

# Hubungan antara Intensitas Dzikir dengan Kecerdasan Emosional

SULISWORO KUSDIYATI<sup>1</sup>, BAMBANG SAIFUL MA'ARIF<sup>2</sup>, MAKMUROH SRI RAHAYU<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No.1 Bandung

<sup>2</sup> Fakultas Dakwah, Universitas Islam Bandung, Jl. Ranggagading No.8 Bandung

email: <sup>1</sup>sulisworo.kusdiyati@gmail.com, <sup>2</sup>basmar\_ali@yahoo.com, <sup>3</sup>makmuroh@yahoo.com

**Abstract.** The purpose of this study was to gain empirical data about correlation between dzikir intensity after pray /shalat and emotional intelligence on students of SMU X and SMU Y in Bandung. This study used correlational method. The benefit of this study was to bring information to both school about the dzikir intensity and emotional intelligence of its pupil. Hypothesis of this study was the lower dzikir intensity after pray the lower emotional intelligence. To collecting data was used dzikir questioner which constructed based on dzikir theory and emotional intelligence questioner which constructed based on Goleman theory. Both of data was ordinal data, so the Rank Spearman correlation technique was used to analyze the data. The result was indicate that there is correlation between dzikir intensity and emotional intelligence. It means the lower dzikir intensity after pray the lower emotional intelligence.

*Key words:* adolescent, dzikir intensity, emotional intelligence

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang intensitas dalam berdzikir setelah shalat dengan kecerdasan emosi pada siswa-siswi SMU X dan SMU Y Bandung. Penelitian ini menggunakan metode korelasi. Kegunaan penelitian adalah untuk memberikan informasi kepada kedua sekolah tersebut di atas tentang intensitas dalam berdzikir setelah shalat dengan kecerdasan emosional. Hipotesis penelitiannya berbunyi "Semakin kurang intensitas dalam berdzikir setelah shalat semakin rendah kecerdasan emosional pada siswa-siswi SMU X dan SMU Y." Untuk mengumpulkan data tentang intensitas dalam berdzikir setelah shalat digunakan kuesioner. Demikian juga untuk mengukur kecerdasan emosi digunakan kuesioner berdasarkan konsep teori dari Goleman. Teknik statistik yang digunakan untuk mencari korelasi antara intensitas dalam berdzikir setelah shalat dengan kecerdasan emosi adalah teknik statistik rank Spearman karena kedua data adalah data ordinal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara intensitas dalam berdzikir dengan kecerdasan emosi. Artinya semakin kurang intensitas dalam berdzikir setelah shalat semakin rendah kecerdasan emosinya.

*Kata kunci:* remaja, intensitas dzikir, kecerdasan emosional

## Pendahuluan

SMU X dan SMU Y Bandung adalah SMU yang berorientasi pada pendidikan Islam. Oleh karena itu kurikulum yang digunakan merupakan perpaduan dari kurikulum Pendidikan Nasional dan Departemen Agama. Jumlah mata pelajaran agama sebanyak 20 % terdiri dari: 1. membaca Al Qur'an, 2. hafalan Al Qur'an, 3. Hadist, 4. Tafsir, 5. Akhlak, 6. Praktek shalat dan 7 kegiatan keagamaan. Kegiatan keagamaan yang dilakukan berupa kegiatan keagamaan di kelas, mengikuti kegiatan ceramah atau majelis taklim di masjid, shalat berjamaah, shalat dhuha bagi siswa yang masuk pagi. Dalam kegiatan shalat berjamaah, guru menjadi imam. Siswa wajib mengikuti kegiatan shalat berjamaah ini. Selesai shalat,

dilanjutkan dengan dzikir. Sekolah menetapkan dzikir sebagai aktivitas yang dilakukan oleh siswa setelah shalat, dengan harapan para siswa menghayati dirinya dekat dengan Allah SWT sehingga hatinya menjadi tenang dan ketika menghadapi permasalahan tidak mudah mencari jalan pintas.

