwaida, *Penuntun Mengerjakan Shalat Dhuha*, (Jakarta Selatan: Qultummedia, 2017) ,4-15.

⁵¹ Ria Aviana dan Fitria Fatichatul Hidayah, "Pengaruh Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Daya Pemahaman Materi Pada Pembelajaran Kimia Di SMA Negeri 2 Batang", *Jurnal Pendidikan Sains: JPS*, Vol.3 No 1 (2015): 30–33.

⁵² M. Khalilurrahman Al Mahfani, *Berkah Shalat Dhuha* (Jakarta: Wahyu Media, 2008), 20-21.

B. Kerangka Teoretis

Gambar 2.1 Kerangka Teoritis



C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis menurut Sugiyono merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dengan rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan.⁵³ Dalam penelitian ini, hipotesis penelitian yang diajukan peneliti adalah:

H_a : terdapat pengaruh kekhusyukan salat duha terhadap konsentrasi belajar di MTs.Al Amien Kota Kediri.

H_o : tidak terdapat pengaruh kekhusyukan salat duha terhadap konsentrasi belajar di MTs.Al Amien Kota Kediri.

⁵³ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta,2013), 284.