

KONSEP PENDIDIKAN SPIRITUAL

UJUD SUPRIAJI

UMNU Kebumen

ujud027@gmail.com

ABSTRAK

Dalam rangka Mencerdaskan Kehidupan Bangsa, Kecerdasan Spiritual sangat berperan didalam dunia pendidikan karena sesungguhnya dalam hidup ini tidak hanya dibutuhkan Cerdas intelektual saja yang bersifat logis,realistis akan tetapi juga dibutuhkan sebuah spirit semangat untuk berketuhanan , bahwa menyadari betul hidup kita ini ada yang mengendalikan mengatur dan menetapkan yaitu Allah SWT, kita juga harus menyadari betul bahwa setiap prestasi, dan sebuah pencapaian besar karena kehendaknya , sehingga manusia hanya mampu berusaha dan momohon , berdoa kepada Allah SWT yang dalam hal ini merupakan Implementasi Pendidikan Spiritual pada setiap individu yang hidup di dunia ini , sehingga setiap prestasi pencapaian besar pasti diiringi dengan sejauhmana tingkat usaha dan spiritual orang tersebut. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan proses pendidikan spiritual , mendeskripsikan apakah implementasi pendidikan spiritual quotient di mts padureso dapat meningkatkan prestasi madrasah,dan mendeskripsikan problem yang muncul dan apa solusinya. Dari hasil penelitian ada beberapa kesimpulan diantaranya: bahwa terdapat perbedaan kondisi yang sangat signifikan antara sebelum dilaksanakan pendidikan spiritual dan setelah implementasi pendidikan spiritual quotient dengan adanya bukti-bukti valid yang peneliti temukan terdapat perubahan sikap yaitu setelah merutinkan Pendidikan Spiritual baik Guru dan siswa menjadi lebih tenang hatinya, sikap jujur, disiplin, semakin hari semakin meningkat. Walaupun terdapat Problem penghambat pelaksanaan Implementasi Pendidikan Spiritual quotient khususnya diawal pelaksanaan yaitu peserta didik masih sulit diatur dan sehingga ketertiban belum terwujud dengan baik, namun seiring waktu dengan solusi penerapan tata tertib yang diiringi pengawasan guru yang inten sehingga lama-lama anak muncul kesadaran sendiri tanpa paksaan dari manapun untuk melaksanakan pendidikan spiritual quotient.

Kata Kunci: *Spiritual , Sikap, Moral*

A. PENDAHULUAN

Anak didik sebagai objek sekaligus subjek dalam proses pendidikan maka hasil yang diinginkan menurut undang-undang nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan

terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara.¹⁷

Konsep manusia dalam dunia pendidikan dilihat sebagai makhluk yang lengkap terdiri dari unsur jasmani-rohani, jiwa-akal, nafs-qolb. Bagi seorang guru mendidik merupakan pekerjaan yang kompleks dan dimensional sifatnya, sehingga seorang guru perlu memiliki prinsip-prinsip, perencanaan, dan menguasai berbagai teknik dalam melaksanakan proses pendidikan. Prinsip pendidikan merupakan kebenaran yang sifatnya universal yang dijadikan dasar dalam perumusan perangkat pendidikan. Oleh karena itu dalam pelaksanaan pendidikan membutuhkan prinsip-prinsip yang bisa dijadikan landasan dalam menjalankannya. Prinsip-prinsip pendidikan yang harus dimiliki guru yaitu, Rumusan kompetensi yang harus dicapai harus jelas dan kongkrit, Persiapan dibuat secara sederhana dan fleksibel, Kegiatan yang disusun dan dikembangkan sesuai dengan kompetensi yang ingin dicapai. Persiapan dikembangkan secara utuh dan menyeluruh serta jelas pencapaiannya, Ada koordinasi diantara komponen-komponen pelaksana program sekolah.

Pendidikan adalah salah satu unsur dari aspek budaya yang diproduksi oleh masyarakat yang mempunyai peran sangat strategis dalam pembinaan suatu keluarga, masyarakat, dan bangsa. Peran yang sangat strategis ini sebenarnya pada intinya merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh manusia secara sadar, sistematis, terarah, dan terpadu untuk memanusiakan peserta didik dalam membentuk mereka sebagai kholifah di muka bumi ini.

Kemudian dalam pelaksanaannya seorang guru harus mempunyai strategi. Strategi merupakan cara yang sistematis dalam mengkomunikasikan isi pelajaran kepada anak didik untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Strategi pelaksanaan pendidikan strategi pendidikan nilai-nilai (sikap, jiwa, dan cita rasa

¹⁷Undang-undang RI No. 20, Th. 2003, *Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. (Jakarta: Sinar Grafika, 2008)

beragama Islam) terdapat lima macam yang pertama Strategi indoktrinasi atau memberitahukan kepada anak nilai mana yang baik dan nilai mana yang buruk. Kedua adalah Strategi bebas. Maksudnya adalah membiarkan anak untuk memilih sendiri nilai mana yang akan dianut atau diyakini. Ke tiga Strategi keteladanan. Pendidik dan tenaga kependidikan menampilkan perilaku yang sesuai dengan nilai etika-religius yang dianutnya. Ke empat Strategi klarifikasi. Yaitu pendidik membantu anak untuk memilih nilai etik-religius yang diyakininya, bukan hanya sekedar memberitahukan. Kelima Strategi transinternalisasi. Yaitu anak diajak untuk mengenal nilai etik-religius dan dihayatinya sehingga menjadi miliknya melalui proses transinternalisasi.

Disamping itu dalam hasil pendidikan yang berupa perubahan tingkah laku di klasifikasikan dalam 3 domain yaitu Kognitif yang meliputi kemampuan mengetahui, memahami, mengetrapkan, menganalisa, dan mensinpenelitian, Afektif, yang meliputi menerima, menanggapi, menghargai, membentuk, dan berpribadi, Psikomotorik yaitu tentang kegiatan otot dan fisik, Spiritual (SQ) merupakan ilmu psikologi terkini yang di populerkan Danah Zohar dan Ian Marshall, konsep spiritual menurut mereka merupakan kecakapan internal, bawaan dari otak dan psikis manusia, ini menggambarkan sumber yang paling dalam dari hati semesta itu sendiri, maka dengan demikian spiritual merupakan kecerdasan jiwa. Ia adalah kecerdasan yang dapat membantu manusia menyembuhkan dan membangun diri manusia secara utuh. Danah Zohar mengatakan SQ merupakan kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan masalah makna dan nilai.¹⁸

SQ adalah kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya. Kemudian secara psikologi bahwa dalam diri manusia terdapat 3 macam kecerdasan, IQ, yaitu kecerdasan yang memungkinkan bagi manusia untuk berfikir rasional, logis dan taat asas, EQ, kecerdasan yang bisa kita berfikir asosiatif yang terbentuk oleh kebiasaan, dan

¹⁸ Danah Zohar & Ian Marshall, *Spiritual Intelligence: The Ultimate Intelligence*, (London: Bloomsbury, 2001), Hal 11

kemampuan mengenali pola-pola emosi, SQ, yaitu kecerdasan yang memungkinkan kita berfikir kreatif, berwawasan jauh, membuat dan bahkan mengubah aturan. Tiga kecerdasan ini merupakan milik manusia yang bisa dikembangkan secara maksimal baik langsung maupun tidak langsung.

Langkah-langkah dalam proses pembelajaran anak, Memahami. Bahwa belajar itu dimulai dengan cara memahami sebab dengan memahami ini maka kita akan mengerti apa yang sedang dia pelajari, Mengerjakan. Setelah memahami maka dia harus berusaha untuk mengerjakan terhadap apa yang dia pahami itu, Mengulang-ulang. Suatu ilmu yang dimiliki itu tidak cukup hanya dengan sekedar mempraktekkan akan tetapi perlu pengulangan secara terus menerus, Membiasakan. Setelah melakukan secara berulang-ulang maka akan timbul kebiasaan. Membiasakan terhadap sesuatu ilmu itu merupakan suatu keharusan sehingga melekat pada diri mereka, Menuai hasil. Setelah kita membiasakan maka menuai hasil dari kebiasaan itu.

Kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan rohani yang menuntun diri kita dan memungkinkan kita menjadi utuh. Kecerdasan spiritual berada pada bagian yang paling dalam dari diri kita, terkait dengan kebijaksanaan yang berada diatas ego. Kecerdasan spiritual bukan saja mengetahui nilai-nilai yang ada tetapi juga secara kreatif menemukan nilai-nilai baru. Konsep spiritual walaupun bukan konsep agama tetapi bagaimanapun juga konsep ini tetap ada kaitannya dengan konsep agama.