Fenomena yang tampak adalah setelah shalat ternyata banyak siswa yang tidak berdzikir, berdzikir sambil bergurau, diam di tempat tidak berdzikir, berdzikir sambil lalu. Fenomena lain yang ditemui adalah siswa sering melakukan kegiatan-kegiatan yang tidak terpuji misalnya ikut tawuran dengan siswa-siswa dari sekolah yang lain yang sifatnya hanya ikut-ikutan saja, melanggar aturan sekolah seperti membolos, tidak membuat PR, terlambat datang ke sekolah. Relasi dengan teman

kurang baik yang ditunjukkan oleh kurang adanya tenggang rasa, mudah marah apabila ditegur orang lain meskipun dirinya salah, mudah tersinggung jika keinginannya tidak dipenuhi, tidak peduli dengan keadaan orang lain misalnya temannya sakit tidak mau ikut menengok, tidak mau berpartisipasi ketika ditarik iuran untuk membantu teman yang memerlukan. Dari kenyataan di atas, menunjukkan adanya permasalahan dalam berdzikir dan kecerdasan emosional pada siswa-siswa SMU Islam tersebut. Berdasarkan atas fenomena-fenomena yang telah dijelaskan di atas, maka peneliti ingin melihat hubungan antara intensitas dzikir dengan kecerdasan emosi pada siswa SMU X dan SMU Y Bandung. Adapun perumusan masalah dalam penelitian ini adalah (1) Apakah ada hubungan antara intensitas berdzikir setelah shalat dengan kecerdasan emosi siswa beberapa SMU X dan SMU Y Bandung? (2) Aspek-aspek apa dalam intensitas berdzikir yang memiliki korelasi tertinggi dan terendah dengan kecerdasan emosional (EQ) siswa SMU X dan SMU Y Bandung? (3) Sejauhmana tingkat intensitas dalam berdzikir dan tingkat kecerdasan emosional siswa-siswi SMU X dan SMU Y Bandung.

Artikel ini menjelaskan mengenai data empiris tentang: (1) Keeratatan hubungan antara intensitas dalam berdzikir setelah shalat dan kecerdasan emosi pada siswa SMU X dan SMU Y, (2) Aspek-aspek dari intensitas dzikir siswa SMU X dan SMU Y di Bandung yang memiliki korelasi tertinggi dan terendah dengan kecerdasan emosional, dan (3) Tingkat kecerdasan emosional (EQ) pada siswa SMU X dan SMU Y.

Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian korelasional, untuk mengetahui hubungan antara intensitas dalam berdzikir setelah shalat dengan kecerdasan emosional. Adapun variabel yang diteliti adalah (1) intensitas dalam berdzikir setelah shalat dan (2) kecerdasan emosional.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah semakin rendah intensitas dalam berdzikir setelah shalat semakin rendah kecerdasan emosi siswa SMA Islam di Bandung

Kuesioner tentang dzikir setelah shalat berupa daftar pernyataan yang disusun dengan menggunakan skala Likert berdasarkan teori dzikir.

Untuk mengukur kecerdasan emosional pada siswa SMA digunakan kuesioner yang disusun berdasarkan teori kecerdasan emosional yang diuraikan oleh Daniel Goleman. Kuesioner ini menggunakan skala Likert

Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA X dan siswa SMA Y. Teknik sampling yang digunakan adalah Cluster Random Sampling dimana teknik pengambilan sampel secara random tidak dilakukan terhadap individu tetapi terhadap kelompok.

Adapun data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik korelasi Rank Spearman karena kedua variabel datanya ordinal.

