

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Intensitas Membaca Al-Qur'an

1 Pengertian Intensitas

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia “intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya (kuatnya dan hebatnya).”¹ Atau dengan kata lain dapat diartikan dengan sungguh-sungguh dan terus menerus mengerjakan sesuatu hingga memperoleh hasil yang optimal. Intensitas berasal dari bahasa Inggris *intense* yang berarti hebat, kuat dan yang bersemangat. Sedangkan *intensity* atau intensitas berarti kehebatan.² Menurut Kartini dan Dali Dugo menjelaskan intensitas adalah besar atau kekuatan suatu tingkah laku.³

Chaplin menyebutkan bahwa intensitas adalah “kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau sikap.”⁴ Chaplin menggaris bawahi bahwa intensitas adalah sebuah wujud dukungan suatu pendapat atau sikap. Bagaimana seseorang menyikapi dan mendukung suatu hal secara kuat.

Sehingga intensitas dapat diartikan suatu kekuatan yang menunjukkan keadaan seperti semangat kuat atau sungguh-sungguh, yang dimiliki seseorang dalam bentuk sikap ataupun perbuatan dalam melaksanakan sesuatu untuk memperoleh hasil yang optimal.

¹ Tim Redaksi, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2000), hlm. 438

² Hasan Shadily And John Echols, *An English-Indonesian Dictionary*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2007), hlm, 326

³ Kartini & Dali Dugo, *Kamus Psikologi*, (Bandung: Pignur Jaya, 1987), hlm. 233

⁴ Chaplin, James, *Kamus Lengkap Psikologi, Terj.*, (Jakarta: Mizan, 2009), hlm. 254

2 Faktor yang Mempengaruhi Intensitas Membaca

Rendahnya pemahaman siswa terhadap bacaan dikarenakan kurangnya kebiasaan membaca. Kebiasaan membaca merupakan salah satu faktor penentu dalam kemampuan pemahaman. Semakin sering kegiatan membaca dilakukan, maka kemampuan pemahaman juga akan semakin baik. Kemampuan membaca seseorang sangat ditentukan oleh faktor intensitas membacanya.⁵ Menurut Ajzen, menyatakan intensitas dipengaruhi oleh empat aspek⁶, yaitu sebagai berikut:

- a. Frekuensi adalah lamanya peluang perilaku atau suatu aktivitas tertentu
- b. Perhatian, merupakan ketertarikan individu terhadap objek tertentu yang menjadi target perilaku
- c. Penghayatan, berupa pemahaman terhadap informasi yang dilihat dan dialami, kemudian informasi tersebut dipahami, dinikmati, dan disimpan sebagai pengetahuan yang baru bagi individu yang bersangkutan
- d. Durasi, merupakan lamanya selang waktu yang dibutuhkan individu untuk melakukan suatu aktivitas tertentu

Berdasarkan beberapa aspek yang mempengaruhi intensitas membaca tersebut, maka peneliti menggunakan aspek frekuensi, perhatian, penghayatan, dan durasi sebagai acuan dalam menyusun kisi-kisi angket intensitas membaca.

⁵ Tampubolon, *Kemampuan Membaca Teknik Membaca Efektif Dan Efisien*, (Bandung: Angkasa, 1990), hlm. 243

⁶ Latifah Prihandini, *Pengaruh Intensitas Membaca Terhadap Hasil Belajar Ips Siswa Kelas V Sd Segugus II Kecamatan Pengasih Kulon Progo*, (Yogyakarta: Tidak diterbitkan, 2015), hlm. 16-17

Dari sini nampak upaya pembiasaan kegiatan dalam upaya mendapatkan manfaat yang berkesinambungan. Sifat-sifat kepribadian yang berusaha diraih sangat tergantung pada kesungguhan dan semangat pelatihan dan pembiasaan diri.⁷ Dalam penelitian ini, intensitas berkaitan dengan aspek kuantitatif dalam wujud rutinitas kegiatan membaca.

Membaca diartikan sebagai menyampaikan, menelaah, mendalami, meneliti, mengetahui ciri-cirinya dan sebagainya. Semua itu dapat dikembalikan kepada hakikat “menghimpun” yang merupakan akar dari kata tersebut.⁸

Membaca juga memiliki arti melihat serta memahami isi dari apa yang tertulis (dengan melisankan atau hanya dalam hati). Membaca juga berarti mengeja atau melafalkan apa yang tertulis.⁹ Membaca dalam hal ini dipahami sebagai pelafalan dari apa yang dilihat dalam bentuk tertulis.

Berdasarkan Al-Qur'an, membaca diistilahi dengan bermacam-macam. *Qara'a* atau membaca, *yatlu* atau menelaah, *rattili* atau membaca dengan harmonisasi nada, *tadrusun* atau mengkaji secara akademik dan *tadzabbur* atau memahami dengan hati.¹⁰ Berbagai macam istilah yang digunakan untuk pengertian membaca menunjukkan bahwa Al-Qur'an sangat menaruh perhatian terhadap kegiatan membaca.

⁷ Nawawi, Rif'at Syaqui, *Kepribadian Qur'ani*, (Jakarta: Amzah, 2011), hlm. 240

⁸ Quraish Shihab, *Membumikan Al-Qur'an Fungsi Dan Peran Wahyu Dalam Kehidupan Masyarakat*, (Jakarta: Mizan, 2009), hlm. 261

⁹ Tim Redaksi, *Kamus Besar Bahasa...*, hlm. 83

¹⁰ Sensa, M. Djarot, *Komunikasi Qur'aniah: Tadzabbur Untuk Pensucian Jiwa*, (Bandung: Pustaka Islamika, 2005), hlm. 68-69

Disini terlihat pentingnya membaca disertai usaha membaca tersebut karena Allah. Manfaat yang akan diperoleh adalah anugerah pemahaman, pengetahuan, dan wawasan baru. Anugerah berikutnya yang dilimpahkan Allah adalah kemampuan membedakan hal baik dan hal buruk.