Berkaitan dengan kecerdasan spiritual ini, Islam merupakan agama yang pandangan dunia tauhidnya sangat prihatin justru kepada kecerdasan ini. Sebab, menurut pandangan dunia tauhid Islam, manifestasi dari keseluruhan kecerdasan itu akan tidak bermakna justru ketika tidak berbasiskan spiritualitas. Dengan demikian kecerdasan spiritual menjadi sentra kepedulian pendidikan Islam. Sehingga, adalah sangat wajar apabila persoalan kecerdasan dan keterampilan spiritual mendapatkan perhatian yang sangat khusus dari para ahli rohani Islam, terutama kaum 'urafa atau

sufi. Pada tingkat metodologi praktis, perhatian terhadap persoalan ini telah melahirkan banyak aliran Tariqah di dunia tasawuf. Sedangkan pada tingkat pemikiran sufistik dan teosofik, telah dikembangkan sampai ke tingkat teori perjalanan rohani.

Pendidikan spiritual sangatlah tepat untuk tercapainya tujuan pendidikan khususnya untuk peningkatan prestasi belajar siswa, namun pada praktiknya dilapangan pendidikan spiritual qoetion kurang mendapat perhatian , riilnya mereka hanya mementingkan logika dan metode metode umum yang tidak mengandung unsure spiritual. Seperti pada mts padureso kecamatan padureso kabupaten kebumen , pendidikan spiritual kurang mendapat perhatian secara maksimal,

Dengan melihat latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan berbagai permasalahan, yaitu :Bagaimana proses pendidikan spiritual terhadap sikap, Agar tidak menimbulkan kerancuan dalam memahami penelitian ini, maka perlu peneliti rumuskan definisi operasional sehingga penelitian ini lebih terarah pada tujuan dan fokus masalah yang akan diteliti.

Penelitian mengenai Spiritual (SQ) pada dasarnya sudah di lakukan oleh para ilmuwan, hal ini bisa kita lihat dengan terbitnya buku Spiritual (SQ) oleh Danah Zohar dan Ian Marshall¹⁹, ESQ oleh Ary Ginanjar²⁰, dan juga ESQ yang tulis oleh Iman Supriyono. Namun demikian peneliti melihat bahwa penelitian yang secara khusus membahas masalah implemintasi pendidikan spiritual masih belum ada,.

Tanpa menafikan teori-teori yang telah ada terlebih dahulu, maka penulis dalam melakukan penelitian disini tetap menggunakan teori-teori pendidikan secara umum dan spiritual sebagai landasannya.

B. Hasil Penelitian dan pembahasan

¹⁹Danah Zohar & Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*, penterjemah Rahmani Astuti dkk., (Bandung : Mizan Media Utama, 2000),

²⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ Emotional Spiritual Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta : Arga Wijaya Persada, 2001)

a. Konsep Umum Spiritual Quotion

1. Pengertian dan Pentingnya SQ

Pada awal abad kedua puluh, kecerdasan intelektual atau IQ pernah menjadi isu besar, IQ merupakan kecerdasan yang digunakan memecahkan masalah logika maupun strategis. Para psikolog menyusun berbagai tes untuk mengukurnya dan tes-tes ini menjadi alat memilah manusia ke berbagai tingkatan kecerdasan. Pada pertengahan 1990-an, Daniel Goleman memopulerkan penelitian dari banyak neurolog dan psikolog yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional/EQ sama pentingnya dengan kecerdasan intelektual. EQ memberikan kesadaran mengenai perasaan milik diri sendiri dan juga perasaan orang lain. EQ memberikan rasa empati, cinta, motivasi dan kemampuan untuk menanggapi kesedihan atau kegembiraan secara tepat. EQ merupakan persyaratan dasar untuk menggunakan IQ secara efektif.²¹

Saat ini, serangkaian data ilmiah terbaru, yang sampai dewasa ini belum banyak dibahas, menunjukkan adanya kecerdasan jenis ketiga yaitu kecerdasan spiritual. Spiritual dalam bahasa Inggris berasal dari kata “spirit” yang berarti bathin, ruhani, dan keagamaan.²² Sedangkan dalam kamus psikologi, spiritual diartikan “sebagai sesuatu mengenai nilai-nilai transcendental”.²³ Makna spiritual sendiri berhubungan erat dengan eksistensi manusia dan spiritual itu sendiri pada dasarnya mengacu pada bentuk-bentuk ragam seseorang yang dibangun dari pengalaman dan spiritual arti hidup, Allah dan pandangan-pandangan hidup.

Menurut Ari Bowo Prijosaksosno dan Arianti Erningpraja, kecerdasan spiritual (SQ) berarti kemampuan kita untuk dapat mengenal dan memahami

²¹ Danah Zohar & Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*, penterjemah Rahmani Astuti dkk., (Bandung : Mizan Media Utama, 2000), hal. 3.

²² John M. Echols & Hasan Shadily, *Kamus Inggris-Indonesia*, (Jakarta : Gramedia, 1992), Cet. XX, hal. 546.

²³ M. Hafi Anshori, *Kamus Psikologi*, (Surabaya : Usaha Kanisius, 1995), hal. 653.

diri kita sepenuhnya sebagai makhluk spiritual maupun sebagai bagian dari alam semesta. Memiliki kecerdasan spiritual berarti kita memahami sepenuhnya makna dan hakikat kehidupan.²⁴

Danah Zohar dan Ian Marshall berpendapat, bahwa kecerdasan spiritual (SQ) sebagai kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup seseorang dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya. Kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain. SQ berupa landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif.²⁵ SQ secara harfiah untuk menumbuhkan otak manusia. Menggunakan SQ manusia dapat menggali potensi yang dimilikinya untuk tumbuh dan mengubah evolusi potensi yang dimiliki. Manusia menggunakan SQ untuk menjadi kreatif, berhadapan dengan masalah eksistensial, yaitu saat seseorang secara pribadi merasa terpuruk, terjebak oleh kebiasaan, kekhawatiran dan masalah masa lalunya akibat penyakit dan kesedihan. SQ menjadikan manusia sadar bahwa ia mempunyai masalah eksistensial dan membuatnya mampu mengatasi masalah tersebut.

SQ memungkinkan seseorang untuk menyatukan hal-hal yang bersifat intrapersonal dan interpersonal, serta menjembatani kesenjangan antara diri dan orang lain. Daniel Goleman telah menulis tentang emosi-emosi intrapersonal diri seseorang yang digunakan berhubungan dengan orang lain. Namun EQ semata-mata tidak dapat membantu seseorang memahami siapa dirinya, dan apa makna segala sesuatu baginya.

Danah Zohar mengungkapkan sebagai berikut:

“Seseorang menggunakan SQ mencapai perkembangan diri yang baik dan utuh. Masing-masing membentuk suatu karakter melalui gabungan antara pengalaman dan visi, ketegangan antara apa yang benar-benar dilakukan dan hal-hal yang lebih besar dan lebih baik yang mungkin

²⁴ Ari Bowo Prijosaksono dan Arianti Erningpraja, *Enerich Your Life Everyday; Renungan dan Kebiasaan menuju Kecerdasan Spiritual*, (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, (2003), hal. xiv.

²⁵ Danah Zohar dan Ian Marshall. *Spiritual* .hal. 12

dilakukan. Pada tingkatan ego murni adalah egois, ambisius terhadap materi, akan tetapi seseorang memiliki gambaran-gambaran transendental terhadap kebaikan, keindahan, kesempurnaan, kedermawaan, dan lain-lain. SQ membantu seseorang tumbuh melalui ego terdekat dirinya dan mencapai lapisan potensi yang lebih dalam yang tersembunyi di dalam dirinya.”²⁶

Seseorang pada akhirnya dapat menggunakan SQnya untuk berhadapan dengan masalah baik dan jahat, hidup dan mati, dan asal-usul sejati dari penderitaan dan keputusan manusia.

Adapun menurut Taufiq Pasiak, bahwa secara harfiah SQ beroperasi dari pusat otak yaitu dari fungsi dan penyatu otak. Lebih lanjut dikatakan:

“SQ mengintegrasikan semua kecerdasan seseorang dan menjadikannya benar-benar dan utuh secara intelektual, emosional dan spiritual. Idealnya, ketiga kecerdasan dasar seseorang tersebut bekerja sama dan saling mendukung. Otak dirancang agar mampu melakukan hal itu. Meskipun demikian, mereka masing-masing IQ, EQ dan SQ memiliki wilayah kekuatan tersendiri dan bisa berfungsi secara terpisah.”