## Landasan Teori

Dalam penelitian ini, istilah dzikir dikaitkan dengan intensitas dalam melakukannya dan dikhususkan kepada dzikir yang mutlaq (doa-doa, wirid) dengan kehadiran batin dan kalbu mahasiswa yang dilakukan menyertai shalat wajib mereka. Dalam penelitian ini, dzikir dibatasi pada pengertian dzikir yang dilakukan setelah shalat. Adapun yang dimaksud dengan intensitas dalam berdzikir adalah kemampuan untuk memahami dan meresapi doa-doa yang diucapkan sewaktu melakukan dzikir setelah shalat. Untuk mampu berdzikir secara intens dapat dilakukan dalam suasana yang hening sehingga dapat merasakan adanya kedekatan dengan Allah SWT.

Aspek-aspek dalam intensitas berdzikir menurut Al Ghazali (1999) mencakup:

### *Khauf yaitu Perasaan Takut kepada Allah*

Yang dimaksud dengan khauf, takut atau gundah yaitu reaksi atas munculnya kekhawatiran terjadinya sesuatu yang membahayakan dan menyakitkan. Takut ada tiga: (1) takut tabi'ie; (2) takut yang bernilai ibadah; (3) takut terhadap sesuatu yang ghaib. Khauf menjadikan kita terhindar dari perbuatan yang membawa bencana, karena takut itu pula orang meningkatkan amal baktinya kepada Allah SWT, demi menuntut keridhoan Allah SWT. Selanjutnya, khauf menurut Imam al Ghazali adalah merasa sedih karena akan terjadi sesuatu yang tidak diinginkan pada masa yang akan datang. Sementara itu, Imam al-Qusyairi menerangkan "khauf akan terjadi hanya pada suatu yang akan datang, baik karena tidak disenangi atau takut terluput dari yang dicintai. Khauf itu sebenarnya adalah takut akan siksaan Allah.

### *Kehadiran Hati*

Yang dimaksud dengan kehadiran hati oleh Al-Ghazali adalah hati hanya terpusat pada apa yang ia panjatkan dan apa yang diucapkan dengan bibirnya, jika pikiran telah terpisah dengan segalanya dan hati dengan penuh konsentrasi tertuju perhatiannya maka kehadiran hati muncul.

### *Mengagungkan Allah*

Al-Qur'an mengajak kita untuk merenungkan tanda-tanda kebesaran Allah SWT di alam semesta dengan merangsang aspek keindahan yang fitri dalam diri manusia (M. Badri, 2001: 95). Unsur keindahan adalah sesuatu yang disengaja dalam wujud ini. Sebab keapikan dari penciptaan tersebut membuat fungsi segala sesuatunya berjalan sempurna sehingga

sesuatunya berjalan sempurna sehingga sampai kepada tingkat keindahan. Kesempurnaan susunan wujud ini tercermin dalam bentuk yang cantik kepada setiap anggotanya dan pada setiap ciptaannya (M. Badri, 2001: 97). Al-Qur'an mengajak kita untuk memperhatikannya; alam dan isinya (makhluk-makhluk kecil) agar kita bisa merenungkannya dan menikmatinya, ayat-ayat Qur'an membangunkan hati agar siap untuk mengamati setiap tempat keindahan yang ada di dalam wujud yang raksasa ini (M. Badri, 2001: 97).

#### *Penuh Harap*

Melakukan dzikir merupakan suatu perbuatan yang sangat bermanfaat. Dengan mengingat Allah SWT akan dapat menumbuhkembangkan harapan kepada Allah SWT. Dzikir dilakukan dengan perasaan penuh harap akan pengampunan Allah SWT. Dengan memperoleh pengampunan Allah SWT, maka akan meringankan pertanggungjawaban manusia ini di dalam mahkamah Agung di hari hisab nanti. Pengharapan ampunan Allah SWT dapat mengalahkan cinta kita kepada selain Allah SWT., apa yang diharapkan hanyalah Pengampunan Allah SWT semata. Yang lain boleh diperoleh, boleh tidak. Kalau ingin mencapai yang lain harus ditundukkan kepada cinta kita kepada Allah. Pengharapan ampunan Allah dipandang sebagai sesuatu prioritas hidup dan kehidupan muslim, terutama dalam dzikirnya. Sikap penuh harap merupakan suatu sikap yang tumbuh dalam diri seseorang, dan apabila pengharapan itu telah tercapai timbullah kelapangan dalam jiwanya, karena telah tercapai apa yang telah diharapkan.