3 Pengertian Al-Qur'an

Al-Qur'an adalah firman Allah yang diturunkan kepada Muhammad saw, yang dibaca dengan mutawatir dan beribadah dengan membacanya.¹¹ Al-Qur'an adalah kitab suci umat islam yang harus dipelajari dan diamalkan isinya, serta sekurang-kurangnya harus selalu membacanya, karena membacanya merupakan ibadah kepada Allah. Al-Qardhawi mengemukakan bahwa:

Al-Qur'an seratus persen berasal dari Allah, baik secara lafadz maupun makna, diwahyukan kepada nabi dan Rasul Muhammad saw melalui wahyu "al-jalily" (wahyu yang jelas) dengan turunnya malaikat Jibril sebagai utusan Allah untuk disampaikan kepada Rasulullah dan bukan melalui jalan wahyu yang lain.¹²

Tidak diragukan lagi bahwa Al-Qur'an 100% berasal dari Allah, baik secara lafadz maupun makna. Al-Qur'an merupakan pedoman bagi umat islam. Allah berfirman dalam QS. Asy-Syu'ara ayat 192 dan 193:

وَإِنَّهُ لَتَنْزِيلُ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٩٢﴾ نَزَلَ بِهِ الرُّوحُ الْأَمِينُ ﴿١٩٣﴾

"Dan sesungguhnya (Al-Qur'an) ini benar-benar diturunkan oleh Tuhan semesta alam, dia dibawa turun oleh Ar-Ruhul Amin (Jibril)". (QS. Asy-Syu'ara 192-193)¹³

¹¹ Ilyas, *Kuliah Ulumul Qur'an*, (Yogyakarta: ITQAN Publishing, 2013), hlm. 16

¹² Al-Qardhawi, *Bagaimana Berinteraksi Dengan Al-Qur'an*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2000), hlm. 3

¹³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahan Al-Jumanatul Ali*, (Bandung: CV. Jumanatul Ali, 2004), hlm. 375

Jadi Al-Qur'an diturunkan kepada nabi Muhammad saw secara berangsur-angsur. Nabi Muhammad saw dalam hal menerima wahyu mengalami berbagai macam keadaan. Baik itu dengan cara malaikat memasukkan wahyu itu kedalam hatinya, malaikat menampilkan dirinya kepada nabi berupa seorang laki-laki, wahyu datang kepadanya seperti gemerincingnya lonceng, maupun dengan cara malaikat menampakkan dirinya kepada nabi Muhammad saw berupa wujud aslinya.¹⁴

4 Dasar-Dasar membaca Al-Qur'an

Pengajaran dan belajar Al-Qur'an merupakan bagian dari Pendidikan Nasional yang berdasarkan pada:

1) Dasar Yuridis Formal yaitu :

- a) Pancasila pada sila pertama, Ketuhanan Yang Maha Esa.
- b) UUD 1945 bab XI pasal 29 ayat (1) dan (2), merupakan dasar konstitusional yang berbunyi:
 - (1) Negara berdasar atas Ketuhanan Yang Maha Esa.
 - (2) Negara menjamin kemerdekaan tiap-tiap penduduk untuk memeluk agama masing-masing dan beribadah menurut agama dan kepercayaannya itu.
- c) KMA nomor 211 tahun 2011 tentang Standar Nasional Pendidikan Agama di sekolah
- d) Undang-undang Republik Indonesia No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) bab VI (jalur, jenjang,

¹⁴ Zainal Abidin, *Seluk Beluk Al-Qur'an*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1992), hlm. 3

dan jenis pendidikan) bagian kesembilan (pendidikan keagamaan) pasal 30 yang selengkapnya berbunyi sebagai berikut:

- (1) Pendidikan keagamaan diselenggarakan oleh pemerintah dan atau kelompok masyarakat dari pemeluk agama, sesuai dengan peraturan perundang-undangan.
- (2) Pendidikan keagamaan berfungsi mempersiapkan peserta didik menjadi anggota masyarakat yang memahami nilai-nilai agama dan atau menjadi ahli ilmu agama.
- (3) Pendidikan keagamaan dapat diselenggarakan pada jalur pendidikan formal, non formal, dan informal.
- (4) Pendidikan keagamaan berbentuk pendidikan diniyah, pesantren, *pasraman/pabhaja samanera*, dan bentuk lain yang sejenis.
- (5) Ketentuan mengenai pendidikan keagamaan sebagaimana dimaksudkan ayat 1-4 diatur lebih lanjut dengan peraturan pemerintah.¹⁵

2) Dasar Religius

Yang dimaksud dasar religius dalam uraian ini adalah dasar-dasar yang bersumber pada Al-Qur'an dan Hadits. Yang mana kedua sumber tersebut merupakan pokok pangkal dari ajaran-ajaran agama yang sudah tidak diragukan lagi kebenaran dan kemurniannya. Dasar hukum di atas menunjukkan bahwa pelaksanaan pendidikan Al-Qur'an adalah merupakan perintah dari Allah dan merupakan ibadah

¹⁵ Tim Redaksi Nuansa Aulia, *Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS)*, (Bandung : Nuansa Aulia, 2012), hlm.12

bagi setiap yang membacanya. Firman Allah SWT dalam surat Al-Alaq ayat 1-5

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ﴿٢﴾
 أَقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ﴿٣﴾ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ﴿٤﴾ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا
 لَمْ يَعْلَمْ ﴿٥﴾

Artinya : Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang Menciptakan, Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah yang Maha pemurah, yang mengajar (manusia) dengan perantaran kalam, Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya. (Al-Alaq 1-5)¹⁶

3) Dasar Psikologi

Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang tingkah laku manusia.¹⁷ Dalam hal ini mengapa psikologi termasuk aspek dasar dalam membaca Al-Qur'an karena psikologi berusaha menyelidiki semua aspek kepribadian dan tingkah laku, baik yang bersifat jasmani maupun rohani. Al-Qur'an berfungsi sebagai obat hati seperti yang telah disebutkan dalam Al-Qur'an surat Yunus: 57.¹⁸

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي
 الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

Artinya : Hai manusia, Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Q.S Yunus: 57)

¹⁶ Departemen Agama, *Al Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm. 1079

¹⁷ Ngalim Purwanto, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2007), hlm. 1

¹⁸ Departemen Agama, *Al Qur'an dan Terjemahnya...*, hlm.315

5 Keutamaan Membaca Al-Qur'an

Banyak sekali keutamaan ketika seseorang membaca Al-Qur'an.

