

**PENGARUH KEGIATAN MUHASABAT AN-NAFS
TERHADAP KEBIASAAN SALAT ZUHUR BERJAMAAH
SISWA SMK MA'ARIF 1 KROYA**



SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Keagamaan Islam
Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Oleh:

UMI USWATUN HASANAH
NIM. 22AB10028

**PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS KEAGAMAAN ISLAM
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP
TAHUN 2026**

**PENGARUH KEGIATAN MUHASABAT AN-NAFS TERHADAP
KEBIASAAN SALAT ZUHUR BERJAMAAH SISWA SMK
MA'ARIF 1 KROYA**



SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Keagamaan Islam
Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Oleh:

UMI USWATUN HASANAH
NIM. 22AB10028

**PENDIDIKAN AGAMA ISLAM
FAKULTAS KEAGAMAAN ISLAM
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP
TAHUN 2026**

SKRIPSI
PENGARUH KEGIATAN MUHASABAT AN-NAFS TERHADAP
KEBIASAAN SALAT ZUHUR BERJAMAAH SISWA SMK
MA'ARIF 1 KROYA

Oleh:

UMI USWATUN HASANAH
NIM. 22AB10028

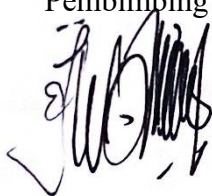
Disetujui untuk uji munaqasyah
Pada tanggal: 10 Maret 2026

Pembimbing I,



Dr. Misbah Khusurur, M.S.I
NIDN. 2105128101

Pembimbing II,



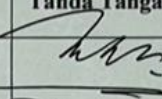
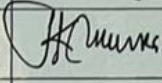
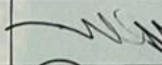
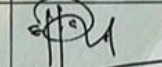
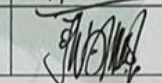
Wida Nurul'Azizah, M.Pd.
NIDN. 2114098901

PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : UMI USWATUN HASANAH
NIM : 22AB10028
Fakultas /Prodi : Fakultas Keagamaan Islam / PAI
Judul skripsi : Pengaruh Kegiatan Muhasabah An-Nafs Terhadap Kebiasaan Salat Zuhur Berjamaah Siswa SMK Ma'arif 1 Kroya

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keagamaan Islam (FKI) Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari **Jum'at**, tanggal **Tiga Belas** bulan **Maret** tahun **Dua Ribu Dua Puluh Enam** dengan hasil **LULUS**. Skripsi telah direvisi dan mendapat persetujuan dari Tim Penguji.

Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Sidang/ Pembimbing	Dr. Misbah Khusurur, S.H.I., M.S.I.		20/2026 /4
Penguji 1	Nani Kurniasih, M.Si.		13/2026 /4
Penguji 2	Abdullah Ridlo, S.Hum., M.A.		20/2026 /4
Sekretaris Sidang	Erina Hastuti, M.Pd.		13/2026 /4
Ass. Pembimbing	Wida Nurul 'Azizah, M.Pd.		13/2026 /4

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keagamaan Islam (FKI) Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada :

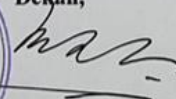
Hari : Senin

Tanggal : 20 April 2026



Mengesahkan

Dekan,


Dr. Misbah Khusurur, S.H.I., M.S.I.

NIDN. 2105128101

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : UMI USWATUN HASANAH

NIM : 22AB10028

Program Studi : Pendidikan Agama Islam

Fakultas : Fakultas Keagamaan Islam

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya saya; bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar akademik yang saya peroleh terkait dengan skripsi ini.

