

Aplikasi Khusyuk Solat Menerusi Pendekatan Teknik Biofeedback
(The Application of Devout (Khusyuk) Prayer Through The Biofeedback
Approach)

Norsuhaila Musa¹, Mohamad Hilmi Bin Mat Said & Muhammad Nubli
Abdul Wahab
Universiti Malaysia Pahang

Abstrak

Khusyuk dalam solat merupakan faktor utama yang memberi kesan positif kepada individu yang mendirikan solat sehingga diiktiraf sebagai orang mukmin yang berjaya. Firman Allah SWT dalam surah Al-Mukminun ayat 1-2 yang bermaksud: “Sesungguhnya berjajalah orang-orang yang beriman, iaitu mereka yang khusyuk dalam solatnya”. Walaupun khusyuk tidak termasuk antara syarat-syarat sah solat dan rukun-rukun solat namun ia bukan bererti kita boleh meremehkannya bahkan ia tetap merupakan suatu tuntutan. Terdapat pelbagai cara dan kaedah yang dikemukakan sebagai garis panduan ke arah pelaksanaan ibadah solat yang khusyuk dan sempurna. Namun tiada kaedah pengukuran yang boleh mengukur tahap khusyuk yang cuba dicapai oleh seseorang individu. Keberkesanan pengajaran tentang solat boleh dinilai melalui penilaian yang dijalankan ke atas setiap pelajar sama ada secara individu mahupun berkumpulan. Aspek penilaian merangkumi penguasaan terhadap ketiga-tiga rukun dalam solat. Justeru pengkaji berpendapat sekiranya elemen khusyuk turut diterapkan dalam proses penilaian sedia ada sudah pasti pelajar mendapat pendedahan ke arah pelaksanaan ibadah solat yang lebih sempurna. Kajian ini dilaksanakan dengan memperkenalkan teknik tambahan terhadap penilaian solat. Proses penilaian yang dilaksanakan meliputi penggunaan inventori kesempurnaan solat yang dijalankan secara lisan dan amali. Selain itu prestasi solat pelajar juga dinilai menggunakan teknik biofeedback. Melalui teknik ini, paras psikologi pelajar dikesan menggunakan alatan biofeedback. Data yang diambil menunjukkan prestasi Heart Rate Variability (HRV) pelajar semasa menunaikan solat. Proses pengambilan data melibatkan 20 orang pelajar yang dinilai semasa mereka sedang mendirikan solat. Hasil kajian mendapati teknik yang dilaksanakan berupaya mengukur sejauhmana pelajar menguasai rukun solat dan khusyuk. Kajian ini juga berupaya mengesan keseimbangan dalam spectrum HRV semasa pelajar menunaikan ibadah solat.

Kata kunci: khusyuk, penilaian solat, biofeedback, HRV

¹ Corresponding author : Norsuhaila Musa, Universiti Malaysia Pahang, e-mail : suhailaskp@gmail.com