“Kebutuhan ber-Tuhan atau memiliki spiritualitas merupakan kebutuhan tak terelakkan pada manusia. Ada kaitan langsung dan tegas antara kebutuhan itu dan tersedianya potensi ke-Tuhanan dalam otak manusia. Para peneliti otak antara lain Universitas California San Diego menemukan daerah temporal sebagai lokasi yang berperan penting dalam perasaan dan spiritual dan mistis. Dengan pantauan EEG (alat perekam gelombang otak) tampak jelas gelombang yang khas ketika seseorang mengalami perasaan mistis dan spiritual tersebut.”²⁷

Berdasarkan uraian Taufiq Pasiak di atas, penulis sepakat bahwa SQ beroperasi dari pusat otak, berfungsi mengintegrasikan semua kecerdasan seseorang, baik IQ, EQ, maupun SQ masing-masing memiliki wilayah tersendiri dan berfungsi secara terpisah. Idealnya, ketiga kecerdasan dasar manusia tersebut bekerja sama dan saling mendukung.

²⁶Danah Zohar dan Ian Marshall .*Spiritual* , hal. 12.

²⁷ Taufiq Pasiak, *Revolusi IQ / EQ /SQ Antara Neurosains dan Al-Quran*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2002), hal. 275.

Berbagai penelitian menunjukkan adanya potensi spiritualitas dalam otak manusia yaitu :

a. Osilasi 40 Hz

Otak manusia tidak sekedar massa sel saraf material, karena seperti sel-sel jantung yang mengandung muatan listrik. Sel-sel otak juga bermuatan listrik. Kenaikan antar sel saraf. Melalui ujung-ujung selnya terjadi karena ada pelepasan muatan listrik. Getaran sel saraf karena tersentuh muatan listrik dari ujung sel saraf itu dapat direkam.

Kelistrikan otak inilah yang direkam dengan alat pencatat yang disebut EEG (Electro Encephalo Graph). Hasil catatannya berupa garis-garis yang mirip gelombang. Alat ini merekam aktivitas otak pada beberapa keadaan dan menunjukkan perbedaan yang mencolok pada keadaan istirahat, santai, maupun ketika sedang susah. Charles Murray menemukan, gelombang setiap bagian otak bekerja frekuensi yang sama ketika mereka menerima rangsangan indrawi suatu objek. Ada dua jenis kegiatan yang berlangsung pada tingkat 40 Hz dan 200 Hz.²⁸ Gelombang atau osilasi Hz terjadi ketika otak tanpa pengaruh rangsangan indrawi sama sekali bereaksi secara seragam. Reaksi itu dapat terjadi karena ada hubungan langsung antara talamus dan kulit otak yang dipicu oleh rangsangan indra. Talamus adalah bagian yang paling awal berkembang dari otak depan yang berurusan dengan emosi dan gerakan yang berfungsi meneruskan sinyal dari rangsang indrawi luar ke korteks, untuk kemudian diproses seri atau paralel.²⁹ Artinya hubungan talamus dan kulit otak berlangsung secara intrinsik di antara mereka sendiri, rangkaian itu dapat

²⁸*Ibid.*, hal. 275

²⁹ Talamus adalah bagian yang paling awal berkembang dari otak depan. Ia berurusan dengan terapan inderawi, tetapi beberapa bagiannya berkaitan dengan emosi dan gerakan. Ia dijumpai pada binatang bertulang belakang (*vertebrata*) tingkat rendah, seperti ikan dan binatang melata (*reptilia*). Di dalam tubuh manusia, talamus berada di depan sum-sum tulang belakang, yang dikelilingi oleh sehimpanan korteks otak yang lebih terkemudian perkembangannya. Danah Zohar dan Ian Marshall, hal. 66.

terjadi tanpa informasi dan empiris. Hubungan intrinsik ini menurut Zohar adalah basis dari kesadaran manusia.

Rodolfo Linas yang meneliti osilasi ini menemukan bukti bahwa osilasi itu tetap ada walaupun seseorang sedang tidur atau bermimpi dan menghilang ketika mengalami koma / pembiusan. Pada saat melamun, kesadaran intrinsik ini pun masih tetap terdeteksi. Gejala ini dapat menerangkan pengaruh imajinasi terhadap pekerjaan otak manusia.³⁰

Menurut Zohar, proto kesadaran itu tersimpan dalam sel-sel saraf otak. Tatkala otak berisolasi pada ambang 40 Hz, proto kesadaran yang masih kontak itu bergabung dan membentuk kesadaran. Dengan kata lain, osilasi 40 Hz itu berfungsi seperti seseorang konduktor dalam pagelaran orkestra. Konduktor ini menyatukan semua ragam instrumen menjadi sebuah koor yang indah, dan karena osilasi 40 Hz ini menghilang ketika seseorang dibius / koma, maka pada diri mereka, kesadaran itu tidak akan muncul. Jadi kesadaran itu lahir karena adanya kepaduan dan keutuhan dalam otak manusia.³¹ Jadi dapat disimpulkan bahwa osilasi 40 Hz merupakan argumen ilmu saraf tentang keberadaan Spiritual (SQ). Osilasi tersebut merupakan basis kesadaran manusia, proto kesadaran terletak pada sel-sel saraf otak manusia, tatkala otak berisolasi pada ambang 40 HZz, proto kesadaran yang masih kontak itu bergabung dan membentuk kesadaran. SQ ini merupakan kecerdasan jenis ketiga yang menempatkan tindakan dan pengalaman seseorang dalam konteks makna dan nilai yang lebih besar.

b. Bawah Sadar Kognitif

Kesadaran intrinsik otak ini (yang menjadi dasar bagi kecerdasan spiritual) bukanlah satu-satunya produk talamus. Komponen ini juga memegang peranan kunci dari kegiatan emosional manusia. Ahli saraf Joseph de Loux menemukan bahwa informasi indrawi yang masuk ke otak

³⁰ Taufik Pasiak. *Revolusi*, hal. 276.

³¹ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Spiritual*, hal. 25

lebih menuju talamus yang berfungsi menilai setiap informasi indrawi yang masuk. Talamus kemudian meneruskannya ke dua arah yaitu ke kulit otak dan amigdala. Sinyal ke amigdala bereaksi sangat cepat sehingga mendahului reaksi yang dilakukan oleh kulit otak. Hasilnya reaksi emosional yang berlangsung sekian detik sebelum analisis kulit otak datang. Kerja sistem limbik lebih cepat 80.000 kali dari kerja kulit otak yang sadar. Jika pikiran sadar hanya sanggup memproses 126 bit informasi perdetik dan 40 bit informasi lisan. Maka perasaan dapat menerima reaksi emosional dapat berlangsung tanpa pengaruh pikiran rasional. Ini adalah bawah sadar kognitif manusia.³²

Daniel Goleman menyatakan bahwa alam bawah sadar itu, tempat ingatan-ingatan emosional yang direkam dan disimpan menjadi suara hati bagi manusia. Beberapa peneliti menyebutkan bahwa suara hati bersumber dari perasaan terdalam manusia dan pusat manusia berada. Suara hati bersumber dari kekuatan yang paling kuat dari diri manusia, yaitu hati. Hati menjadi elemen penting dalam kecerdasan spiritual, bahkan pekik kecerdasan spiritual justru terletak pada suara hati nurani. Kebenaran sejati, sebenarnya lebih terletak pada suara hati nurani yang menjadi pekik sejati SQ, karenanya SQ menyingkap kebenaran sejati yang lebih seiring tersembunyi di tengah hidup yang serba palsu.³³

Ketika seseorang menjalani kehidupan ini dengan ingenius, palsu dan suka menipu, maka mereka pun menjadi diri yang palsu. Kecerdasan spiritual mengajak dan bahkan membimbing seseorang menjadi diri yang genuin, yang asli dan autentik yang karenanya selalu mengalami harmoni ilahi kehadiran Rabbi. Pengalaman harmoni spiritual kehadiran Tuhan dicapai dan sekaligus dirasakan dengan menggunakan apa yang dalam

³² Taufik Pasia, *Revolusi*, .hal. 277.

