

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Perkembangan teknologi digital dalam beberapa tahun terakhir ini telah membawa perubahan besar dalam pola kehidupan masyarakat, khususnya di kalangan remaja. Media sosial kini menjadi ruang utama aktivitas generasi muda, tidak hanya sebagai sarana hiburan dan komunikasi, tetapi juga sebagai bagian dari identitas diri, ekspresi sosial, dan kebutuhan psikologis (M. Rahmawati, 2026). Kaplan & Haenlein (2010) mendefinisikan media sosial sebagai kelompok aplikasi berbasis internet yang memungkinkan pertukaran informasi, produksi konten, dan interaksi sosial secara cepat. Sifatnya yang dinamis dan memberikan respons instan menjadikan media sosial hampir tidak terpisahkan dari kehidupan remaja masa kini.

Di sisi lain, dominasi media sosial telah menyebabkan pergeseran signifikan pada pola perhatian, pengelolaan waktu, dan keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan spiritual remaja. Penelitian Hakim & Raj (2017) menemukan bahwa penggunaan media sosial secara berlebihan dapat melalaikan berbagai kewajiban, termasuk ibadah harian. Dalam perspektif psikologi, notifikasi yang hadir secara terus-menerus memicu rangsangan dopamin sehingga mendorong pengguna untuk berulang kali membuka aplikasi. Pola ini membentuk kebiasaan digital yang sulit dikendalikan dan mengakibatkan penurunan fokus serta kemampuan refleksi diri (Damayanti et al., 2023).

Salah satu ibadah yang paling rentan terganggu oleh fenomena ini adalah salat lima waktu. Dalam Islam, salat merupakan tiang agama dan sarana pembentukan kesadaran spiritual seorang Muslim. Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menegaskan bahwa hakikat salat adalah hadirnya hati di hadapan Allah, siapa yang berdiri dalam salat sementara hatinya berpaling kepada dunia, maka ia bagaikan tubuh tanpa ruh (Larasati, 2025). Namun dalam kenyataannya, banyak remaja mengalami kesulitan menjalankan salat secara tepat waktu dan penuh kesadaran karena perhatian mereka tersedot oleh aliran informasi dari media sosial. Sugita (2024) menemukan bahwa sebagian besar remaja cenderung menunda salat karena

asyik bermain media sosial, bahkan merasa keberatan menghentikan aktivitas digital meskipun telah memasuki waktu salat.

Jika fenomena ini dilihat dari perspektif tasawuf, maka kondisi lalai yang dialami remaja tersebut dapat dikategorikan sebagai *ghaflah*. *Ghaflah* adalah kondisi ketika hati terputus dari kesadaran kepada Allah dan larut dalam kesibukan duniawi. Prabowo (2022) menjelaskan bahwa *ghaflah* adalah salah satu penyakit hati yang membuat ibadah tidak berdampak pada diri seseorang, karena hatinya tidak hadir untuk merenungi makna dan tujuan ibadah tersebut. Senada dengan itu, Wendra (2023) menjelaskan bahwa kekhusyukan tidak akan tercapai ketika hati dipenuhi lintasan pikiran duniawi, sebab hati yang dipenuhi berbagai gambaran dunia tidak mampu memusatkan perhatian kepada Allah. Hal ini sebagaimana telah diingatkan dalam Al-Qur'an, Surah Al-Ma'un ayat 4-5:

فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ ۚ الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ ۝

yang bermakna: “Maka celakalah orang-orang yang salat, (yaitu) orang-orang yang lalai terhadap salatnya.” (QS. Al-Ma'un [107]: 4-5; Indonesia, 2019). Ayat tersebut menegaskan bahwa bukan hanya orang yang meninggalkan salat yang mendapat peringatan, melainkan juga mereka yang melaksanakan salat namun dengan hati yang lalai. Ini menjadi landasan bahwa *ghaflah* bukan hanya fenomena psikologis biasa, tetapi juga persoalan spiritual yang memiliki konsekuensi serius dalam ajaran Islam.

