

## Valensi dan arousal sebelum dan setelah salat : eksplorasi metode experience sampling dengan smartphone app = Valence and arousal before and after salat : an exploration of experience sampling method using smartphone app

Annas Jiwa Pratama, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20421638&lokasi=lokal>

---

Abstrak

### **ABSTRAK**

Studi ini merupakan sebuah eksplorasi metode experience sampling (ESM) dengan menggunakan smartphone app. Di dalam studi ini diteliti dampak ibadah salat kepada valensi dan arousal. Salat adalah ibadah wajib yang dilakukan umat Islam lima kali sehari. Walaupun ibadah ini adalah perilaku yang amat penting bagi umat Islam, penelitian mengenai dampak dari ibadah ini sangat minim. Studi ini juga melihat bagaimana konten doa, spesifiknya doa untuk bersyukur, berdampak kepada valensi. Sebanyak 60 orang mahasiswa Fakultas Psikologi melaporkan kondisi afektif mereka lima kali sehari selama tujuh hari. Partisipan dibagi ke dalam dua kelompok; satu kelompok melaporkan setelah salat, dan kelompok yang kedua sebelum salat. Sebuah smartphone app dikembangkan khusus untuk penelitian. Secara keseluruhan partisipan mengisi sebanyak 1.316 kali. Sesuai dengan prediksi, valensi yang dilaporkan setelah salat lebih tinggi daripada yang dilaporkan sebelumnya. Doa bersyukur juga memprediksi meningkatnya valensi. Arousal tidak berbeda setelah atau sebelum salat.

### **ABSTRACT**

This study is an exploration of the use of smartphone app in experience sampling method. In this study the effects of salat on valence and arousal is examined. Salat is a mandatory prayer ritual for Muslims, conducted five times a day. Despite the significance of this act for Muslims, only a handful of studies on the psychological effects of this ritual has been conducted. This study also examines the impact of the contents of prayer, in particular how prayer is used to give thanks to the divine, affects valence. In this study 60 first-year Psychology students report their affective state five times a day for seven days. Participants are divided into two groups; one reports after they conducted salat, another reports before salat. A smartphone app is developed for the purpose of the study. A total of 1.316 responses are procured. As predicted, valence reported after salat is higher than the ones reported before. Thanksgiving prayers also significantly predict an increase in valence. Arousal does not differ before and after salat.