Cilacap, 05 Maret 2026
Yang membuat pernyataan



UMI USWATUN HASANAH
NIM. 22AB10028

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Saudara Umi Uswatun Hasanah

Lamp : -

Kepada,

Yth. Dekan Fakultas Keagamaan Islam

Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

di Cilacap

Assalamu'alaikum wa rahamatullah wa barakatuh

Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya maka konsultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama	:	UMI USWATUN HASANAH
NIM	:	22AB10028
Fakultas/Prodi	:	Fakultas Keagamaan Islam/Pendidikan Agama Islam
Judul Skripsi	:	Pengaruh Kegiatan Muhasabat An-Nafs Terhadap Kebiasaan Salat Zuhur Berjamaah Siswa Smk Ma'arif 1 Kroya

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keagamaan Islam Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1).

Wassalamu'alaikum wa rahamatullah wa barakatuh

Cilacap, 13 Maret 2026

Konsultan,



Abdullah Ridlo, S.Hum.,M.A

NIDN. 2120039102

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulisan skripsi yang berjudul "Pengaruh Kegiatan Muhasabat An-Nafs Terhadap Kebiasaan Salat Zuhur Berjamaah Siswa Smk Ma'arif 1 Kroya" Penyusunan skripsi ini mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, Dr. H. Lutfi Hamidi, M.Ag., beserta civitas akademika.
2. Dekan Fakultas Keagamaan Islam sekaligus Pembimbing I, Dr. Misbah Khusurur, S.H.I., M.S.I., yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi kepada penulis selama menempuh pendidikan.
3. Ketua Prodi Pendidikan Agama Islam, Abdullah Ridlo, S.Hum., M.A., yang telah memberikan izin, informasi, serta dukungan administratif dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.
4. Pembimbing II, Wida Nurul 'Azizah, M.Pd yang telah dengan sabar membimbing, memberikan arahan, saran dan kritik yang membangun dalam setiap tahap penyusunan skripsi ini.
5. Dosen Pembimbing Akademik, Nasrul Umam, M.Pd.I., yang telah membimbing secara konsisten sejak awal perkuliahan dan selalu memberikan dukungan moral serta akadek kepada penulis.
6. Para dosen Fakultas Keagamaan Islam Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan yang sangat berharga selama penulis menempuh pendidikan.
7. Kepala Sekolah SMK Maarif 1 Kroya yang dengan tulus telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian hingga skripsi ini berhasil diselesaikan.
8. Seluruh pihak yang telah membantu secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penyusunan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, namun tetap penulis haturkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya.

Akhirnya penulis menyampaikan permohonan maaf yang sebesar-besarnya kepada pembaca seandainya terdapat kesalahan-kesalahan di dalam skripsi ini dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Cilacap, 5 Maret 2026

Penulis,

UMI USWATUN HASANAH

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمتْ لِغَدٍ
وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

“Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok” (QS. Al-Hasyr: 18).

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan kemudahan yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Karya sederhana ini penulis persembahkan dengan penuh cinta, hormat, dan rasa terima kasih kepada:

1. **Ayah tercinta, Tohirin.** Sosok yang selalu menjadi teladan dalam hidup, yang dengan penuh kesabaran dan keteguhan hati telah berjuang tanpa lelah demi masa depan anak-anaknya. Terima kasih atas setiap tetes keringat, setiap nasihat yang penuh makna, serta setiap doa yang selalu dipanjatkan untuk keberhasilan dan kebahagiaan penulis. Ayah adalah sosok yang mengajarkan arti keteguhan, kerja keras, dan keikhlasan dalam menjalani kehidupan. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi salah satu bentuk kecil dari rasa terima kasih dan kebanggaan yang ingin penulis persembahkan kepada Ayah.
2. **Ibu tercinta, Mahatun.** Sosok penuh kasih yang tidak pernah berhenti memberikan doa, cinta, dan dukungan dalam setiap langkah kehidupan penulis. Ibu adalah sumber kekuatan yang selalu menguatkan ketika langkah terasa lelah dan harapan terasa jauh. Setiap doa yang terucap dari bibir Ibu adalah energi yang mengiringi perjalanan penulis hingga sampai pada titik ini. Terima kasih atas segala pengorbanan, kesabaran, dan cinta yang tidak pernah terukur nilainya. Semoga setiap usaha dan perjuangan ini dapat menjadi kebahagiaan dan kebanggaan bagi Ibu.
3. **Kakak tercinta, Kholis dan Rahma.** Yang selalu memberikan dukungan, semangat, serta menjadi bagian penting dalam perjalanan hidup penulis. Terima kasih atas perhatian, motivasi, serta kebersamaan yang selalu menguatkan dalam menghadapi berbagai proses kehidupan, termasuk dalam menyelesaikan skripsi ini. Kehadiran kalian memberikan semangat tersendiri bagi penulis untuk terus berjuang dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi setiap tantangan.
4. **Seseorang yang spesial dalam hidup penulis.** Yang selalu hadir memberikan dukungan, perhatian, serta semangat dalam setiap langkah perjuangan ini. Terima kasih telah menjadi bagian dari