Sebagai solusi terhadap *ghaflah*, tradisi tasawuf mengenal praktik *muhasabah*, yakni proses evaluasi dan introspeksi diri terhadap perilaku maupun kondisi spiritual. *Muhasabah* dipahami sebagai proses refleksi diri yang bersumber dari ajaran Islam untuk mengevaluasi amal perbuatan, memperbaiki kekurangan, dan menumbuhkan kesadaran terhadap tujuan hidup yang lebih bermakna (Al-Jauziyyah, 2005), melalui *muhasabah* ini, individu didorong mengenali bentuk-bentuk kelalaian yang dialami sekaligus berusaha memperbaikinya secara sadar.

Urgensi penelitian ini semakin kuat setelah peneliti melakukan observasi awal di SMA Muhammadiyah 4 Bandung. Observasi dilakukan pada saat pelaksanaan salat Zuhur berjamaah di sekolah, dan hasilnya menunjukkan indikasi *ghaflah* yang cukup nyata pada ketiga fase ibadah. Pada fase sebelum salat, ketika iqamat telah

dikumandangkan, masih terdapat sejumlah siswa yang masih asyik berbincang, bercanda, bermain media sosial dengan chattingan, dan bahkan ada yg belum berwudu. Pada fase saat salat dimulai, beberapa siswa masih terlihat bercanda dengan temannya di dalam shaf, gerak tubuh tampak tidak khusyuk, dan sebagian siswa tidak mengetahui cara mengerjakan salat ketika kondisi *masbuq* (terlambat bergabung dengan imam). Sementara pada fase setelah salat, sejumlah siswa langsung mengobrol, bercermin, melipat mukena dengan tergesa-gesa, atau segera membuka ponsel tanpa sempat melaksanakan zikir dan doa. Temuan observasi awal ini menjadi bukti lapangan yang memperkuat relevansi kajian *ghaflah* dalam konteks remaja pengguna media sosial. Berangkat dari temuan tersebut, pemilihan SMA Muhammadiyah 4 Bandung sebagai lokasi penelitian dipandang tepat dan didasarkan pada beberapa pertimbangan. Sebagai sekolah dengan latar pendidikan Islam, lembaga ini menjadi konteks yang sesuai untuk mengkaji cara remaja mengelola ibadahnya di tengah tekanan budaya digital. Selain itu, observasi awal telah memberikan gambaran nyata mengenai adanya indikasi *ghaflah* di lingkungan sekolah tersebut. Kendati demikian, penelitian ini tetap menjaga objektivitas metodologis dengan membiarkan data lapangan berbicara melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi.

Meskipun penelitian mengenai hubungan media sosial dan ibadah telah cukup banyak dilakukan, mayoritas kajian tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif yang hanya mampu menggambarkan hubungan statistik antarvariabel tanpa menggali dinamika batiniah yang dialami remaja secara mendalam (Fahrudin, 2022 ; Amini, 2024 ; Jauhariyah, 2024). Padahal, *ghaflah* merupakan fenomena internal yang berkaitan erat dengan kondisi hati dan pikiran sehingga tidak dapat dipahami sepenuhnya hanya melalui angka. Di sinilah letak kesenjangan penelitian (*research gap*) yang hendak dijawab oleh studi ini, yaitu belum terdapat kajian kualitatif yang secara khusus menggali pengalaman *muhasabah* sebagai upaya mengurangi *ghaflah* dalam pelaksanaan salat, khususnya pada remaja pengguna media sosial.

Adapun kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada upaya memadukan konsep tasawuf, yaitu *ghaflah* dan *muhasabah*, dengan persoalan kontemporer

berupa penggunaan media sosial di kalangan remaja. Berbeda dari kajian terdahulu yang umumnya berhenti pada pengukuran tingkat penggunaan media sosial dan kedisiplinan ibadah, penelitian ini menelusuri pengalaman batin siswa secara langsung serta memetakan *ghaflah* dan *muhasabah* ke dalam tiga fase pelaksanaan salat, yakni sebelum, saat, dan setelah salat. Dengan demikian, penelitian ini tidak sekadar menjelaskan keterkaitan antara media sosial dan ibadah, tetapi juga menawarkan kerangka reflektif berbasis *muhasabah* yang dapat menjadi solusi praktis bagi remaja dalam menghadirkan kembali kesadaran hati ketika beribadah.