#### *Mengerti yang dibaca*

Yang dimaksud dengan pemahaman atau mengerti adalah adanya sesuatu dibalik yang tampak, pemahaman hati tentang arti ruhani dari apa yang dipanjatkan. Dengan demikian adanya suatu pemahaman bahwa tidak ada satupun yang patut diberikan kepada manusia kecuali hanya kepada Allah SWT dan yakin betul bahwa doanya akan terkabul. Penjelasan dari Al Quran dan Sunnah menunjukkan bahwa ada bacaan-bacaan doa tertentu yang memiliki bobot yang sangat berat seperti "Subhanallah, Alhamdulillah, dan Allahu Akbar," sedangkan ada ungkapan doa tertentu yang dinyatakan oleh hadist sebagai "lebih baik daripada dunia, langit dan segala isinya." Ini menunjukkan bahwa ada doa-doa tertentu yang bernilai lebih dibandingkan dengan doa yang lain. Itu dipahami oleh orang yang membacanya dan membawa imbas bagi orang yang berdoa. Menurut Al Ghazali (M. Smith, 2000: 109) doa yang hanya dibibir saja bukanlah doa sebenar-benarnya sebab menurut Al Ghazali "komunikasi yang pasti" dengan Tuhan tidak akan terjadi sepanjang seseorang kurang

perhatian terhadap doa yang diucapkan atau sepanjang seseorang kurang perhatian terhadap adanya kehadiran Tuhan.

Daniel Goleman (1998) menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan-kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berharap (Daniel Goleman, 1998: 45).

Selanjutnya, Goleman menguraikan setiap ciri dari kemampuan kecerdasan emosional dengan aspek-aspek sebagai berikut:

- (1) Kesadaran diri emosional, terdiri dari perbaikan dalam mengenali dan merasakan emosinya sendiri, lebih mampu memahami penyebab perasaan yang timbul, mengenali perbedaan perasaan dengan tindakan.
- (2) Mengelola emosi, terdiri dari toleransi yang tinggi terhadap frustrasi dan pengelolaan amarah, berkurangnya ejekan verbal, perkelaian dan gangguan, lebih mampu mengungkapkan amarah dengan tepat, tanpa berkelahi, berkurangnya perilaku agresif atau merusak diri sendiri, perasaan yang lebih positif tentang diri sendiri, sekolah dan keluarga, lebih baik dalam menangani ketegangan jiwa, berkurangnya kesepian dan kecemasan dalam pergaulan
- (3) Memotivasi diri sendiri, terdiri dari lebih bertanggung jawab, lebih mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan dan berkonsentrasi, kurang impulsif, lebih menguasai diri, nilai pada tes-tes prestasi meningkat
- (4) Mengenali emosi orang lain, terdiri dari lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, memperbaiki empati dan kepekaan terhadap orang lain, lebih baik dalam mendengarkan orang lain.
- (5) Membina hubungan dengan orang lain, terdiri dari peningkatan kemampuan menganalisis dan memahami hubungan, lebih baik dalam menyelesaikan pertikaian dan merundingkan persengketaan, lebih baik dalam menyelesaikan persoalan yang timbul dalam hubungan, lebih tegas dan terampil dalam berkomunikasi, lebih populer dan mudah bergaul, bersahabat dan terlibat dengan teman sebaya, lebih dibutuhkan oleh teman sebaya, lebih menaruh perhatian dan tenggang rasa, lebih memikirkan kepentingan sosial dan selaras dalam kelompok, lebih suka berbagi rasa, bekerja sama dan suka menolong, lebih demokratis dalam bergaul dengan orang lain (Daniel Goleman, 1998: 403-405).