Diantaranya sebagai berikut:

- a. Pemberi syafa'at di hari kiamat
- b. Allah akan menaikkan derajat orang yang membaca Al-Qur'an
- c. Akan memperoleh kebaikan dan dilipat gandakan kebaikan itu
- d. Dijauhkan dari iri dan dengki
- e. Orang yang membaca Al-Qur'an besok akan berkumpul bersama para malaikat
- f. Mendapat ketenangan dan rahmat.¹⁹

Membaca Al-Qur'an merupakan amal ibadah yang mulia disisi Allah. Membaca Al-Qur'an banyak memiliki faedah dan keutamaan. Setiap orang muslim yakin bahwa membaca Al-Qur'an saja sudah termasuk amal yang mulia dan akan mendapatkan pahala, sebab yang dibaca adalah sebaik-baik bacaan bagi orang muslim. Ketika membaca Al-Qur'an seseorang akan mendapatkan banyak manfaat dan pahala bagi orang yang membaca dan dapat menimbulkan dorongan untuk lebih meningkatkan semangat dan intensitas di dalam membaca Al-Qur'an.

6 Dimensi Intensitas Membaca Al-Qur'an

Intensitas merupakan upaya bersungguh-sungguh dalam melaksanakan sesuatu. Diantara dimensi intensitas membaca Al-Qur'an yang perlu dilakukan untuk mendapatkan kesempurnaan di dalam membaca Al-Qur'an yaitu:

¹⁹ Imam Nawawi, *Terjemah Syarah Shahih Muslim*, (Jakarta Selatan: Mustaqiim, 2005), hlm. 15

a. Rutinitas membaca Al-Qur'an

Menurut literatur bahasa, rutinitas berarti prosedur yang teratur dan tidak berubah-ubah. Maksudnya ialah kegiatan yang dilakukan segera teratur dalam frekuensi tertentu dalam sehari dan kegiatan itu tidak berubah-ubah, tidak bersifat kadang-kadang, sehari membaca Al-Qur'an besoknya tidak. Rutinitas membaca Al-Qur'an berarti menjadikan kegiatan membaca Al-Qur'an sebagai kegiatan yang dilakukan secara teratur berdasarkan frekuensi dalam sehari ketika membaca Al-Qur'an.²⁰

Rutinitas membaca Al-Qur'an yaitu kegiatan membaca Al-Qur'an sebagai kegiatan yang dilakukan secara teratur, tidak bersifat kadang-kadang, sehari membaca besok tidak. Membaca Al-Qur'an pada dasarnya bukan karena sesuatu, seperti iming-iming. Membaca Al-Qur'an merupakan kewajiban setiap umat muslim.

b. Adab Membaca Al-Qur'an

Segala perbuatan yang dilakukan manusia memerlukan etika dan adab untuk melakukannya, apalagi membaca Al-Qur'an adalah kalam Allah yang diturunkan kepada nabi Muhammad saw sebagai petunjuk bagi orang yang bertaqwa dan membacanya merupakan ibadah. Membaca Al-Qur'an dapat dikatakan sebagai ibadah apabila membacanya tidak dilakukan dengan sembarangan. Agar manusia memperoleh manfaat yang banyak dari membaca Al-Qur'an

²⁰ Al-Qardhawi, *Bagaimana Berinteraksi*, hlm. 32

hendaklah membacanya dengan adab dan sopan santun mengingat yang dibaca adalah sumber pedoman dalam kehidupan.²¹

Karena membaca Al-Qur'an tidak sama seperti membaca koran atau buku-buku lain yang merupakan perkataan manusia belaka. Oleh karena itu, ada beberapa adab dan tata cara yang harus diperhatikan saat membaca Al-Qur'an. Adapun adab membaca Al-Qur'an dibagi dua, yang terdiri dari:

1) Adab lahiriyah

a. Dalam keadaan suci

Diantara adab membaca Al-Qur'an adalah bersuci dari hadats kecil, hadats besar dan segala najis, sebab yang dibaca adalah wahyu Allah bukan perkataan manusia. disunahkan membaca Al-Qur'an sesudah berwudhu dalam keadaan bersih. Kemudian mengambil Al-Qur'an hendaknya dengan tangan kanan, sebaiknya menggunakan kedua tangan.

b. Memilih tempat bersih

Tidak semua tempat pantas atau sesuai untuk membaca Al-Qur'an, ada beberapa tempat yang tidak sesuai untuk membacanya seperti di wc, kamar mandi, pada saat buang air, di tempat-tempat kotor dan lain sebagainya hendaknya pembaca memilih tempat yang suci dan tenang seperti masjid, musholla, rumah atau yang dianggap pantas dan terhormat.

²¹ Al-Qardhawi, *Bagaimana Berinteraksi....*, hlm. 28-29

c. Menghadap kiblat dan berpakaian sopan

Pembaca Al-Qur'an hendaknya memilih cara duduk yang sesuai, kondisi yang sesuai dan sikap badan yang pantas serta berpakaian yang pantas pula, karena membaca Al-Qur'an menerima pesan dari Allah.

d. Bersiwak

Ketika membaca Al-Qur'an, mulut hendaknya bersih, tidak berisi makanan, dan sebelum membacanya sebaiknya di bersihkan terlebih dahulu dan bersiwak atau dengan menggosok gigi.²²

e. Membaca ta'awudz

Allah swt berfirman dalam QS. An-Nahl ayat 98 :

فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ ﴿٩٨﴾

“Apabila kamu membaca Al-Qur'an hendaklah kamu meminta perlindungan kepada Allah dari syaitan yang terkutuk” (An-Nahl: 98)

Dengan membaca ta'awudz kita memohon perlindungan kepada Allah dari segala macam godaan syetan yang terkutuk,

f. Membaca dengan tartil

Tartil adalah membaca dengan tenang, pelan-pelan dan memperhatikan tajwidnya. Allah berfirman dalam QS. Al-Muzammil ayat 4.²³

²² Zainal Abidin, *Seluk Beluk....*, hlm. 145

²³ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*, (Jakarta: Pelita II, 1979), hlm. 417

أُورِدَ عَلَيْهِ وَرَتِلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً

“atau lebih dari seperdua itu. Dan bacalah Al-Qur’an itu dengan perlahan-lahan” (Al-Muzammil: 4)