Dengan demikian, penelitian mengenai “Pengalaman *Muhasabah* dalam Mengurangi *Ghaflah* (Kelalaian Hati) pada Pelaksanaan Salat Lima Waktu (Studi Deskriptif pada Siswa Pengguna Media Sosial di Kelas X SMA Muhammadiyah 4 Bandung)” ini menjadi sangat penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan menghasilkan pemahaman baru yang dapat memperkaya literatur tasawuf kontemporer, psikologi Islam, dan pendidikan spiritual di sekolah, sekaligus menjadi dasar bagi pengembangan program pembinaan ibadah yang lebih kontekstual dengan tantangan era digital.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah dipaparkan sebelumnya, peneliti merumuskan masalah-masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana bentuk *ghaflah* (kelalaian hati) sebelum, saat, dan setelah pelaksanaan salat lima waktu pada siswa kelas X pengguna media sosial di SMA Muhammadiyah 4 Bandung?
2. Faktor-faktor apa yang menyebabkan terjadinya *ghaflah* dalam pelaksanaan salat lima waktu pada siswa kelas X pengguna media sosial di SMA Muhammadiyah 4 Bandung?
3. Bagaimana pengalaman *muhasabah* siswa kelas X pengguna media sosial di SMA Muhammadiyah 4 Bandung dalam mengurangi *ghaflah* pada pelaksanaan salat lima waktu?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk *ghaflah* (kelalaian hati) yang dialami siswa kelas X pengguna media sosial di SMA Muhammadiyah 4 Bandung sebelum, saat, dan setelah pelaksanaan salat lima waktu.
2. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya *ghaflah* pada pelaksanaan salat lima waktu pada siswa kelas X pengguna media sosial di SMA Muhammadiyah 4 Bandung.
3. Untuk mengetahui pengalaman *muhasabah* siswa kelas X pengguna media sosial di SMA Muhammadiyah 4 Bandung dalam mengurangi *ghaflah* pada pelaksanaan salat lima waktu.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Peneliti berharap bahwa hasil penelitian ini memiliki dua kegunaan, yakni kegunaan teoritis dan kegunaan praktis.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis, manfaat penelitian ini dapat menambah wawasan dan memperkaya literatur tentang *ghaflah*, tasawuf kontemporer, dan psikologi Islam, khususnya dalam konteks digital dan ibadah remaja, selain itu manfaat dari penelitian ini juga dapat memberikan perspektif baru mengenai pengaruh media sosial terhadap kualitas spiritual ibadah, serta kontribusi terhadap pengembangan teori tentang dinamika spiritual remaja di era digital.

2. Manfaat praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah memberikan gambaran mengenai fenomena *ghaflah* dalam pelaksanaan salat pada siswa pengguna media sosial serta pentingnya praktik *muhasabah* sebagai sarana refleksi diri dalam meningkatkan kesadaran spiritual. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan pembinaan ibadah yang lebih kontekstual dengan kehidupan remaja masa kini, sekaligus memberikan kontribusi praktis

dalam penerapan pendekatan tasawuf sebagai upaya mengurangi kelalaian dalam salat dan menumbuhkan kualitas keberagamaan siswa.

E. Kerangka Berfikir

Secara konseptual, kerangka berpikir penelitian ini dibangun atas interaksi antara fenomena sosial digital dan kondisi batin spiritual remaja. Titik berangkat penelitian adalah tingginya intensitas penggunaan media sosial pada remaja. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial secara berlebihan dapat menimbulkan kecanduan, gangguan fokus, dan penurunan disiplin ibadah. (Hidayatullah et al., 2021) menjelaskan bahwa kecanduan media sosial dapat menyebabkan individu cenderung lalai terhadap kewajiban, termasuk ibadah. Temuan serupa dikemukakan oleh Sugita (2024) bahwa remaja pengguna media sosial sering menunda salat karena asyik dalam aktivitas digitalnya. Dari sisi psikologis, hal ini berkaitan dengan mekanisme dopamin yang mendorong individu untuk terus mencari kepuasan instan dari notifikasi dan interaksi digital, sehingga sulit melepaskan diri dari ponsel.