³³ Sukidi, *Rahasia Sukses Hidup Bahagia, Kecerdasan Spiritual, Mengapa SQ Lebih Penting Daripada IQ & SQ*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Umum, 2002), hal. 26.

mistik spiritual disebut sebagai mata hati.³⁴ SQ menyelami semua itu sebagai mata hati, karena mata hati dapat menyingkap kebenaran hakiki yang tak tampak oleh mata. Sebagaimana firman Allah dalam Al-Quran Surat As Sajdah ayat : 9

Kemudian Dia menyempurnakan dan meniupkan ke dalam (tubuh)nya ruh (ciptaan)-Nya, dan Dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan, dan perasaan; (tetapi) kamu sedikit sekali bersyukur.” (As-Sajdah: 9).³⁵

Ayat di atas menunjukkan bahwa pada hakikatnya manusia sudah dibekali ruh ketuhanan, ditiupkan ruh ketika masih dalam kandungan. Kemudian ruh itu mengakui adanya Allah dan berjanji akan mengabdikan kepada-Nya. Selanjutnya disempurnakan bentuk tubuhnya, diberikan pendengaran, penglihatan dan hati (perasaan).

c. God Spot

Berdasarkan penelitian, manusia memiliki organ di kepalanya yang disebut lobus temporal dan menjadi salah satu bagian dari otak manusia. Penelitian yang dilakukan Wright dan Ramchandran menunjukkan adanya gejala peningkatan aktivitas lobus temporal ketika dihubungkan dengan nasihat-nasihat religius atau bersifat spiritual. Pusat spiritual inilah yang lebih dikenal dengan god spot. God spot menjadi hidup ketika ia berpikir tentang sesuatu yang bersifat religius atau berkaitan dengan Tuhan. Ia bisa tahu apa saja yang penting dapat memberi makna bagi kehidupan seseorang ia dapat memberi arti hidup dan menjadi sumber inspirasi dan untuk mengabdikan dan berkorban.

God Spot membuktikan banyak fenomena. Salah satunya kuantitas gelombang yang sama antara fakta skizoid, depresi, kegiatan, penderitaan dengan kesalahan atau religiusitas.³⁶

³⁴*Ibid.*, hal. 27.

³⁵ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Al-Quran Depag RI, 1983), hal. 661.

³⁶ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Spirual*, hal . 81.

Sehingga sulit memisahkan antara aspek kegilaan dan kebahagiaan kecuali melalui pendekatan kualitatif yang subjektif. Aspek-aspek di atas inilah yang kemudian membawa kesimpulan bagi Danah Zohar dan Ian Marshall bahwa SQ tidak berkaitan dengan agama dan hanya mengakui amalan-amalan agama yang dapat meningkatkan kualitas SQ seseorang. Simpulan ini menunjukkan pentingnya pendidikan agama bagi seseorang untuk meningkatkan rasa beragamanya.³⁷

Konsep god spot menurut Danah Zohar tersebut sebenarnya merupakan kritik bagi umat beragama, khususnya Islam. Sebab, banyak manusia beragama namun tidak bisa menemukan kebahagiaan dan ketenangan hidup. Mereka hanya menganggap agama sebagai identitas belaka (status KTP), tanpa mengamalkan ajaran yang ada di dalamnya. Sehingga tujuan ideal agama menuju kebahagiaan hidup di dunia maupun akhirat tidak dapat tercapai tanpa mengamalkan ajaran-ajarannya.

Konsep spiritualitas Islam menampakkan bentuknya pada pengakuan akan keimanan, syahadat menjadi syarat utama diakuinya kedudukan seseorang muslim, sehingga apabila secara ilmiah ditetapkan adanya hard ward dari spiritualitas adalah god spot, maka spiritualitas Islam merupakan muatan dari god spot tersebut. Cahaya keilahian menjadi tujuan dan motivasi utama dalam setiap amalan umat Islam.

Menurut hemat penulis, umat Islam seharusnya mengamalkan ajaran Islam tersebut dengan sungguh-sungguh. Jika rukun iman dan rukun Islam benar-benar diamalkan, maka tercapailah tujuan keselamatan, baik di dunia maupun di akhirat.

2. Strategi Pengembangan Kecerdasan Spiritual (SQ)

Strategi pengembangan SQ dapat dilakukan melalui beberapa jalan dengan melihat definisi dan mainstream yang diikuti mainstream-mainstream tersebut yang dipengaruhi oleh motivasi dan tujuan yang ingin dicapainya. Tentu saja

³⁷*Ibid.*, hal. 81-82.

akan sangat berbeda strategi pengembangan SQ yang dilakukan oleh seseorang sains dengan agamawan atau para filosof dengan golongan spesifik, salah satunya dengan ESQ (Emotional Spiritual).

Konsep Zohar & Ian Marshall mengenai SQ masih menyisakan pertanyaan lanjutan yang belum bisa dijawab. SQ adalah sesuatu yang mempunyai makna dan nilai, maka makna dan nilai yang bagaimana bentuknya ? ketika dikatakan SQ tidak berkaitan dengan agama dan hanya mampu meningkatkan kualitas SQ seseorang agama yang seperti apa ? Dengan pertanyaan-pertanyaan tersebut Ary Ginanjar menuliskan ESQ yang dikatakan sebagai model pengembangan karakter dan kepribadian berdasarkan nilai-nilai rukun iman dan rukun Islam. Tentu saja sebagai salah satu upaya mengeksplorasi dan menginternalisasi kekayaan ruhiyah dan jasadiyah pada diri seseorang.³⁸

Ary Ginanjar memandang bahwa rukun iman dan rukun Islam disamping sebagai petunjuk ritual bagi umat Islam. Ternyata pokok pikiran dalam rukun iman dan rukun Islam tersebut juga memberikan bimbingan untuk mengenal dan memaknai perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain. Dalam pandangannya rukun Islam disamping berfungsi sebagai tatanan ritual dalam beragama, juga merupakan metode pengasahan atau pelatihan ESQ yang telah dipahami dalam rukun iman, mulai dari syahadat yang berfungsi sebagai mission statement, shalat yang berfungsi character building, puasa sebagai self controlling, serta zakat dan haji yang berfungsi untuk meningkatkan sosial intelligence (kecerdasan sosial).³⁹

Konsep rukun iman dan rukun Islam membaca EQ yang telah ada dalam diri seseorang bisa dilatih dan dipertajam lagi melalui aplikasi syahadat, shalat, puasa, zakat dan haji. Pada kondisi ini, rukun Islam merupakan transformasi dari rukun iman yang dilakukan secara berulang dan terus menerus sehingga

³⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ Emotional Spiritual Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta : Arga Wijaya Persada, 2001), hal . xxi.

³⁹ *Ibid.*, hal. 286-287.

mampu menjawab persoalan kegagalan beberapa metode training yang telah dilakukan.

Ary Ginanjar melihat tata urutan dalam rukun iman hingga rukun Islam disusun berdasarkan suatu tingkatan anak tangga yang sangat teratur dan sistematis, serta memiliki keterkaitan erat dan kuat dalam satu kesatuan yang ada dimulai dari pembangunan prinsip landasan ke prinsip kepercayaan, prinsip kepemimpinan, prinsip pembelajaran. Prinsip masa depan hingga prinsip keteraturan. Setelah mental terbentuk, maka dilanjutkan dengan langkah mission statement atau syahadat kemudian pembangunan karakter dan pengendalian diri. Ketiga hal ini akan membangun sebuah pribadi tangguh setelah memiliki ketangguhan pribadi dilanjutkan dengan pengembangan kecerdasan sosial melalui zakat dan haji. Kesemuanya menghasilkan ketangguhan sosial.⁴⁰

Ketangguhan pribadi dan ketangguhan sosial mempunyai kunci utama yang dikatakan berupa asmaul husna dan menjadi barometer suara hati, untuk menetralkan suara hati, langkah pertama dengan melakukan reinforcement atau langkah penguatan hati melalui metode repetitive magic power berupa dzikir. Keseluruhan konsep kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosi yang ditawarkan Ary Ginanjar berkiblat pada prinsip Laa Ilaha Illallah yang memandang hubungan kepentingan dunia dan kepentingan akhirat menjadi sebuah jalur lurus yang saling berkelanjutan dengan kendaraan utamanya prinsip rahmatan lil 'alamin.

Menurut penulis, strategi peningkatan SQ yang efektif yakni dengan mengamalkan segala ajaran (perintah) Allah dan menjauhi segala yang dilarang-Nya. Selanjutnya, ajaran berupa ibadah mahdhah maupun muamalah harus difahami, diresapi dan diamalkan untuk menjalin hubungan baik kepada Allah maupun sesama manusia dan makhluk ciptaan Allah lainnya. Apabila strategi tersebut dapat dilakukan, maka tidak mustahil akan tercipta

⁴⁰*Ibid.*, hal. 46.

kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Mampu menyelesaikan permasalahan hidup di dunia dan meraih keselamatan di akhirat kelak.