perjalanan yang penuh cerita, menjadi tempat berbagi keluh kesah, serta memberikan dorongan untuk tetap bertahan dan terus melangkah hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Kehadiranmu menjadi salah satu alasan bagi penulis untuk terus berusaha menjadi pribadi yang lebih baik.

5. **Keluarga besar dari Ayah dan Ibu.** Yang selalu memberikan doa, dukungan, serta perhatian yang tulus kepada penulis. Terima kasih atas segala bentuk dukungan yang diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang telah menjadi bagian dari kekuatan penulis dalam menyelesaikan perjalanan pendidikan ini. Kebersamaan, doa, dan kasih sayang keluarga menjadi anugerah yang sangat berharga dalam kehidupan penulis.
6. **Sahabat terbaik, Zumrotun.** Yang selalu setia menemani dalam setiap cerita perjalanan selama masa perkuliahan. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, serta semangat yang selalu diberikan ketika penulis menghadapi kesulitan dalam proses penyusunan skripsi ini. Kehadiranmu sebagai sahabat memberikan warna tersendiri dalam perjalanan ini, menjadi tempat berbagi cerita, tawa, serta semangat untuk terus melangkah maju.
7. **Teman-teman satu kelas.** Yang telah menjadi bagian dari perjalanan panjang selama masa perkuliahan. Terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, serta kenangan yang telah kita lalui bersama. Setiap diskusi, canda tawa, serta perjuangan dalam menempuh pendidikan menjadi pengalaman berharga yang tidak akan terlupakan. Semoga kebersamaan yang telah terjalin menjadi kenangan indah dan membawa kita menuju kesuksesan di masa depan.
8. **Untuk diriku sendiri.** Terima kasih karena telah bertahan, berjuang, dan tidak menyerah hingga sampai pada titik ini. Terima kasih telah mampu melewati berbagai proses, tantangan, rasa lelah, dan keraguan selama perjalanan menyelesaikan pendidikan ini. Perjalanan ini mungkin tidak selalu mudah, tetapi setiap langkah yang telah dilalui menjadi bukti bahwa usaha, kesabaran, dan tekad mampu membawa seseorang mencapai tujuan yang diharapkan. Semoga apa yang telah diperjuangkan hari ini menjadi awal dari perjalanan yang lebih baik di

masa depan, serta menjadi pengingat bahwa setiap usaha yang dilakukan dengan sungguh-sungguh tidak akan pernah sia-sia.

Akhirnya, semoga karya sederhana ini dapat menjadi langkah awal dalam perjalanan panjang menuju masa depan yang lebih baik serta menjadi bentuk kecil dari rasa syukur atas segala dukungan dan doa yang telah diberikan.

ABSTRAK

UMI USWATUN HASANAH. 22AB10028. PENGARUH KEGIATAN MUHASABAT AN-NAFS TERHADAP KEBIASAAN SALAT ZUHUR BERJAMAAH SISWA SMK MA'ARIF 1 KROYA.
Cilacap: Fakultas Keagamaan Islam, Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, Januari 2026.