Dalam perspektif tasawuf, kondisi batin tersebut dikenal dengan istilah *ghaflah*, yaitu kelalaian hati dari mengingat Allah. Berdasarkan pemikiran Khalid Abdul Mu'thi Khalif dalam *ghaflah* merupakan keadaan hati yang terhibat dari kesadaran ilahiah akibat keterlibatan berlebihan dengan urusan duniawi. Kondisi ini bukan sekadar kelalaian lahiriah, tetapi juga mencerminkan keterputusan batin dari orientasi spiritual (Khalif, 2005).

Fenomena ini sejatinya telah diperingatkan dalam Al-Qur'an, sebagaimana firman Allah Subhanahu Wa Ta'ala dalam surah Al-Ma'un ayat 4–5 (Indonesia, 2019):

فَوَيْلٌ لِلْمُصَلِّينَ

“Maka celakalah orang yang salat” (QS. Al-Ma'un 107: Ayat 4)

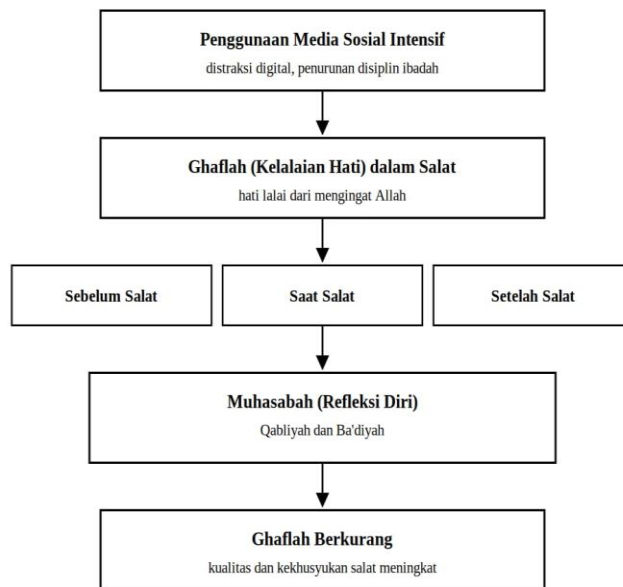
الَّذِينَ هُمْ عَنْ صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ

“(yaitu) orang-orang yang lalai terhadap salatnya” (QS. Al-Ma'un 107: Ayat 5).

Ayat ini menunjukkan bahwa *ghaflah* dalam salat bukanlah perkara ringan. Peringatan Al-Qur'an tidak hanya ditujukan kepada mereka yang meninggalkan salat, tetapi juga kepada mereka yang hadir secara fisik, namun hatinya tidak hadir dalam ibadah. Oleh karena itu, kajian mengenai *ghaflah* menjadi relevan secara spiritual sekaligus penting secara praktis. Kondisi *ghaflah* yang dialami siswa kemudian menjadi titik awal munculnya pengalaman *muhasabah*. Merujuk pada pemikiran Ibn Qayyim Al-Jauziyyah *muhasabah* merupakan proses introspeksi dan evaluasi diri terhadap kondisi hati serta amal perbuatan.

Ibn Qayyim menjelaskan bahwa *muhasabah* dilakukan dengan mengevaluasi niat sebelum beramal, memantau kehadiran hati saat beramal, serta mengoreksi kekurangan setelah beramal (Al-Jauziyyah, 2005). Dalam penelitian ini, *muhasabah* dipahami sebagai upaya refleksi diri yang dilakukan secara bertahap sebelum, saat, dan setelah salat untuk mengembalikan kesadaran serta kehadiran hati (*hudhur al-qalb*) kepada Allah. *Muhasabah* yang dilakukan secara konsisten diharapkan dapat membantu siswa mengurangi *ghaflah* dan meningkatkan kualitas spiritual dalam ibadah salat.