A. Spiritual dalam Al-Quran

Kecerdasan intelektual (IQ) dapat dihubungkan dengan kecerdasan akal pikiran ('aql), sementara kecerdasan emosional (EQ) lebih dihubungkan dengan emosi diri (nafs), dan kecerdasan spiritual mengacu pada kecerdasan hati, jiwa atau disebut dengan qalb sebagaimana firman Allah dalam QS. Ar-Rad ayat 27-28:

Katakanlah: “Sesungguhnya Allah menyesatkan siapa yang dikehendaki dan menunjukkan kepada orang yang kembali kepadaNya (taat kepada Allah). (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram. (Ar Ra’d: 27-28).⁴¹

Qalbu harus berani bertanggung jawab untuk menampilkan wajahnya yang suci dan selalu berupaya untuk berpihak kepada Allah, menghidupkan getaran jiwa melalui kesadaran yang hakiki. Kesadaran ini pula yang dituntut dari proses zikir, karena zikir yang menghasilkan getaran jiwa, getaran kesadaran, “Aku di hadapan Tuhanku,” dapat menjadikan seseorang mencapai puncak keimanan.⁴²

Sebagaimana firman Allah sebagai berikut:

“ Sesungguhnya, orang yang benar-benar beriman itu adalah apabila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan kepada mereka ayat-ayat-Nya bertambah iman mereka (karenanya) dan kepada Tuhanlah mereka bertawakal.” (Al-Anfal: 2).⁴³

Kesadaran atau dzikrullah sebagai salah satu pintu hati, merupakan cahaya yang memberikan jalan terang, membuka kasyaf 'tabir' antara manusia dan Allah. Orang yang sadar atau melakukan dzikrullah tersebut membuat tipu muslihat setan tidak berdaya, sebagaimana firman Allah sebagai berikut:

“ Sesungguhnya, orang-orang yang bertakwa bila mereka ditimpa

⁴¹ Departemen Agama, *Al-Quran & Terjemahannya*, (Semarang: CV. Toha Putra), hal. 373.

⁴² Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniyah : Transcendental Intelligence*, (Jakarta : Gema Insani Press, 2001), hal. 54.

⁴³ Departemen Agama. *Al-Quran*, hal 23.

waswas (diajak maksiat) oleh kelompok setan, mereka ingat kepada Allah, maka ketika itu juga mereka melihat kesalahan-kesalahannya.” (Al-A’raaf: 201).⁴⁴

Akan tetapi, kesadaran apakah yang dapat menyebabkan kesadaran kasyaf? Tarekat seperti apa yang harus dilakukan agar manusia mempunyai kemampuan untuk bisa melihat setan dan malaikat, jahat dan buruk? Tentunya dibutuhkan pembebasan diri dari segala belenggu nafsu yang selalu ingin menyimpangkan qalbu dari cahaya Ilahi. Dibutuhkan perjuangan dan kewaspadaan yang sangat tinggi agar qalbu menampakkan wajah Ilahi yang sebenarnya. Kata kuncinya berada pada kerinduan dan kecenderungan kita untuk selalu mengarah kepada Ilahi (al-hanif).⁴⁵

Sadar atau tidak, potensi kecerdasan intelektual, emosional dan spiritual itu ada dalam keseluruhan diri seseorang sebagai manusia. Kecerdasan intelektual (IQ) berada di wilayah otak yang karenanya terkait dengan kecerdasan otak, rasio, nalar intelektual, kecerdasan emotional (EQ) mengambil wilayah di sekitar emosi diri seseorang yang karenanya lebih mengembangkan emosi supaya cerdas, tidak cenderung marah, sedangkan kecerdasan spiritual (SQ) mengambil tempat seputar jiwa, hati yang merupakan wilayah spirit yang karenanya dikenal dengan The Souls Intelligence, kecerdasan hati yang menjadi hakikat sejati kecerdasan spiritual.

Manusia sejak lahir telah memiliki jiwa spiritual atau naluri keagamaan untuk mengenal Tuhan. Fitrah manusia yang dibawa sejak lahir ini berupa fitrah ketauhidan. Sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-A’raaf ayat 172:

“ Dan (ingatlah tatkala Allah mengambil perjanjian kesucian pada manusia secara keseluruhan) ketika Allah mengeluarkan keturunan Adam dari Sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap diri mereka (seraya berfirman) bukankah Aku ini Rabbmu? (pencipta, pemelihara, pengatur dan pendidikmu) mereka menjawab: benar, Engkaulah Rabb kami (pencipta, pemelihara, pengatur dan pendidik kami), kami menjadi saksi (kami lakukan yang demikian itu agar disadari hari kiamat), kami tidak

⁴⁴*Ibid.*, hal. 345

⁴⁵Toto Tasmara. *Kecerdasan*, hal. 54

mengatakan: Sesungguhnya kami (bani Adam) orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Allah).”

(QS. Al-A'raf: 172)

Ayat di atas dapat dijelaskan bahwa manusia mempunyai kecenderungan dekat dengan Tuhan. Manusia sadar akan kehadiran Tuhan jauh di dasar hati sanubari mereka. Adapun segala keraguan dan keingkaran kepada Tuhan sesungguhnya muncul ketika manusia menyimpang dari jati diri mereka sendiri. Menurut pandangan Islam, konsepsi tentang manusia yang dirumuskan dalam Al-Quran terdiri dari materi (jasad) dan immateri (ruh, jiwa, akal dan qalb) dalam bentuk berbeda manusia dalam penciptaannya memiliki struktur nafsani yang terdiri dari tiga komponen yakni qalb, akal dan nafsu.⁴⁶

Kalbu menjadi penguasa di dalam kerajaan bathin manusia, untuk itu kalbu dituntut mampu mengendalikan syahwat dan ghadhab yang memiliki sifat negatif menjadi sifat yang positif. Kalbu mampu mengantarkan manusia pada tingkatan intuitif, moralitas, spiritualitas, keagamaan atau ke-Tuhanan. Manusia dengan potensi kalbunya mampu menerima dan membenarkan wahyu ilham dan firasat dari Allah.

Adapun erminology dari kecerdasan qalb dapat dilihat dalam Al-Quran surat al-Hajj ayat 46:

Maka apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar ? karena sesungguhnya bukanlah pengelihatannya itu yang buta, tetapi yang buta adalah hati yang di dalam dada. (Al-Hajj: 46).

Ayat tersebut di atas menunjukkan kecerdasan qalb, juga menunjukkan adanya potensi qalbiyah yang mampu melihat yang tidak dapat dilihat oleh mata, sebab di dalamnya terdapat mata bathin. Mata bathin ini mampu menembus dunia moral, spiritual dan agama yang memuat rahasia dan kejadian alam semesta.

⁴⁶Yusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa & Psikologi Islami*, (Jakarta : Raja GrafindoPersada, 2001), hal. 325.

Spiritual intelligence adalah kemampuan seseorang untuk mendengarkan hati nuraninya atau bisikan kebenaran yang meng-Ilahi dalam cara dirinya mengambil keputusan atau melakukan pilihan-pilihan, berempati dan beradaptasi. Untuk itu kecerdasan spiritual sangat ditentukan oleh upaya untuk membersihkan dan memberikan pencerahan qalbu sehingga mampu memberikan nasihat dan arah tindakan serta caranya mengambil keputusan. Qalbu harus senantiasa berada pada posisi menerima curahan cahaya nur yang bemuatan kebenaran dan kecintaan kepada Ilahi.⁴⁷

Rasa ruhiyah merupakan rasa yang paling fitrah. Sebuah potensi secara hakiki ditiupkan ke dalam tubuh manusia. Ruh kebenaran yang selalu mengajak kepada kebenaran. Pada ruh tersebut terdapat potensi bertuhan, nilai kehidupan yang hakiki tidak lain berada dalam nilai yang sangat luhur tersebut, apakah seseorang tetap setia pada hati nuraninya untuk mendengarkan kebenaran yang melangit ataukah dia tersingkir menjadi orang yang hina karena seluruh potensinya telah terkubur dalam kegelapan.⁴⁸

Dalam Al-Quran surat as-Sajdah ayat 9 bahwa manusia terlahir dengan dibekali kecerdasan. Kemudian Dia menyempurnakan dan meniupkan ke dalam (tubuh)nya ruh (ciptaan)-Nya, dan Dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan, dan perasaan; (tetapi) kamu sedikit sekali bersyukur.” (As-Sajdah: 9).⁴⁹

Seluruh kecerdasan tersebut, harus berdiri di atas kecerdasan ruhaniah, sehingga potensi yang dimilikinya menghantarkan diri kepada kemuliaan akhlak, empat kecerdasan yang dikendalikan oleh hati nurani akan memberikan nilai tambah bagi kesejahteraan dan perdamaian manusia.

Pada qalbu manusia, selain memilih fungsi indrawi, di dalamnya ada ruhani yaitu moral dan nilai-nilai etika, artinya dialah yang menentukan tentang rasa bersalah, baik buruk serta mengambil keputusan berdasarkan tanggung jawab

⁴⁷Toto Tasmara. *Kecerdasan*, hal. 47.

⁴⁸*Ibid.*, hal. 48.