Dengan demikian kecerdasan emosional menyangkut kemampuan untuk menguasai aspek-aspek dalam emosi yaitu menyadari emosinya sendiri, mampu mengelola emosinya tersebut, mampu mengenal emosi orang lain, mampu memotivasi diri sendiri dalam keadaan emosi yang dialaminya serta mampu membina hubungan baik dengan orang lain. Semakin baik individu

menguasai kelima aspek tersebut semakin baik pula kecerdasan emosinya.

### Kaitan Intensitas Berdzikir dengan Kecerdasan Emosional

Dzikir dalam suasana yang hening akan dapat merasakan kehadiran Allah. Dengan keyakinan seperti itu, seseorang yang berdzikir optimis saat berdo'a. Optimisme ini dipupuk dengan baik sehingga melahirkan mentalitas yang positif. Pemupukan dapat dilakukan melalui pembiasaan berdzikir. Agama mengajarkan dzikir dilakukan sehabis shalat khususnya pada waktu pagi hari dan 2/3 malam. Pembiasaan ini akan mempengaruhi jiwa pelakunya kemudian menguatkan rasa takut kepada Allah yang bermuara pada kesabaran (QS 22: 35, 6, 118). Dengan berdzikir akan menjadi mawas diri, hatinya menjadi tenang dan kualitas hidupnya akan lebih bermakna (QS 13: 28). Dengan berdzikir orang akan mengingat kesalahan-kesalahan dan kedzaliman yang pernah dilakukannya (QS 33: 135).

Kondisi inilah yang membuat orang menjadi lebih tenang dan emosinya menjadi lebih stabil. Ketenangan hati ini mempengaruhi sikap dan perilakunya. Dzikir bermanfaat karena dapat (1) menghilangkan kesedihan dan kemuraman hati, (2) menimbulkan rasa percaya diri, (3)

menumbuhkan rasa cinta dan kebahagiaan. Pendapat ini bersumber dari QS. 57: 16 bahwa orang yang jarang berdzikir hatinya akan keras dan kasar. Dari ayat tersebut dapat dijelaskan bahwa sebaliknya orang yang banyak berdzikir, hatinya akan lembut karena dzikir akan membentuk sifat dan suasana hati. Yang oleh Al Tujibi dikatakan sebagai "layyin al qalbu" yaitu kalbu yang lunak atau hati yang tunduk. Dari berbagai sumber di atas jelaslah bahwa kebiasaan berdzikir dengan khusyu akan mempengaruhi kondisi psikologis seseorang yaitu membuat kondisi emosi menjadi lebih tenang. Dengan ketenangan yang diperoleh individu akan lebih mampu mengenali emosinya, mengelola emosinya, memotivasi dirinya untuk bertindak dalam cara yang sesuai dengan tuntutan lingkungan, mengenal emosi orang lain dan membina hubungan yang harmonis dengan orang lain.

### Hasil Penelitian dan Pembahasan

Dari pengolahan data diperoleh hasil seperti divisualisasikan dalam tabel 1. Dari penelitian juga diperoleh data tambahan hasil korelasi antara intensitas dzikir dengan kecerdasan emosional yang divisualisasikan di Tabel 2.

Dari penelitian ini juga diperoleh data tambahan mengenai tingkat intensitas dzikir dan tingkat kecerdasan emosional dengan melihat