- g. Membaguskan bacaannya dengan suara merdu

Disunahkan membaca Al-Qur’an dengan suara yang bagus lagi merdu, sebab suara yang bagus dan merdu itu menambah keindahan.²⁴

2) Adab batiniyah

- a. Membaca dengan *tadabbur* yakni memperhatikan sungguh-sungguh hikmah yang terkandung di dalam Al-Qur’an.
- b. Membaca dengan *khusyu’* dan *khudlu’* artinya merendahkan hati kepada Allah sehingga Al-Qur’an yang dibaca mempunyai pengaruh bagi pembacanya.²⁵
- c. Membaca dengan ikhlas yakni membaca Al-Qur’an hanya karena Allah dan hanya mencari ridho dari Allah.
- d. Dapat mengendalikan emosi artinya bacaan Al-Qur’an yang menimbulkan rasa tenang dalam diri seseorang membuat orang lebih bersabar terhadap sesuatu yang menimpa dirinya. Dengan rutin membaca Al-Qur’an seseorang akan mudah mengendalikan emosinya sehingga menjadi pribadi yang penyabar.²⁶

²⁴ Zainal Abidin, *Seluk Beluk....*, hlm. 146

²⁵ M. Hasbi Ash-Shiddieqy, *Pedoman Dzikir Dan Do’a*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1990), hlm. 153-154

²⁶ Abdul Majid Khon, *Praktikum Qira’at Keanean Membaca Al-Qur’an Qira’at Ashim Dari Hafash*, (Jakarta: Amzah, 2011), hlm.38

B. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi, menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendali diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Menurutnya emosi sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau berluapan. Emosi merupakan luapan perasaan, nafsu atau pergolakan pikiran di bawah alam sadar manusia. Luapan perasaan tersebut berupa perasaan amarah, sedih, gembira, takut, cinta malu, dan jengkel. Emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya. Suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Keadaan biologis dan psikologis seseorang mempengaruhi perilakunya. Seseorang yang sulit mengendalikan emosinya cenderung melakukan tindakan yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Emosi berlebihan juga dapat membahayakan kesehatan, baik fisik maupun psikis.²⁷

Kecerdasan menurut Spearman dan Jones, bahwa ada suatu konsepsi lama tentang kekuatan yang dapat melengkapi akal pikiran manusia dengan gagasan abstrak yang universal, untuk dijadikan sumber tunggal pengetahuan sejati. Kekuatan demikian dalam bahasa Yunani disebut *nous*, sedangkan penggunaan kekuatan disebut *noesis*.

²⁷ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002), hlm. 512

Kedua istilah tersebut kemudian dalam bahasa latin dikenal sebagai *intellectus* dan *intelligentia*. Selanjutnya, dalam bahasa Inggris masing-masing diterjemahkan sebagai *intellect* dan *intelligence*. Transisi bahasa tersebut, ternyata membawa perubahan makna yang mencolok. *Intelligence* dalam bahasa indonesia biasa disebut dengan inteligensi atau kecerdasan, yang semula berarti penggunaan kekuatan intelektual secara nyata, tetapi kemudian diartikan sebagai suatu kekuatan lain.²⁸

Beck mengungkapkan pendapat James dan Lange bahwa “*Emotion is the perception of bodily changes wih occur in response to an event*” yang berarti emosi adalah persepsi perubahan jasmaniah yang terjadi dalam memberi tanggapan atau respon terhadap suatu peristiwa. Definisi ini bermaksud menjelaskan bahwa pengalaman emosi merupakan persepsi dari reaksi terhadap situasi.²⁹ Para pakar memberikan definisi beragam pada kecerdasan emosional, diantaranya adalah kemampuan untuk menyikapi pengetahuan-pengetahuan emosional dalam bentuk menerima, memahami, dan mengelola.³⁰ Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologi dan berbagai pikiran. Jadi emosi merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia karena emosi merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan.³¹

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi

²⁸ Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2006), hlm. 58

²⁹ Hamzah B. Uno, *Orientasi baru....*, hlm. 62

³⁰ Makmum Mubayidh, *Kecerdasan Emosional Dan Kesehatan Anak*, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2006), hlm. 7

³¹ Capi Triatna Dkk, *EQ Power: Paduan Meningkatkan Kecerdasan Emosional*, (Bandung: CV. Citra Praya, 2008), hlm. 21

frustasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa.³² Kecerdasan emosional memberi kita kesadaran mengenai perasaan memiliki diri sendiri dan juga perasaan orang lain serta memberi kita rasa empati, simpati, cinta, motivasi dan kemampuan untuk menanggapi kesedihan atau kegembiraan secara tepat. Kecerdasan emosional yang memotivasi seseorang untuk mencari manfaat dan mengaktifkan aspirasi dan nilai-nilai yang paling dalam, mengubah apa yang dipikirkan menjadi apa yang dijalani. Kecerdasan emosional menuntut seseorang untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan pada dirinya dan orang lain untuk menanggapi dengan tepat, menerapkan dengan efektif informasi dan energi, emosi dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari.³³

Goleman mengidentifikasi sejumlah kelompok emosi, yaitu sebagai berikut:

- a. Amarah: beringas, mengamuk, benci, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan, tindak kekerasan.
- b. Kesedihan: pedih, sedih, suram, melankolis, mengasihi diri, putus asa, kesepian, ditolak, dan depresi
- c. Rasa takut: was-was, ngeri, fobia cemas, gugup, khawatir, waspada, dan tidak tenang.

³² Hamzah B. Uno, *Oreintasi Baru...*, hlm. 62

³³ *Ibid*, hlm. 71

- d. Kenikmatan: bahagia, gembira, riang, puas, senang, terhibur, bangga, girang, dan mania.
- e. Cinta: penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kemesraan, kasih.
- f. Terkejut: terkesima, takjub, terpesona.
- g. Jengkel: hina, jijik, muak, tidak suka, dan mau muntah.
- h. Malu: hati-hati, kesal, menyesal, aib, dan hati hancur lebur.