⁴⁹Departemen Agama RI, *Al-Quran*, hal. 661.

moralnya tersebut. Itulah sebabnya penilaian akhir dari sebuah perbuatan sangat ditentukan oleh fungsi qalbu. Kecerdasan ruhaniah tidak hanya mampu mengetahui nilai-nilai, tata susila, dan adat istiadat saja, melainkan kesetiannya pada suatu hati yang paling sejati dari lubuk hatinya sendiri.⁵⁰

Kecerdasan ruhaniah adalah kecerdasan yang paling sejati tentang kearifan dan kebenaran serta pengetahuan Ilahi. Kecerdasan ini membuahkan rasa yang sangat mendalam terhadap kebenaran, sehingga seluruh tindakannya akan dibimbing oleh ilmu Ilahiah yang mengantarkan kepada ma'rifatullah, sedangkan kecerdasan lainnya lebih bersifat pada kemampuannya untuk mengelola segala hal yang berkaitan dengan bentuk lahiriah, sebab itu dapat kita katakan bahwa setiap niat yang terlepas dari nilai-nilai kebenaran Ilahiah merupakan kecerdasan duniawi dan fana, sedangkan kecerdasan ruhaniah qalbiah bersifat autentik, universal dan abadi.⁵¹

Jadi, SQ menurut Al-Quran lebih berpusat pada qalb (hati). Kesadaran atau dzikrullah sebagai salah satu pintu hati, merupakan cahaya yang memberikan jalan terang, membuka kasyaf 'tabir' antara manusia dan Allah. Jika manusia telah berbuat salah kepada Allah, maka ia harus segera bertaubat dan memohon ampunan-Nya dengan istighfar. Begitu halnya, jika manusia berbuat salah kepada sesama manusia, maka ia harus memohon maaf, bertaubat, dan selalu berdzikir untuk mengingat Allah, supaya selalu ingat bahwa manusia merupakan makhluk yang lemah, tidak ada yang paling kaya, kuat, dan berkuasa, melainkan hanya Allah semata.

B. Spiritual dalam Hadits

Pikiran adalah tindakan mental, sehat pikiran berarti sehat pula mental seseorang. Secara umum para psikolog mendefinisikan kesehatan jiwa sebagai kematangan emosional dan sosial. Menurut mereka kesehatan jiwa amat tergantung pada kemampuannya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya, mampu mengemban tanggung jawab kehidupan dan menghadapi semua

⁵⁰ *Ibid.*, hal. 49.

⁵¹ *Ibid.*, hal. 50.

permasalahan hidup secara realistis. Kemampuan inilah yang menentukan tingkat kebahagiaan dan kebermaknaan hidup.⁵² Terwujudnya keseimbangan antara fisik dan ruh pada manusia merupakan syarat penting untuk mencapai kepribadian harmonis yang menikmati kesehatan jiwa.

Gangguan kesehatan jiwa sebagian besar disebabkan oleh tekanan, pengalaman-pengalaman emosional dan konflik bathin. Secara psikologis kondisi ini akan berakibat pada persepsi buruk terhadap dirinya dan orang lain, perilaku yang menyimpang, perasaan tidak bahagia. Tiga keadaan ini pada akhirnya melemahkan kemampuan seseorang dalam membuat keputusan secara umum, melaksanakan tanggung jawabnya dengan efisien dan membina hubungan yang harmonis dengan sesama. Psikoterapi dimaksudkan sebagai kegiatan terencana yang bersandar pada metode-metode kejiwaan, yang dilakukan oleh psikolog guna mengadakan perubahan dalam pribadi si individu dan perilakunya dengan menjadikan hidupnya lebih bahagia dan konstruktif.

Untuk mendidik mental sahabatnya, Rasulullah SAW senantiasa memperhatikan keseimbangan antara kesehatan mental dan fisik dengan menggunakan metode sebagai berikut:

1. Mencerdaskan ruhani dengan cara Rasulullah

a. Dengan iman

Tidak pelak lagi bahwa iman dapat memperkuat sisi ruhaniah manusia. Kekuatan memberikan energi ruhani yang mencengangkan dan bahkan dapat terpengaruh kekuatan fisik. Iman adalah sumber keterangan bathin dan keselamatan kehidupan. Iman itu ada dalam hati.

Abu Naim menceritakan kepada kami, ia berkata: Zakariya telah menceritakan pada kami dari Amir, ia berkata: Aku mendengar Rasulullah SAW bersabda: ...”Ketahuilah bahwa sesungguhnya di dalam tubuh itu terdapat segumpal darah. Apabila ia baik maka

⁵² M. Utsman Najati, *Belajar EQ & SQ Dari Sunnah Nabi*, (Jakarta : Hikmah, 2002), hal. 1.

baiklah seluruh jasadnya, apabila ia jelek maka jeleklah seluruh jasadnya. Ketahuilah ia itu adalah hati.”(HR. Bukhari & Muslim).⁵³

Iman, tauhid dan ibadah kepada Allah menimbulkan sikap istiqomah dalam perilaku. Di dalamnya terdapat pencegahan & terapi penyembuhan terhadap penyimpangan, penyelewengan & penyakit. Substansi dari beriman adalah sikap ikhlas dan mendefinisikan semua kebaikan sebagai ibadah sebagai bukti iman selalu bergantung padanya, dan ridha terhadap qadha dan qadar Allah.⁵⁴

b. Dengan shalat

Shalat memiliki pengaruh besar dan efektif dalam menyembuhkan manusia dari duka cita dan gelisah. Sikap berdiri pada waktu shalat di hadapan Tuhannya dalam keadaan khusuk, berserah diri dan pengosongan diri dari kesibukan dan permasalahan hidup dapat mengatasi kegelisahan dan ketegangan yang ditimbulkan oleh tekanan-tekanan jiwa dan masalah kehidupan.

Ibnu Qayyim berpendapat bahwa shalat memiliki peranan besar dalam menyenangkan, menguatkan, melapangkan dan memuaskan hati. Melalui shalat orang dapat merasakan hubungan dan kedekatan dengan Tuhan dan merasakan kenikmatan berdzikir kepada-Nya, merasa senang bermunajat kepada-Nya, berdiri kokoh di hadapan-Nya serta menggunakan seluruh anggota badan dan potensinya dalam menyembah-Nya, sesuatu yang menyenangkan dan nutrisi yang hanya sesuai dengan hati yang sehat. Untuk itu shalat menjadi penolong terbesar dalam mencapai kemaslahatan dunia dan akhirat serta menolak kerusakan di dunia dan di akhirat.⁵⁵ Selain itu, orang yang mendirikan shalat dijanjikan oleh Allah akan dimasukkan ke dalam surga. Sebagaimana Sabda Nabi Saw., sebagai berikut:

⁵³ Al-Imam Abi Abdillah Muhammad ibn Ismail ibn Ibrahim ibn Al-Mughirah ibn Bardizabat, *Al-Bukhari Al-Ja'firyi, Shahih Al-Bukhari Juz I*, (Semarang: Toha Putra, tth.), hal. 23

⁵⁴ M. Utsman Najati. *Belajar*, hal. 100.

⁵⁵ *Ibid.*, hal. 101.

Berkata kepadaku Muhammad ibn Abdirrahim ia berkata bahwa berkata kepada kami Affan ibn Muslim ia berkata bahwa telah berkata kepada kami Wuhaib dari Yahya ibn Said ibn Hayyan dari Abi Zur'ah dari Abu Hurairah ra. bahwa seorang kebangsaan Arab datang kepada Nabi Saw. dan berkata: Tunjukkan kepadaku amalan apa yang apabila aku lakukan bisa menjadikan masuk ke surga, Nabi Saw. bersabda: "Sembahlah Allah dan jangan mensekutukan-Nya dengan sesuatupun, dirikanlah shalat fardhu, tunaikanlah zakat (yang telah ditentukan), dan berpuasalah pada bulan Ramadhan ." (HR. Bukhari).⁵⁶

c. Dengan puasa

Manfaat utama puasa adalah menumbuhkan kemampuan mengontrol syahwat dan hawa nafsu pada diri manusia. Puasa merupakan latihan bagi manusia dalam menanggung kondisi prihatin dan berupaya bersabar atasnya. Dengan puasa, ia bersiap diri menanggung beragam kondisi prihatin yang mungkin terjadi dalam kehidupannya. Kondisi kondisi prihatin yang dirasakan membuatnya dapat berempati terhadap penderitaan orang-orang fakir dan miskin, mendorongnya untuk mengasihi mereka menyalurkan bantuan dan berbuat baik kepada mereka serta membantu orang-orang yang membutuhkan. Hubungannya dengan manusia semakin kuat dan rasa solidaritas sosialnya semakin bertambah.