Pendidikan Islam pada era disrupsi menuntut pendekatan pembinaan yang tidak bersifat koersif atau memaksa, melainkan persuasif dan reflektif agar nilai-nilai keagamaan dapat terinternalisasi secara mendalam dalam diri peserta didik. Dalam konteks ini, pelaksanaan ibadah salat berjamaah di lingkungan sekolah seharusnya tidak hanya menjadi rutinitas formal yang dilakukan karena aturan lembaga pendidikan, tetapi juga tumbuh dari kesadaran batin dan tanggung jawab spiritual siswa sebagai seorang muslim. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk menumbuhkan kesadaran tersebut adalah kegiatan muhasabah an-nafs, yaitu proses refleksi diri yang mendorong individu untuk mengevaluasi kualitas iman, ibadah, dan perilaku sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kegiatan Muhasabat An-Nafsterhadap kebiasaan salat Zuhur berjamaah siswa di SMK Ma'arif 1 Kroya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengumpulan data berupa angket (kuesioner) kepada 323 siswa yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan Muhasabat An-Nafs berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata 42,90, sedangkan kebiasaan salat Zuhur berjamaah siswa berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata 57,19. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa kegiatan Muhasabat An-Nafs memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kebiasaan salat Zuhur berjamaah siswa dengan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$).

Kata Kunci: muhasabah an-nafs, salat Zuhur berjamaah, pembinaan spiritual, pendidikan Islam.

ABSTRACT

UMI USWATUN HASANAH. 22AB10028. THE EFFECT OF MUHASABAT AN-NAFS ACTIVITIES ON THE HABIT OF PERFORMING ZUHUR PRAYER IN CONGREGATION AMONG STUDENTS AT SMK MA'ARIF 1 KROYA. Cilacap: Faculty of Islamic Religion, University of Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, January 2026.

Islamic education in the era of disruption requires an approach that is not coercive but persuasive and reflective so that religious values can be internalised deeply within students. In this context, the implementation of congregational prayer at school should not merely become a formal routine carried out due to institutional regulations, but should arise from students' inner awareness and spiritual responsibility as Muslims. One approach that can foster this awareness is the activity of muhasabah an-nafs, which refers to a process of self-reflection that encourages individuals to evaluate the quality of their faith, worship, and daily behaviour. This study aims to determine the influence of Muhasabat An-Nafsactivities on the habit of performing the Zuhr prayer in congregation among students at SMK Ma'arif 1 Kroya. This research employed a quantitative method with data collected through questionnaires distributed to 323 students selected using random sampling techniques. The results showed that the implementation of Muhasabat An-Nafsactivities was in the moderate category with a mean score of 42.90, while the habit of performing the Zuhr congregational prayer was in the high category with a mean score of 57.19. The results of simple linear regression analysis indicate that Muhasabat An-Nafsactivities have a positive and significant influence on students' habit of performing the Zuhr congregational prayer, with a significance value of 0.000 (<0.05).

Keywords: *muhasabah an-nafs, Zuhr congregational prayer, spiritual development, Islamic education.*

DAFTAR ISI

<u>HALAMAN JUDUL</u>	I
<u>PERSETUJUAN PEMBIMBING</u>	II
<u>HALAMAN PENGESAHAN</u>	III
<u>PERNYATAAN KEASLIAN</u>	IV
<u>NOTA KONSULTAN</u>	V
<u>KATA PENGANTAR</u>	VI
<u>MOTTO</u>	VIII
<u>HALAMAN PERSEMBAHAN</u>	IX
<u>ABSTRAK</u>	XII
<u>ABSTRACT</u>	XIII
<u>DAFTAR ISI</u>	XIV
<u>DAFTAR TABEL</u>	XVII
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	XVIII
<u>DAFTAR SIMBOL</u>	XIX
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u>	XX
<u>BAB I PENDAHULUAN</u>	1
<u>A. Latar Belakang Masalah</u>	1
<u>B. Batasan Masalah</u>	5
<u>C. Definisi Operasional</u>	6
<u>D. Rumusan Masalah</u>	8
<u>E. Tujuan Penelitian</u>	9
<u>F. Manfaat Penelitian</u>	9