Bentuk-bentuk emosi tersebut merupakan salah satu ekspresi yang diimbulkan oleh perasaan seseorang berupa dorongan-dorongan untuk memberikan respon atau bertingkah laku terhadap stimulus yang ada. Seperti contoh ketika orang marah, wajah akan tampak merah, raut wajah terlihat ditekan pada bagian kelopak mata dan dahi terlihat bergaris, tangan mengempal, suara keras, bernafas lebih cepat dan pandangan matapun terlihat tajam.³⁴

Dengan demikian, kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali diri sendiri dan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan hubungannya dengan orang lain.³⁵ Kecerdasan emosional memiliki dimensi ketajaman dan keterampilan naluri seseorang dalam mengatur atau mengelola emosi dan perasaan sendiri serta orang lain, sehingga melahirkan pengaruh yang manusiawi dalam rangka kemampuan merasakan dan memahami serta membangun hubungan produktif dan efektif dengan orang lain.³⁶ Kecerdasan emosional

³⁴ Ali Dan Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2010), hlm. 63

³⁵ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence.....*, hlm. 511

³⁶ Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru.....*, hlm. 93

membantu manusia untuk menentukan kapan dan dimana ia bisa mengungkapkan perasaan serta membantu manusia mengarahkan dan mengendalikan emosinya.³⁷

2. Aspek Kecerdasan Emosional

Peter Salovey mengklasifikasikan wilayah atau aspek kecerdasan emosional dan dapat digunakan untuk melihat bagaimana kecerdasan emosional.³⁸ Kelima aspek tersebut adalah :

a. Mengenali emosi diri

Mengenali emosi diri adalah kesadaran diri yaitu tentang perasaan sewaktu perasaan terjadi. Kemampuan mengenali perasaan diri merupakan dasar kecerdasan emosional. Kesadaran ini berarti waspada baik terhadap suasana hati maupun pikiran kita tentang suasana hati. Individu yang sadar akan emosinya sendiri umumnya mandiri dan yakin akan batas-batas yang dibangun, kesehatan jiwanya bagus dan cenderung berpendapat positif terhadap kehidupan.

Mengenali emosi diri merupakan mengetahui apa yang dirasakan seseorang pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri.³⁹ Orang yang memiliki keyakinan yang lebih tentang perasaannya adalah orang yang handal bagi kehidupan mereka, karena memiliki perasaan lebih

³⁷ Makmum Mubayidh, *Kecerdasan Emosional.....*, hlm. 18

³⁸ Daniel Goleman, *inteligence.....*, hlm. 57

³⁹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*. (Bandung : PT. Remaja Rosda Karya, 2005), hlm.

tinggi akan perasaan mereka yang sesungguhnya, atas pengambilan keputusan masalah pribadi.

Kemampuan mengenali emosi diri juga merupakan kemampuan seseorang dalam memahami perasaannya sendiri sewaktu perasaan atau emosi itu muncul. Ini sering dikatakan sebagai dasar dari kecerdasan emosional. Seseorang yang mampu mengenali emosinya sendiri adalah bila ia memiliki kepekaan yang tajam atas perasaan mereka yang sesungguhnya dan kemudian mengambil tindakan secara tepat. Misalnya sikap yang diambil dalam menentukan berbagai pilihan, seperti memilih sekolah, sahabat, pekerjaan sampai kepada pemilihan pasangan hidup.

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas. Pada intinya bukan menjauhi perasaan yang tidak menyenangkan agar selalu bahagia, namun tidak membiarkan perasaan berlangsung tak terkendali sehingga menghapus perasaan hati yang menyenangkan. Kecakapan ini bergantung pula pada kesadaran diri. Mengelola emosi berhubungan dengan kemampuan untuk menghibur diri sendiri, bersikap toleran terhadap frustrasi, melepaskan kecemasan, mampu mengungkapkan amarah dengan tepat, dan akibat-akibat yang timbul karena gagalnya keterampilan emosional dasar. Orang-orang yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali jauh

lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan, mampu mengendalikan perilaku agresif yang dapat merusak diri dan orang lain

Kemampuan mengelola emosi juga merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan perasaannya sendiri sehingga tidak meledak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilakunya secara salah. Mengelola emosi berhubungan juga dengan pengaturan diri yang menangani emosi sedemikian rupa, sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapai semua gagasan maupun pulih kembali kepada sebuah emosi.⁴⁰ Mungkin dapat diibaratkan sebagai pilot pesawat yang dapat membawa pesawatnya ke suatu kota tujuan dan kemudian mendaratkannya secara mulus. Misalnya, seseorang yang sedang marah, maka kemarahan itu tetap dapat dikendalikan secara baik, tanpa harus menimbulkan akibat yang akhirnya disesalinya di kemudian hari.

c. Memotivasi diri sendiri

Memotivasi diri sendiri adalah kemampuan menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri. Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.⁴¹

⁴⁰ Djali, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta : PT Bmi Aksara, 2011), hlm. 101

⁴¹Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru....*, hlm. 74

Menurut Goleman, motivasi dan emosi pada dasarnya memiliki kesamaan yaitu sama-sama menggerakkan. Motivasi menggerakkan manusia untuk meraih sasaran, sedangkan emosi menjadi bahan bakar untuk motivasi, dan motivasi pada gilirannya menggerakkan persepsi dan membentuk tindakan-tindakan. Kemampuan memotivasi diri juga merupakan untuk memberikan semangat kepada diri sendiri untuk melakukan sesuatu yang baik dan bermanfaat. Dalam hal ini terkandung adanya unsur harapan dan optimis yang tinggi, sehingga seseorang memiliki kekuatan semangat untuk melakukan suatu aktivitas tertentu. Misalnya dalam hal belajar, bekerja, menolong orang lain dan sebagainya. Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati serta mempunyai perasaan motivasi positif yaitu antusiasme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

Kecerdasan emosional menunjukkan kepada suatu kesatuan untuk mengendalikan, mengorganisasikan, dan mempergunakan emosi kearah kegiatan yang mendatangkan hasil yang optimal. Emosi yang dikendalikan ini merupakan dasar bagi otak untuk dikendalikan dengan baik dan optimal. Apabila sosial tidak terkendali, orang akan mudah marah, sifat marah akan mematikan sistem kerja nalar dan apabila terjadi yang demikian, maka seseorang tidak akan termotivasi untuk belajar dan akan berakibat pada prestasi belajarnya yang akan menurun. Disinilah keunggulan kecerdasan

emosional dibandingkan kecerdasan intelektual. Dalam kehidupan sehari-hari, keunggulan kecerdasan emosional dapat diukur dari indikator penuh motivasi dan syarat kehangatan emosional.⁴²