Puasa merupakan cara yang efektif dalam mengatasi kegelisahan melalui janji surga sebagai balasan bagi mereka yang berpuasa.

Rasulullah saw bersabda:

Hunad menceritakan kepada kami, Abdah dan Muhariby menceritakan kepada kami dari Muhammad Ibn Amr dan dari Abi Salamah dari Abi Hurairah ia berkata, Rasulullah Saw bersabda: Barang siapa berpuasa pada bulan Ramadhan dengan iman dan penuh harap, maka akan diampuni dosa-dosanya yang telah lalu. (HR. Bukhari dan Muslim).⁵⁷

⁵⁶Al-Imam Abi Abdillah Muhammad ibn Ismail ibn Ibrahim ibn Al-Mughirah ibn Bardizabat, *Al-Bukhari Al-Ja'fiyi, Shahih Al-Bukhari Juz I*, hal. 109.

⁵⁷ Muhammad Fawary Abdul Baqi, *Jamius Shahih*, (Beirut, Lebanon: Darul Kutub al-Ilmiyah), Juz III, 209-274 H, hal. 67

d. Melalui Haji

Haji mengajarkan manusia untuk mampu menanggung kesulitan dan melatihnya berjihad melawan nafsu dan mengontrol syahwatnya. Karena orang yang haji tidak boleh berhubungan seks, tidak bermusuhan, tidak mencari, menyakiti dan tidak melakukan hal yang dibenci Allah. Haji juga menyembuhkan penyakit takabur, ujub dan tinggi hati. Dalam situasi yang sarat dengan nilai-nilai spiritual ini hubungan manusia dengan Tuhannya menjadi bertambah kokoh. Manusia merasakan kejernihan hati ketenangan jiwa. Curahan kondisi emosional dan limpahan ruhaniah yang sarat dengan kebahagiaan dan kegembiraan. Sebagaimana hadits Nabi Saw sebagai berikut:

Dari Abu Hurairah ra., ia berkata: Saya mendengar Nabi Saw bersabda: “Barangsiapa melaksanakan haji karena Allah, sedangkan ia tidak rafats (menggauli isteri atau berkata keji), tidak fasiq (melanggar batas-batas syara’) maka ketika ia pulang seperti baru dilahirkan oleh ibunya.” (HR. Bukhari).⁵⁸

2. Mencerdaskan ruhani dengan dzikir dan doa

a. Melalui dzikir

Rasulullah menyatakan bahwa dengan mengingat Allah (dzikrullah), maka dapat memberikan kedamaian dan ketenangan jiwa. Dzikrullah dan bertasbih meningkatkan derajat hamba di sisi Allah.

Di antara bentuk dzikir yang paling utama adalah Al-Quran karena dalam hal itu terdapat keutamaan yang besar dalam membersihkan hati, menyembuhkan dan menerangkan jiwa.

b. Melalui doa

Doa merupakan dzikir dan ibadah. Ia memilih keutamaan yang sama seperti dzikir dan ibadah. Sesungguhnya dalam doa terdapat kelapangan

⁵⁸Al-Imam Abi Abdillah Muhammad ibn Ismail ibn Ibrahim ibn Al-Mughirah ibn Bardizabat, Al-Bukhari Al-Ja’fiyi, *Shahih Al-Bukhari Juz I*. hal. 141

bagi jiwa dan penyembuh kesulitan, duka cita dan gelisah karena orang dengan berdoa selalu mengharap doanya dikabulkan oleh Allah SWT dapat meringankan beban kesulitan dan duka cita orang beriman. Doa akan lebih terkabul jika dilakukan pada malam hari.

Sebagaimana hadits Nabi Saw:

: لاقم لسو بهيلا الله اى لصا لله ال وسرن ااضيا مذعو

: انبرلز نيليل كل اعنوك رابتر خلا ال يلا لثى قيبين حايندلاء امسلا ل اهل وقيد

(⁵⁹ نير فغتسين مهيط عافني لاسين مهلب جتسافني وعدين مهطر فغاف) ى راخبلاه اور

Dan darinya (Abu Hurairah) juga bahwa Rasulullah Saw bersabda: "Tuhan kami akan turun mendekati bumi dengan membawa berkah setiap malamnya hingga sepertiga malam terakhir dan Berfirman: "Barangsiapa berdoa pada-Ku maka akan Aku kabulkan, barang siapa memohon pada-Ku akan Aku berikan, dan barangsiapa memohon ampunan akan Aku ampunkan." (HR. Bukhari).

C. Spiritual dalam Pandangan Tokoh Muslim

Al-Ghazali mendefinisikan hati dalam dua makna, pertama, bentuk lahir, hati yaitu sepotong daging yang terletak di bagian kiri dada, di dalamnya terdapat rongga berisi darah hitam. Kedua, hati adalah sebuah lathifah (sesuatu yang amat halus dan lembut, tidak kasat mata, tak berupa dan tak dapat diraba) bersifat bersifat rabbani ruhani dan merupakan inti manusia.⁶⁰

Dalam teks Islam, kata hati mencakup makna locus. Eksistensi hati menjadi tempat pengetahuan disamping hati merupakan sesuatu yang mendapat balasan dalam kaitannya dengan perbuatan baik maupun perbuatan buruk. Hati pula yang menjadi arena transformasi seorang hamba dengan Tuhannya. Ahmad Sirhindi menganalisa hati dengan melihat bahwa manusia memiliki sepuluh dasar. Lima materi dan lima nonmateri. Bagian paling rendah dari materi adalah jiwa yang

⁵⁹Mustofa Muhammad Amarah, *Jawahir Al-Bukhari wa Syarhi Al-Qisthalaniy*, (Beirut: Al-Maktabah Al-Islamiyah, tth.), hal. 145.

⁶⁰Al-Ghozali, *Ihya Ulmu Al-Din*, (Dar Al-Fikr, ttp., tth), juz III, hal. 3.

rendah (nafs) dan tiga element (api, bumi, air). Sedangkan bagian yang paling tinggi meliputi qalb, ruh, misteri khafi dan akhafa.

Memahami kecerdasan spiritual dalam bingkai seperti ini membuat seseorang dengan mudah menemukan nilai-nilai dan makna dari setiap aktivitas yang dilakukannya salah satu ciri SQ berupa kemampuan manusia untuk mengenali potensi, fitrah dalam dirinya. Fitrah sebagai akar ilahiah yang Allah berikan sejak ditiupkan-Nya ruh ke dalam rahim ibu. SQ merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali dan mendekatkan diri kepada Allah SWT yang telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Apabila seseorang mengenal Allah niscaya akan mengalami sukses hidup bukan hanya di dunia saja tetapi juga di akhirat.

Ary Ginanjar misalnya, mengatakan bahwa ketangguhan pribadi dan ketangguhan sosial mempunyai kunci utama yang dikatakan berupa asmaul husna dan menjadi barometer suara hati, untuk menetralsir suara hati, langkah pertama dengan melakukan reinforcement atau langkah penguatan hati melalui metode repetitive magic power berupa dzikir. Keseluruhan konsep kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosi yang ditawarkan Ary Ginanjar berkiblat pada prinsip **Laa Ilaha Illallah** yang memandang hubungan kepentingan dunia dan kepentingan akhirat menjadi sebuah jalur lurus yang saling berkelanjutan dengan kendaraan utamanya prinsip rahmatan lil 'alamin.

Adapun menurut Toto Tasmara dalam konsepnya Kecerdasan Ruhaniah (Transendental Intelligence) mengatakan bahwa,

“Dari sudut pandang kita sebagai seorang muslim, kecerdasan ruhaniah adalah kecerdasan yang berpusatkan pada rasa cinta yang mendalam kepada Allah Rabbul-‘Alamiin dan seluruh ciptaan-Nya. Sebuah keyakinan yang mampu mengatasi seluruh perasaan yang bersifat jasadi, bersifat sementara dan fana. Kecerdasan ruhaniah justru merupakan esensi dari seluruh kecerdasan yang ada. Atau dapat dikatakan, sebagai kecerdasan spiritual plus, dan plusnya itu berada pada nilai-nilai keimanan kepada Ilahi. Pesan-pesan keilahian itu telah melekat secara fitrah pada saat manusia masih dalam alam ruhani.”⁶¹

⁶¹Toto Tasmara. *Belajar*, hal. 10..

e. Konsep Spiritual yang Ideal

SQ dapat diraih tidak harus beragama, melainkan dari kesadaran diri⁶² yang tinggi untuk mendalami apa arti hidup, apa tujuan hidup, bagaimana menyelesaikan masalah hidup, dan bagaimana dapat mencapai kebahagiaan, ketenangan dan ketenteraman dalam hidup. Adapun agama seharusnya sebagai sarana untuk mencapai kecerdasan spiritual yang tinggi. Sebab, sebagaimana diungkapkan oleh Danah Zohar,