<u>BAB II KAJIAN TEORI DAN PENGEMBANGAN HIPOTESIS</u> ..	12
<u>A. Kajian Teori</u> ..	12
1. <u>Kegiatan Muhasabah An-Nafs.</u> ..	12
2. <u>Kebiasaan Salat Zuhur Berjamaah</u> ..	15
3. <u>Konsep Muhasabah An-Nafs.</u> ..	19
4. <u>Hubungan Muhasabah An-Nafs</u> ..	22
<u>B. Pengembangan Hipotesis</u> ..	25
<u>C. Kerangka Berpikir Peneliti</u> ..	26
<u>BAB III METODE PENELITIAN</u> ..	29
<u>A. Desain Penelitian</u> ..	29
1. <u>Jenis Penelitian</u> ..	30
2. <u>Lokasi Penelitian</u> ..	32
3. <u>Waktu Pelaksanaan Penelitian</u> ..	33
4. <u>Populasi dan Sampel</u> ..	33
5. <u>Sumber Data</u> ..	38
6. <u>Teknik Pengumpulan Data</u> ..	38
7. <u>Instrumen Penelitian</u> ..	41
8. <u>Teknik Analisis Data</u> ..	42
<u>B. Definisi Konseptual dan Operasional Variabel</u> ..	46
<u>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</u> ..	50
<u>A. Deskripsi Data Penelitian</u> ..	50
<u>B. Analisis Data Penelitian</u> ..	70
1. <u>Uji Instrumen</u> ..	70
2. <u>Uji Asumsi Klasik</u> ..	74

<u>C.</u>	<u>Hasil Dan Pembahasan</u>	80
<u>1.</u>	<u>Hasil</u>	80
<u>2.</u>	<u>Pembahasan</u>	92
<u>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</u>		109
<u>A.</u>	<u>Kesimpulan</u>	109
<u>B.</u>	<u>Saran</u>	110
<u>DAFTAR PUSTAKA</u>		113

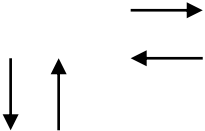
DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Waktu Penelitian.....	33
Tabel 3. 2 Indikator Variabel X	48
Tabel 3. 3 Indikator Variabel Y	49
Tabel 4. 1 Uji Validitas X.....	70
Tabel 4. 2 Uji Reliabilitas X	72
Tabel 4. 3 Uji Validitas Y	72
Tabel 4. 4 Uji Reliabilitas Y	74
Tabel 4. 5 Uji Normalitas.....	75
Tabel 4. 6 Uji Linearitas	76
Tabel 4. 7 Uji T	78
Tabel 4. 8 Koefisien determinasi (R^2).....	79
Tabel 4. 9 Deskripsi Variabel X	81
Tabel 4. 10 Penilaian Acuan Norma Variabel X	81
Tabel 4. 11 Deskripsi Variabel Y	86
Tabel 4. 12 Penilaian Acuan Norma Variabel Y	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	27
Gambar 3. 2 Gambar Rumus Slovin.....	36

DAFTAR SIMBOL

SIMBOL	PENGERTIAN	KETERANGAN
	Garis aliran (<i>flow line</i>)	Menunjukkan arus data antar simbol/proses

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Dokumentasi Observasi Awal	116
Lampiran 2 Instrumen Penelitian	117
Lampiran 3 Tabulasi data Variabel X	124
Lampiran 4 Tabulasi Data Y	135
Lampiran 5 Uji Validitor	146
Lampiran 6 Output SPSS 25	148
Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian	158