Secara umum emosi dibagi menjadi dua, motivasi internal dan motivasi eksternal. Motivasi internal mengacu pada dirinya sendiri, kegiatan belajar dihayati dan merupakan kebutuhan dan memuaskan rasa ingin tahu. Sedangkan faktor eksternal siswa dengan faktor ini selalu ingin mengharapkan pujian atau pemberian nilai atau hadiah pada setiap prestasi yang diperolehnya. Kedua sikap ini adalah kontekstual, artinya ada pada diri seseorang dengan hubungan yang dilakukan.⁴³ Dalam aspek memotivasi diri sendiri ini terdapat tiga indikator, yaitu mampu mengendalikan impuls, bersikap optimis, dan mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan.

d. Mengenali emosi orang lain

Mengenali emosi orang lain atau *empati* adalah kemampuan untuk merasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan orang banyak atau masyarakat.⁴⁴ Orang yang memiliki empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain.⁴⁵

⁴² Nana Syaodih, Sukma Dinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000), hlm. 112

⁴³ *Ibid*, hlm.113

⁴⁴ Desmita, *Psikologi Perkembangan ...*hlm. 171.

⁴⁵ Hamzah B . Uno, *Orientasi Baru...*, hlm. 75.

Kemampuan mengenali emosi orang lain juga merupakan kemampuan untuk mengerti perasaan dan kebutuhan orang lain, sehingga orang lain akan merasa senang dan dimengerti perasaannya. Anak-anak yang memiliki kemampuan ini, sering pula disebut sebagai kemampuan berempati, mampu menangkap pesan non-verbal dari orang lain seperti nada bicara, gerak-gerik maupun ekspresi wajah dari orang lain tersebut. Dalam aspek mengenali emosi orang lain terdapat tiga indikator, yaitu mampu menerima sudut pandang orang lain memiliki sikap empati atau kepekaan terhadap orang lain dan mampu mendengarkan orang lain.

e. Membina Hubungan

Membina hubungan yaitu kemampuan mengendalikan dan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berintraksi dengan lancar, memahami dan bertindak bijaksana dalam hubungan antar manusia. Singkatnya keterampilan sosial merupakan seni mempengaruhi orang lain.⁴⁶

Kemampuan membina hubungan sosial juga merupakan kemampuan untuk mengelola emosi orang lain, sehingga tercipta keterampilan sosial yang tinggi dan membuat pergaulan seseorang menjadi lebih luas. Kemampuan ini juga bisa diartikan memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain, mampu menyelesaikan konflik dengan orang lain, memiliki

⁴⁶ Desmita, *Psikologi Perkembangan.....*, hlm.172

kemampuan untuk berkomunikasi, memiliki sikap bersahabat dengan teman sebaya, dapat hidup selaras dengan kelompok, senang berbagi, bekerja sama, bersikap dewasa dan toleran terhadap orang lain. Anak-anak dengan kemampuan ini cenderung mempunyai banyak teman, pandai bergaul dan menjadi lebih populer.

Hal ini dapat kita simpulkan betapa pentingnya kecerdasan emosional dikembangkan pada diri siswa atau peserta didik. Karena betapa banyak kita jumpai siswa atau peserta didik, dimana mereka begitu cerdas disekolah, begitu cemerlang prestasi akademiknya, namun bila tidak dapat mengelola emosinya, seperti mudah marah, mudah putus asa atau angkuh dan sombong, maka prestasi tersebut tidak akan banyak bermanfaat untuk dirinya. Ternyata kecerdasan emosional perlu lebih dihargai dan dikembangkan pada siswa atau peserta didik sedini mungkin dari tingkat pendidikan usia dini sampai ke perguruan tinggi. Karena hal inilah yang mendasari keterampilan seseorang ditengah masyarakat kelak, sehingga akan membuat seluruh potensi dapat berkembang secara lebih optimal.⁴⁷

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosional juga dipengaruhi oleh beberapa faktor tersebut, diantaranya faktor otak, faktor keluarga, faktor lingkungan sekolah. Berdasarkan uraian tersebut, maka faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya kecerdasan emosional adalah:

⁴⁷ Desmita, *Psikologi Perkembangan.....*, hlm.61

a. Faktor otak

La Doux mengungkapkan bagaimana arsitektur otak memberi tempat yang istimewa bagi *amigdala* sebagai penjaga emosi, penjaga yang mampu membajak otak.

b. Faktor keluarga

Orangtua memegang peranan penting terhadap perkembangan kecerdasan emosional anak. Goleman berpendapat bahwa lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama bagi anak untuk mempelajari emosi. Dari keluargalah seorang anak mengenal emosi dan yang paling utama adalah orangtua. Jika orangtua salah dalam mengenalkan bentuk emosi, dampaknya akan sangat fatal terhadap anak.⁴⁸

c. Faktor lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah merupakan faktor penting kedua setelah keluarga, karena di lingkungan sekolah ini anak mendapatkan pendidikan lebih lama. Guru memegang peranan penting dalam mengembangkan potensi anak melalui beberapa cara, diantaranya melalui teknik, gaya kepemimpinan, dan metode mengajar, sehingga kecerdasan emosional berkembang secara maksimal. Setelah lingkungan, keluarga kemudian lingkungan sekolah mengajarkan anak sebagai individu untuk mengembangkan intelektual dan bersosialisasi dengan sebayanya, sehingga anak dapat berekspresi secara bebas tanpa terlalu banyak diatur dan diawasi secara ketat.