**Tabel 1**  
**Rekapitulasi Hasil Pengujian Statistik**

Korelasi	Hasil	Kesimpulan	Keterangan
Hubungan antara intensitas dzikir setelah shalat dengan kecerdasan emosional	$r = 0,468$ $p = 0,002$	Ada hubungan antara intensitas dzikir setelah shalat dengan kecerdasan emosional	Hipotesis penelitian diterima
Hubungan antara intensitas dzikir setelah shalat aspek khauf dengan kecerdasan emosional	$r = 0,079$ $p = 0,002$	Tidak ada hubungan antara intensitas dzikir aspek khauf dengan kecerdasan emosional	Hipotesis penelitian ditolak
Hubungan antara intensitas dzikir setelah shalat aspek kehadiran hati dengan kecerdasan emosional	$r = 0,088$ $p = 0,002$	Tidak ada hubungan antara intensitas dzikir aspek kehadiran hati dengan kecerdasan emosional	Hipotesis penelitian ditolak
Hubungan antara intensitas dzikir setelah shalat aspek mengagungkan Allah dengan kecerdasan emosional	$r = 0,409$ $p = 0,002$	Ada hubungan antara intensitas dzikir aspek mengagungkan Allah dengan kecerdasan emosional	Hipotesis penelitian diterima
Hubungan antara intensitas dzikir setelah shalat aspek penuh harap dengan kecerdasan emosional	$r = 0,399$ $p = 0,002$	Ada hubungan antara intensitas dzikir aspek penuh harap dengan kecerdasan emosional	Hipotesis penelitian diterima
Hubungan antara intensitas dzikir setelah shalat aspek mengerti apa yang dibaca dengan kecerdasan emosional	$r = 0,509$ $p = 0,002$	Ada hubungan antara intensitas dzikir aspek mengerti apa yang dibaca dengan kecerdasan emosional	Hipotesis penelitian diterima

**Tabel 2**  
**Data Tambahan Hasil Korelasi Intensitas Dzikir dengan Kecerdasan Emosional**

Keterangan	r	n
Total	0,468	92
SMU X	0,526	32
SMU Y	0,513	60
Pria / siswa laki-laki	0,488	47
Wanita / siswa perempuan	0,306	45
Siswa Kelas 1	0,517	54
Siswa kelas 2	0,367	38

penghitungan nilai median, yang akan divisualisasikan pada tabel 3.

Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat korelasi dalam taraf sedang ( $r = 0,468$ ) antara intensitas dalam berdzikir yang dilakukan setelah shalat dengan kecerdasan emosi. Hasil perhitungan median menunjukkan bahwa 51,09 % (atau 47 orang dari 92 orang) mempunyai skor di bawah median. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin kurang intensitasnya dalam berdzikir yang dilakukan setelah shalat maka semakin rendah kecerdasan emosi pada siswa SMU X dan SMU Y. Dengan demikian hipotesis penelitian yang diajukan teruji.

Secara konseptual dengan berzikir secara intens akan dapat merasakan kehadiran Allah. Dengan keyakinan seperti itu, seseorang yang berdzikir optimis saat berdo'a. Optimisme ini dipupuk dengan baik sehingga melahirkan mentalitas yang positif. Pemupukkan dapat dilakukan melalui pembiasaan untuk berdzikir. Agama mengajarkan dzikir dilakukan sehabis shalat khususnya pada waktu pagi hari dan dua pertiga malam.

Pembiasaan ini yang akan mempengaruhi jiwa pelakunya, kemudian menguatkan rasa takut kepada Allah yang bermuara pada kesabaran (QS 22: 35, 6, 118). Dengan berdzikir akan menjadi mawas diri, hatinya menjadi tenang dan kualitas hidupnya akan lebih bermakna (QS 13: 28). Dengan berdzikir orang akan mengingat kesalahan-kesalahan dan kedzaliman yang pernah dilakukannya (QS 33: 135). Kondisi inilah yang membuat orang menjadi lebih tenang dan emosinya menjadi lebih stabil. Ketenangan hati ini mempengaruhi sikap dan perilakunya. Analoginya adalah apabila dzikir dilakukan dengan tidak intens maka pengaruhnya terhadap kondisi emosipun menjadi kurang bagus. Demikian juga yang terjadi pada siswa-siswa SMU X dan SMU Y. Dari wawancara diperoleh bahwa siswa-siswi melakukan dzikir setelah shalat lebih banyak hanya