Untuk memahami dinamika batin tersebut secara mendalam, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi deskriptif. Sinergi antara tasawuf, yang memberikan kerangka spiritual dalam memahami kondisi hati, dan psikologi, yang menjelaskan mekanisme kognitif serta emosional di balik gangguan fokus, memungkinkan penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai munculnya *ghaflah*. Dengan demikian, *ghaflah* dipahami sebagai hasil interaksi antara faktor eksternal, yaitu intensitas penggunaan media sosial, dan faktor internal, yaitu kesiapan spiritual individu. Melalui kerangka tersebut, penelitian ini diharapkan tidak hanya mendeskripsikan fenomena *ghaflah*, tetapi juga mengungkap bagaimana siswa memaknai dan menjalani *muhasabah* sebagai jalan untuk menghadirkan kembali hati dalam salat. Secara ringkas, keseluruhan alur penalaran tersebut dapat digambarkan dalam gambar berikut:



Gambar 1. Kerangka Berfikir

Berdasarkan bagan di atas, dapat dipahami bahwa penelitian ini berangkat dari tingginya penggunaan media sosial yang kemudian berdampak pada munculnya *ghaflah* ketika siswa melaksanakan salat, baik sebelum, saat, maupun setelahnya. Kelalaian tersebut selanjutnya disikapi melalui *muhasabah* sebagai bentuk refleksi diri yang dilakukan secara bertahap. Dengan demikian, diharapkan *ghaflah* yang dialami siswa dapat berkurang dan kualitas pelaksanaan salatnya semakin meningkat.

F. Problem Statements

Penggunaan media sosial menimbulkan *ghaflah* (kelalaian hati) dalam pelaksanaan salat lima waktu di kalangan siswa kelas X pengguna media sosial di SMA Muhammadiyah 4 Bandung, ditandai dengan tertundanya pelaksanaan salat karena sibuk bermedia sosial, berkurangnya kekhusyukan saat salat, dan terabaikannya zikir serta doa setelah salat akibat penggunaan media sosial yang berlebihan. Kondisi ini memerlukan pendekatan spiritual melalui penerapan nilai *muhasabah* (introspeksi diri) untuk menumbuhkan kesadaran diri dan mengurangi *ghaflah* dalam pelaksanaan salat lima waktu.

G. Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai pengaruh penggunaan media sosial terhadap perilaku keagamaan telah banyak dilakukan, khususnya pada kalangan remaja dan siswa (Fahrudin, 2022; Amini, 2024; Liambana & Juhanis, 2020; Jauhariyah, 2024; Nurdiana, 2024). Perkembangan teknologi digital membawa perubahan dalam pola interaksi, perhatian, serta kebiasaan spiritual individu yang berpotensi memengaruhi kualitas pelaksanaan ibadah, termasuk salat lima waktu. Berbagai penelitian terdahulu umumnya menyoroti hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kedisiplinan ibadah yang tampak secara lahiriah. Namun demikian, kajian yang mengungkap dimensi batiniah ibadah, seperti munculnya *ghaflah* (kelalaian hati) serta proses refleksi diri melalui *muhasabah* masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian terdahulu berikut menjadi pijakan sekaligus pembanding bagi penelitian ini. Adapun beberapa penelitian yang relevan dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Penelitian skripsi yang dilakukan oleh Septian Arif Fahrudin tentang “Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kedisiplinan salat lima waktu pada siswa SMP Taman Dewasa Semarang” menunjukkan bahwa tingkat penggunaan media sosial dan kedisiplinan salat siswa sama-sama berada pada kategori sedang. Berdasarkan hasil analisis regresi, ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kedisiplinan dalam menjalankan ibadah salat lima waktu, dengan besar pengaruh mencapai 41,8%. Dengan demikian, penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif intensitas penggunaan media sosial terhadap kedisiplinan siswa dalam melaksanakan salat lima waktu di SMP Taman Dewasa Semarang tahun pelajaran 2020/2021, di mana semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka kedisiplinan salat siswa cenderung menurun. Penelitian ini menyoroti hubungan perilaku bermedia sosial terhadap kedisiplinan ibadah, namun tidak mengkaji lebih jauh aspek batiniah seperti kekhusyukan atau kelalaian hati saat salat (Fahrudin, 2022).