⁴⁸ *Ibid*, hlm. 125

d. Faktor lingkungan dan dukungan sosial

Dukungan dapat berupa perhatian, penghargaan, pujian, nasihat, atau penerimaan masyarakat. Semuanya memberikan dukungan psikis atau psikologis bagi anak. Dukungan sosial diartikan sebagai suatu hubungan interpersonal yang didalamnya satu atau lebih bantuan dalam bentuk fisik atau instrumental, informasi dan pujian. Dukungan sosial cukup mengembangkan aspek-aspek kecerdasan emosional anak, sehingga memunculkan perasaan berharga dalam mengembangkan kepribadian dan kontak sosialnya.⁴⁹

4. Konsep Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Islam

Menurut perspektif islam, emosi identik dengan nafsu yang dianugerahkan oleh Allah, nafsu inilah yang akan membawanya menjadi baik atau jelek, budiman atau preman, pemurah atau pemaarah, dan lain sebagainya. Nafsu dalam pandangan Mawardy Labay el-Sulthani yang disebutkan dalam bukunya yang berjudul *Dzikir dan Do'a Menghadapi Marah* tersebut, terbagi dalam lima bagian:

Pertama, nafsu rendah yang disebut nafsu hewani, yaitu nafsu yang dimiliki oleh setiap binatang seperti keinginan untuk makan dan minum, keinginan seks, keinginan mengumpulkan harta benda, kesenangan terhadap binatang dan juga rasa takut.

Kedua, nafsu amarah yang artinya menarik, membawa, mendorong, dan menyuruh pada kejelekan dan kejahatan saja. Nafsu

⁴⁹ Achmad Mubarak, *Psikologi Keluarga*, (Malang: Madani, 2016), hlm. 212

amarah cenderung membawa manusia kepada perbuatan-perbuatan yang negatif dan berlebihan.

Ketiga, nafsu lawwamah, yaitu nafsu yang selalu mendorong manusia untuk berbuat baik. Ini merupakan lawan dari nafsu amarah. Apa yang dikerjakan amarah terus ditentang dan dicela oleh nafsu lawwamah, sehingga diri akan berhenti sama sekali dari perbuatan yang dianjurkan amarahnya.

Keempat, nafsu mussawilah, yakni nafsu provokator. Didalam perang, nafsu ini diberi julukan dengan “koloni lima”, maksudnya karena di pihak lawan perlu perhatian yang serius.

Kelima, nafsu mutmainah artinya kondisi jiwa yang seimbang atau tenang seperti permukaan danau kecil yang ditiup angin akan jadi tenang, teduh walaupun sesekali terlihat riak dan kecil, nafsu mutmainah juga berarti nafsu yang tenang dan tenteram dengan berdzikir kepada Allah, tunduk kepada-Nya, serta jinak dikala dekat dengan-Nya.⁵⁰ Seperti dalam firman Allah QS. Al-Fajr ayat 27-28:

يَأْتِيهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً ﴿٢٨﴾

“Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhoi-Nya” (QS. Al-Fajr: 27-28)

Dalam perspektif islam, kecerdasan emosional pada intinya adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi. Hal ini sesuai dengan ajaran Islam bahwa Allah memerintahkan kita untuk menguasai emosi-emosi kita, mengendalikannya, dan juga mengontrolnya.

⁵⁰ *Ibid*, hlm. 73-74

C. Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional

Al-Qur'an adalah firman Allah yang diturunkan kepada nabi Muhammad yang dibaca dengan mutawatir dan beribadah dengan membacanya.⁵¹ Al-Qur'an merupakan kitab suci umat Islam yang harus dipelajari dan diamalkan isinya, serta sekurang-kurangnya umat Islam harus selalu membaca Al-Qur'an dengan mutawatir dan beribadah dengan membacanya.

Bacaan Al-Qur'an berbeda dengan bacaan yang lain, karena isinya merupakan kalam Allah, yang ayat-ayatnya disusun dengan rapi dan dijelaskan secara terperinci yang berasal dari Dzat yang Maha Bijaksana lagi Maha Mengetahui terjamin kebenaran dan keasliannya. Membaca Al-Qur'an merupakan aktivitas yang tidak sembarang, perlu ada perlakuan khusus ketika seseorang membaca Al-Qur'an. Karena itu membaca Al-Qur'an sesuai dengan adabnya yaitu membaca dalam keadaan suci, menghadap kiblat, membaca dengan tartil, memperindah suara dan tidak dipotong dengan pembicaraan lain saat membacanya.

Didalam Al-Qur'an, aktifitas kecerdasan emosional seringkali dihubungkan dengan kalbu. Oleh karena itu, kata kunci utama EQ di dalam Al-Qur'an dapat ditelusuri melalui kata kunci kalbu, jiwa, intuisi, dll. Adapun jenis dan sifat-sifat kalbu dalam Al-Qur'an dapat dikelompokkan sebagai berikut:

⁵¹ Ilyas, *Kuliah Ulumul...*, hlm. 16

- a) Kalbu positif: kalbu yang damai, kalbu yang penuh rasa takut terhadap Tuhan, kalbu yang tenang, kalbu yang berfikir, kalbu yang mukmin.
- b) Kalbu yang negatif: kalbu yang sewenang-wenang, kalbu yang sakit, kalbu yang melampaui batas, kalbu yang berdosa, kalbu yang terkunci, kalbu yang terpecah-pecah.

Kalbu diatas dapat diartikan sebagai emosi maka dapat difahami adanya emosi cerdas dan emosi tidak cerdas. Emosi yang cerdas dilihat pada sifa-sifat emosi positif dan emosi yang tidak cerdas pada sifat-sifat emosi negatif. Eksistensi kecerdasan emosional dijelaskan dengan jelas di dalam ayat-ayat Al-Qur'an seperti yang terkandung dalam surah Al-A'raf ayat 179

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ ۗ لَهُمْ قُلُوبٌ لَّا يَفْقَهُونَ بِهَا وَهُمْ أَعْيُنٌ لَّا يُبْصِرُونَ بِهَا وَهُمْ ءَاذَانٌ لَّا يَسْمَعُونَ بِهَا ۗ أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ ﴿١٧٩﴾

Artinya: "Dan Sesungguhnya Kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. mereka Itulah orang-orang yang lalai."(Q.S Al-A'raf:179)

Ayat diatas cukup jelas menggambarkan kepada kita bahwa faktor kecerdasan emosional dapat terbentuk melalui membaca Al-Qur'an dengan memahami maknanya. Upaya mendapatkan kecerdasan emosional

dalam islam menuntut latihan-latihan yang intensif (telaten) dan sungguh-sungguh dalam membaca atau belajar Al-Qur'an.⁵²

وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴿٢٠٤﴾

Artinya : *dan apabila dibacakan Al Quran, Maka dengarkanlah baik-baik, dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat.*
(Al-A'raf ayat 204)

Dari ayat diatas sudah dijelaskan jika dibacakan Al-Qur'an maka diperintahkan untuk mendengarkan dan memperhatikan dengan tenang agar mendapatkan ketenangan hati. Jika didengarkan Al-Qur'an sudah dapat menenangkan hati, meningkatkan ketenangan, meredakan kegelisahan, maka membaca Al-Qur'an secara intensif sesuai dengan irama kaidah tajwid dimungkinkan akan meningkatkan kecerdasan emosional.