“Bahwa orang yang sangat religius (mengetahui ilmu agama) bisa jadi bodoh secara spiritual; seorang ateis yang keras dan kaku bisa jadi cerdas secara spiritual. Namun, tantangan mencapai kecerdasan spiritual yang tinggi sama sekali tidak bertentangan dengan agama. Kebanyakan manusia membutuhkan semacam kerangka “keagamaan” sebagai panduan untuk menjalani kehidupan kita: pikiran para guru besar, perbuatan para orang suci, petunjuk perilaku suatu aturan etika.”⁶³

Deskripsi Zohar di atas, sebenarnya dapat dipahami bahwa ketika ajaran agama dipelajari dan diamalkan dengan sungguh-sungguh oleh seseorang tentu ia akan mencapai SQ yang sempurna. Sebab, dengan mengamalkan ajaran agama ia pasti akan teratur, tenteram, dan yang pasti ia menjadi tahu apa arti hidup, apa tujuan hidup dan kepada siapa ia akan kembali setelah berakhir kehidupannya itu. Hal senada diungkapkan oleh Sukidi, jika kita agamawan, apa pun agama kita, dan apa pun “jabatan” kita dalam lembaga keagamaan, kecerdasan spiritual dapat dipertajam melalui penghayatan segi-segi spiritualitas dalam agama. Kenapa demikian? Sukidi menjelaskan sebagai berikut:

“Karena, yang dominan dari penghayatan agamawan terhadap agamanya masing-masing dewasa ini adalah pada segi formal dan bentuknya, sehingga cenderung menampilkan ekspresi keberagamaan yang kaku dan

⁶²Sejenak, kita bertanya: mengapa akhirnya kita menghidupkan kembali dan sekaligus berkiblat ke pusat diri, pusat spiritual, yang kita sebut dengan berbagai istilah: *heart* (Inggris), *qalb* (Arab), *dil* (Persia), dan *hsin* (Cina). Lihat: Sukidi, *Kecerdasan Spiritual; Mengapa SQ Lebih Penting daripada IQ dan EQ*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), hal. 14.

⁶³. Danah Zohar dan Ian Marshall. *Spiritual*, hal. 258.

eksklusif.Keberagamaan model ini justru semakin memperlebar jarak perbedaan antar umat beragama, dan bahkan tak jarang memicu ketegangan dan konflik antar umat beragama.”⁶⁴

Lebih lanjut dikatakan: kita bisa meraih kecerdasan spiritual yang lebih tinggi, jika penghayatan terhadap agama kita lebih menukik ke dalam, ke esensinya, ke spiritualitasnya. Spiritualitas inilah yang menjadi hatinya agama (*spiritual ity is the heart of religion*), pusat dari agama itu sendiri (*the center of religion*).

D. Kesimpulan

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain Itulah sebabnya kecerdasan spiritual mampu mengenal dan memahami diri sepenuhnya sebagai makhluk spiritual maupun sebagai bagian dari alam semesta yang membimbing manusia untuk bersikap arif dan bijak yang sudah barang tentu jauh lebih penting daripada IQ dan EQ. Pendapat Danah Zohar dan Ian Marshall tentang SQ memang belum menyentuh tataran ketuhanan, hanya sebatas tataran biologi atau psikologi semata, tidak bersifat ruhaniyah yang berakibat masih adanya kebuntuan.

Spiritual sebagai suatu hal yang berkaitan dengan kemampuan dalam membangkitkan semangat manusia dalam menjalani hidup ke manakah akan pergi, dapat menjadi manusia seutuhnya dengan pemikiran yang integral dan sebagai tujuannya adalah untuk mencapai kebahagiaan yang abadi. 93 Semangat manusia dapat dibangkitkan karena manusia pada dasarnya dibangun sebagai manusia yang beragama yang mempunyai spirit untuk memaknai segala perjalanan hidup ada campur tangan dari Sang Pencipta. SQ memegang peranan penting dalam mencapai keberhasilan di segala bidang karena pusat kecerdasan itu terletak pada hati nurani manusia.

⁶⁴Sukidi.*Rahasia*, hal. 87.

Potensi SQ akan terus cemerlang selama manusia mau mengasahnya. 2. Konsep SQ dalam perspektif pendidikan Islam menampakkan bentuknya pada pengakuan akan keimanan, syahadat menjadi syarat utama diakuinya kedudukan seseorang muslim, sehingga apabila secara ilmiah ditetapkan adanya hard ware dari spiritualitas adalah god spot, maka SQ dalam perspektif pendidikan Islam merupakan muatan dari god spot tersebut. Cahaya ke-Ilahian menjadi tujuan dan motivasi utama dalam amalan setiap muslim. Konsep kecerdasan spiritual dalam perspektif pendidikan Islam merupakan Pendidikan spiritual yang dapat menajamkan kualitas kecerdasan spiritual, yaitu nilai-nilai spiritualitas itu sendiri yang di tujukan ke dalam pendidikan. Nilai-nilai yang dimaksud adalah kejujuran, keadilan, kebaikan, kebersamaan, kesetiakawanan sosial, dan masih banyak lagi.

Daftar Pustaka

- Agephe, Diddi.2010. *The Power of Sound Metode Pemberdayaan diri melalui Bunyi Frekuensi dan Fibrasi*.Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Al-Haydari, Kamal.2004 *Menejemen Ruh*. Bogor: Cahaya.
- Al-Qarni, Aidh. 2006. *Cahaya Zaman*. Jakarta: Al Qalam
- Arikunto, Suharsini.2006 *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Renna Cipta.
- Assegaf,Rachman,Abd. 2013. *Aliran Pemikiran Pendidikan Islam Hadharah Keilmuan Tokoh Klasik Sampai Modern*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Covey, Stepen R. 1990.*The Seven Habits of Highly Effective People*. New York: Simon & Schuster Inc.
- Danah Zohar & Ian Marshall. 2001. *Spiritual Intelegence: The Ultimate Intelegence*. London: Bloomsbury
- Ginanjari, Ary. 2001. *ESQ Emotional Spiritual Quotion the ESQ way 165*. Jakarta: Arga Publising.
- Hadi, Sutrisno. 1993. *Metode Penelitian Research II*, Cet. XXII. Yogyakarta: Andi Offset.

- Moleong, Lexy. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya. 2007
- Mulyana, Dedy. 2004. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta : Remaja Rosda Karya
- Nawawi, Hadari. 1984. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajahmada Pers.
- Santosa, Ippho. 2012. *7 Keajaiban Rezeki (Rezeki Bertambah, Nasib Berubah Dalam 99 hari dengan otak kanan)*. Jakarta. Gramedia Pustaka
- _____. 2012. *Percepatan Rezeki (Dalam 40 hari dengan otak kanan)*. Jakarta. Gramedia Pustaka
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan(Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan PengumpulanData)*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-undang RI No. 20, Th. 2003. *Tentang Siste Pendidikan Nasional*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Usman, Huzaini. 1996. *Metodologi Penelitian Social*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Zaini ,Syahminan. 1995. *Jalur Kehidupan Muslim Menurut Al-Qur'an* . Jakarta: Kalam Mulia.
- Zuhri, Saifuddin. 2011. *Kado Dari Pesantren*. Mojokerto: Al Maba RMI Aswaja Centre.
- John M. Echols & Hasan Shadily, *Kamus Inggris-Indonesia*, (Jakarta : Gramedia, 1992), Cet. XX, hlm. 546.
- M. Hafi Anshori, *Kamus Psikologi*, (Surabaya : Usaha Kanisius, 1995), hlm. 653.
- Ari Bowo Prijosaksosno dan Arianti Erningpraja, *Enerich Your Life Everyday; Renungan dan Kebiasaan menuju Kecerdasan Spiritual*, (Jakarta: PT. Elex Media Komputindo, (2003), hlm. xiv.
- Taufiq Pasiak, *Revolusi IQ / EQ /SQ Antara Neurosains dan Al-Quran*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2002)
- Sukidi, *Rahasia Sukses Hidup Bahagia, Kecerdasan Spiritual, Mengapa SQ Lebih Penting Daripada IQ & SQ*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Umum, 2002),

Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahannya*, (Jakarta: Proyek Pengadaan Kitab Suci Al-Quran Depag RI, 1983),

Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ Emotional Spiritual Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta : Arga Wijaya Persada, 2001), hlm . xxi

Departemen Agama, *Al-Quran & Terjemahannya*, (Semarang: CV. Toha Putra)

Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniyah : Transendental Intelligence*, (Jakarta : Gema Insani Press, 2001)