2. Penelitian skripsi selanjutnya dilakukan oleh Rizky Aulia Amini yang meneliti “Hubungan penggunaan media sosial dengan disiplin ibadah remaja di Kelurahan Poris Plawad Indah RT 02 RW 04 Cipondoh Tangerang”. Menggunakan metode kuantitatif korelasional, penelitian ini menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kedua variabel tersebut. Nilai korelasi Pearson sebesar 0,543 menunjukkan hubungan dalam kategori sedang, dengan koefisien determinasi sebesar 29,5%, yang berarti sebagian perilaku disiplin ibadah dipengaruhi oleh cara remaja menggunakan media sosial. Semakin bijak penggunaan media sosial, semakin baik pula kedisiplinan ibadah mereka. Namun, penelitian ini masih berfokus pada kedisiplinan ibadah yang tampak secara lahiriah, dan belum mengungkap bagaimana media sosial dapat memengaruhi kondisi batin, konsentrasi, atau munculnya *ghaflah* dalam proses salat (Amini, 2024).
3. Penelitian skripsi yang dilakukan oleh Nurintan Lulu Jauhariyah berjudul “Hubungan antara *Muhasabah* dengan Adiksi Media Sosial pada Mahasiswa Angkatan 2020 di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *muhasabah*, tingkat adiksi media sosial, serta hubungan antara kedua variabel tersebut pada mahasiswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan teknik *purposive sampling* terhadap 86 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *muhasabah* dan adiksi media sosial dengan nilai korelasi sebesar $-0,609$ ($p < 0,05$). Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *muhasabah* individu, maka semakin rendah tingkat adiksi media sosial yang dialami. Penelitian ini menegaskan bahwa *muhasabah* berperan sebagai mekanisme refleksi spiritual yang membantu individu mengendalikan penggunaan media sosial. Namun demikian, penelitian tersebut belum mengkaji secara khusus bagaimana pengalaman *muhasabah* berkaitan dengan kondisi *ghaflah* atau kelalaian hati dalam pelaksanaan salat. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya melengkapi kajian sebelumnya dengan menggali pengalaman *muhasabah* sebagai upaya

mengurangi *ghaflah* dalam pelaksanaan salat pada siswa pengguna media sosial (Jauhariyah, 2024).

4. Artikel yang berjudul “ Pengaruh Media Sosial Terhadap Aktivitas Ibadah Siswa Kelas 9 Madrasah Tsanawiyah Suhada Desa Waitina Kecamatan Mangoli Timur Kabupaten Kepulauan Sula” karya Mulki dan Hasan dalam jurnal Jurnal Al-Nashihah menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Namun, para siswa belum mampu mengatur waktu penggunaan media sosial dengan baik sehingga waktu untuk beribadah, termasuk salat lima waktu, sering terabaikan. Artikel tersebut juga menegaskan pentingnya peran guru agama dalam memberikan wawasan keislaman serta membimbing siswa agar lebih bijaksana dalam menggunakan media sosial dan lebih mengutamakan ibadah dibandingkan aktivitas di dunia maya (Liambana & Juhanis, 2020).
5. Artikel karya Siti Nurdiana berjudul “Penerapan Kegiatan *Muhasabah* dalam Meningkatkan Kesadaran Beribadah Siswa di MTs As-Salam Samboja” menunjukkan bahwa kegiatan *muhasabah* efektif dalam meningkatkan kesadaran beribadah siswa. Melalui pendekatan reflektif dan bimbingan spiritual, siswa mengalami peningkatan dalam pemahaman serta kedisiplinan menjalankan ibadah. Pada siklus pertama, kesadaran beribadah siswa meningkat dari 40% menjadi 60%, sedangkan pada siklus kedua meningkat hingga mencapai 85%. Selain meningkatkan kedisiplinan ibadah, kegiatan *muhasabah* juga berkontribusi dalam pembentukan karakter religius siswa, seperti disiplin, tanggung jawab, dan kesadaran spiritual (Nurdiana, 2024).