Berdasarkan teori tersebut jelas bahwa membaca Al-Qur'an berpengaruh terhadap kecerdasan emosional seseorang dengan cara latihan-latihan secara intensif dan sungguh-sungguh. Karena Al-Qur'an memberikan ketenangan, ketenteraman, meningkatkan kemampuan konsentrasi, menciptakan suasana damai, meredakan ketegangan saraf otak, meredakan kegelisahan.

Kebiasaan membaca Al-Qur'an merupakan kegiatan intelektual berkesinambungan yang merupakan ibadah seseorang untuk memahami tentang ajaran agama Islam melalui bacaan dalam kitab suci yang diwahyukan kepada Nabi Muhammad. Intensitas membaca Al-Qur'an juga merupakan kegiatan telaah yang dilakukan secara berkala dan

⁵² Taufik Pasiak, *Revolusi IQ/EQ/SQ: Menyingkap Rahasia Kecerdasan Berdasarkan Al-Qur'an Dan Neuro Sains Mutakhir*, (Bandung: Mizan, 2002), hlm. 277

berkesinambungan dengan mempelajari Al-Qur'an itu sendiri. Membaca Al-Qur'an sangat berguna terhadap kesehatan. Hal ini karena ayat-ayat Al-Qur'an berisi lantunan kalam suci Allah kepada Nabi Muhammad dapat memberikan ketenangan baik jasmani maupun rohani pembacanya, Al-Qur'an juga merupakan penyembuh dan rahmat bagi kaum mukminin. Maksud dari penyembuh yaitu dapat menghilangkan segala hal berupa keraguan, kemunafikan, kesyirikan, penyimpangan dan perselisihan yang terdapat dalam hati.⁵³ Sebagaimana disebutkan dalam firman Allah QS. Al-Israa' ayat 82 :

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا

خَسَارًا

Artinya dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian. (QS. Al-Isra' 82)

D. Penelitian Terdahulu

Penelitian ini bukanlah penelitian baru, karena sebelumnya sudah ada beberapa skripsi yang membahas tentang intensitas membaca Al-Qur'an dan kecerdasan emosional. Untuk membedakan antara penelitian yang peneliti teliti dengan penelitian lainnya, sehingga tidak terjadi duplikasi maka peneliti menelaah berbagai hasil karya yang berkaitan dengan penelitian ini diantaranya:

1. Skripsi yang ditulis oleh Wahyu Afirina dengan judul : Pengaruh intensitas membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan spiritual siswa di

⁵³ Salman Rusydie Anwar, *Sembuh Dengan Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Mardiyah Press, 2010), hlm. 29

MAN 1 Purwokerto. Hasil penelitian menunjukkan pada penelitian pertama bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara intensitas membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan spiritual siswa di MAN 1 Purwokerto. Perbedaan penelitian ini yaitu variabel dependen atau terikatnya, pada penelitian terdahulu variabel terikatnya kecerdasan spiritual sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti kecerdasan emosional menjadi variabel terikatnya.

2. Skripsi yang ditulis oleh Laili Aminatu Zuhriah dengan judul Pengaruh Profesionalisme Guru Aqidah Akhlak Terhadap Kecerdasan Emosional siswa MTs negeri Aryojeding Rejotangan Tulungagung. Hasil penelitian menunjukkan pada penelitian terdahulu bahwa ada pengaruh positif dan signifikan antara profesionalisme guru Aqidah Akhlak dalam menggunakan metode pembelajaran dengan kecerdasan emosional siswa MTs Negeri Aryojeding Rejotangan Tulungagung. Perbedaan penelitian ini yaitu Penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif eksperimen dengan variabel bebasnya membahas tentang profesionalisme guru Aqidah Akhlak.
3. Skripsi yang ditulis oleh Ulul Arfila dengan judul Pengaruh Peran Musyrifah Terhadap Kecerdasan Emosional Siswi Di Asrama Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta. Menunjukkan bahwa hasil dari penelitian tersebut ada pengaruh positif dan signifikan antara peran musyrifah terhadap kecerdasan emosional siswi di Asrama Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta. Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel bebasnya yaitu pengaruh peran musyrifah.

NO	NAMA	JUDUL	HASIL	PERSAMAAN	PERBEDAAN
1.	Wahyu Afirina	Pengaruh intensitas membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan spiritual siswa di MAN 1 Purwokerto	Ada pengaruh positif membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan spiritual siswa di MAN 1 Purwokerto	Memiliki kesamaan pendekatan penelitian yaitu kuantitatif dan variabel bebasnya intensitas membaca Al-Qur'an	Variabel terikatnya kecerdasan spiritual, Rumusan masalah
2.	Laili Aminatu Zuhriah	Pengaruh Profesionalisme Guru Aqidah Akhlak Terhadap Kecerdasan Emosional siswa MTs negeri Aryojeding Rejotangan Tulungagung	Ada pengaruh positif dan signifikan antara profesionalisme guru Aqidah Akhlak dalam menggunakan metode pembelajaran dengan kecerdasan emosional siswa MTs Negeri Aryojeding Rejotangan Tulungan	Memiliki kesamaan pendekatan penelitian yaitu kuantitatif dan variabel terikatnya kecerdasan emosional	Penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif eksperimen dengan variabel bebasnya membahas tentang profesionalisme guru Aqidah Akhlak
3.	Ulul arfila	Pengaruh Peran Musyrifah Terhadap Kecerdasan Emosional Siswi Di Asrama Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta	Ada pengaruh positif dan signifikan antara peran musyrifah terhadap kecerdasan emosional siswi di Asrama Mu'allimat Muhammadiyah Yogyakarta	Memiliki kesamaan pendekatan penelitian yaitu kuantitatif dan variabel terikatnya kecerdasan emosional	Pembahasan berbeda dari variabel bebasnya adalah peran musyrifah

E. Kerangka Berpikir