Agar persamaan dan perbedaan antara penelitian terdahulu dan penelitian ini lebih mudah dipahami, kelima kajian di atas dirangkum dalam tabel berikut:

Tabel 1. Penelitian Terdahulu

N O	Peneliti (Tahun)	Judul	Metode dan Hasil	Perbedaan	Persamaan
1.	Septian Arif Fahruddin (2022)	Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kedisiplinan salat lima waktu pada siswa SMP Taman Dewasa Semarang	Kuantitatif, kedua variabel berada pada kategori sedang, terdapat hubungan yang signifikan, dengan besar pengaruh intensitas bermain media sosial mencapai 41,8% terhadap kedisiplinan salat.	Kuantitatif dan hanya menyoroti kedisiplinan lahiriah, penelitian ini kualitatif dan menggali <i>ghaflah</i> serta <i>muhasabah</i> .	Sama-sama meneliti kaitan media sosial dengan salat lima waktu pada pelajar.
2.	Rizky Aulia Amini (2024)	Hubungan penggunaan media sosial dengan disiplin ibadah remaja di Kelurahan Poris Plawad Indah RT 02 RW 04 Cipondoh Tangerang	Kuantitatif korelasional, Terdapat hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dan disiplin ibadah, korelasi Pearson 0,543 (kategori sedang) dengan koefisien determinasi 29,5%, yang berarti sebagian perilaku	Kuantitatif dan sebatas disiplin lahiriah, belum menyentuh kondisi batin atau <i>ghaflah</i> .	Sama-sama mengkaji hubungan media sosial dengan disiplin ibadah remaja.

			disiplin ibadah dipengaruhi oleh cara remaja menggunakan media sosial.		
3.	Nurintan Lulu Jauhariyah (2024)	Hubungan antara <i>Muhasabah</i> dengan Adiksi Media Sosial pada Mahasiswa Angkatan 2020 di Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri	Kuantitatif, Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara <i>muhasabah</i> dan adiksi media sosial dengan nilai korelasi sebesar $-0,609$ ($p < 0,05$). Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat <i>muhasabah</i> individu, maka semakin rendah tingkat adiksi media sosial yang dialami.	Subjek mahasiswa dan fokus adiksi media sosial (kuantitatif), belum mengaitkan <i>muhasabah</i> dengan <i>ghaflah</i> dalam salat.	Sama-sama mengangkat variabel <i>muhasabah</i> dan media sosial.
4.	Mulki Liambana & Hasan bin Juhanis (2020)	Pengaruh Media Sosial Terhadap Aktivitas Ibadah Siswa Kelas 9 Madrasah	Kualitatif, Hampir seluruh siswa menggunakan media sosial, pengelolaan	Fokus pada manajemen waktu dan peran guru, tidak membahas <i>ghaflah</i>	Sama-sama mengkaji dampak media sosial terhadap ibadah/salat siswa.

		Tsanawiyah Suhada Desa Waitina Kecamatan Mangoli Timur Kabupaten Kepulauan Sula	waktu yang kurang baik membuat ibadah termasuk salat lima waktu sering terabaikan, ditekankan pentingnya peran guru agama.	maupun <i>muhasabah</i> .	
5.	Siti Nurdiana (2024)	Penerapan Kegiatan Kegiatan <i>Muhasabah</i> dalam Meningkatkan Kesadaran Beribadah Siswa di MTs As-Salam Samboja	Penelitian Tindakan Kelas (PTK), <i>Muhasabah</i> efektif meningkatkan kesadaran beribadah siswa (pra-siklus 40% → siklus I 60% → siklus II 85%) dan turut membentuk karakter religius.	Berupa PTK untuk kesadaran ibadah umum, penelitian ini menggali pengalaman <i>muhasabah</i> untuk mengurangi <i>ghaflah</i> dalam pelaksanaan salat.	Sama-sama memanfaatkan <i>muhasabah</i> untuk memperbaiki ibadah siswa.

Dari keseluruhan kajian tersebut, belum ditemukan penelitian yang secara khusus menggali pengalaman *muhasabah* sebagai upaya mengurangi *ghaflah* (kelalaian hati) dalam pelaksanaan salat lima waktu, terlebih pada siswa pengguna media sosial dan ditinjau melalui tiga fase salat, yaitu sebelum salat, saat salat, dan setelah salat. Di sinilah letak posisi sekaligus kebaruan penelitian ini, yakni melengkapi kajian terdahulu dengan pendekatan kualitatif yang menelusuri dimensi batiniah ibadah secara lebih mendalam, sehingga diharapkan mampu memberikan pemahaman baru yang belum tersentuh oleh penelitian-penelitian sebelumnya.