formalitas saja lebih dihayati sebagai kewajiban bukan sebagai kebutuhan atau keinginannya sendiri. Selain itu, kondisi lingkungan sewaktu mereka melakukan dzikir juga tidak menunjang. Salah satu syarat agar dapat berdzikir secara intens adalah apabila tempatnya hening. Sementara di Y khususnya sebagian siswa masuk pagi hari dan sebagian yang lain ada yang masuk siang hari. Siswa yang masuk pagi hari bisa shalat berjamaah bersama-sama dengan guru, sementara siswa yang masuk siang hari sering datang terlambat untuk berjamaah, sehingga mereka membuat kelompok lain untuk melakukan solat berjamaah. Hal ini yang menyebabkan masjid/tempat shalat menjadi berisik/ tidak tenang karena siswa keluar –masuk masjid. Sementara guru yang terlibat untuk mengawasi siswa dalam kegiatan shalat dan berdzikir sangat terbatas. Keterlibatan guru ini diperlukan untuk mengingatkan siswa apabila siswa berisik atau bergurau sewaktu berada di tempat shalat karena mengganggu teman-teman yang sedang melakukan dzikir. Dalam kondisi seperti itu sulit untuk berdzikir secara intens. Dzikir yang tidak intens tidak akan menghayati dan memahami doanya serta tidak faham akan permintaan yang ditujukan kepada Allah SWT sehingga dzikir tersebut hanya berfungsi sebagai ritualitas atau kewajiban semata. Adapun dzikir yang intensif diharapkan dapat diresapi sehingga siswa mengetahui makna doa yang diucapkan dan permintaan yang dipanjatkan. Hal inilah yang dapat memantau perilaku yang ditampilkan minimal sampai waktu sholat berikutnya.

Kesulitan ini juga akan berhubungan dengan kondisi emosinya, artinya kecerdasan emosi pun menjadi tidak tinggi. Ditunjukkan oleh masih seringnya mereka membolos, tidak mengerjakan tugas meskipun konsekuensinya dihukum oleh guru, datang terlambat tanpa merasa bersalah kurang peduli pada waktu ada teman yang sakit, cepat marah hanya karena masalah sepele. Hal-hal tersebut menunjukkan tingkat kecerdasan

**Tabel 3**  
**Tingkat Intensitas Dzikir dan Kecerdasan Emosional**

Keterangan	Tinggi		Rendah		Total	
Intensitas Dzikir	45	48,91 %	47	51,09 %	92	100 %
Kecerdasan Emosional	46	50 %	46	50 %	92	100 %

**Tabel 4**  
**Tingkat Intensitas Dzikir Wanita dan Pria**

Keterangan	Tinggi		Rendah		Total	
Wanita	31	68,89%	14	31,11 %	45	100 %
Pria	15	31,91%	32	68,09 %	47	100 %

**Tabel 5**  
**Tingkat Intensitas dzikir Siswa SMU X dan SMU Y**

Keterangan	Tinggi		Rendah		Total	
SMU X	13	40,63 %	21	59,37 %	32	100 %
SMU Y	33	55 %	27	45 %	60	100 %

**Tabel 6**  
**Tingkat Kecerdasan Emosional Wanita dan Pria**

Keterangan	Tinggi		Rendah		Total	
Wanita	16	33,56 %	29	66,44 %	45	100 %
Pria	20	42,55 %	27	57,45 %	47	100 %

**Tabel 7**  
**Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa SMU X dan SMU Y**

Keterangan	Tinggi		Rendah		Total	
SMU X	19	59,38 %	13	40,62 %	32	100 %
SMU Y	27	45 %	33	55 %	60	100 %

emosi yang rendah.

Pada masa remaja kegiatan mereka lebih banyak di luar karena merupakan masa untuk mengembangkan diri, masa untuk mencari identitas diri, masa berkelompok dengan teman sebaya, sehingga kegiatan-kegiatannya bersifat keduniawian. Oleh karena itu hal-hal yang berkaitan dengan pendekatan diri kepada Tuhan sebagaimana yang seharusnya dilakukan ketika berdzikir menjadi kurang intensif. Hal inilah yang berkaitan dengan kecerdasan emosionalnya, yang ditunjukkan oleh mudahnya terpengaruh oleh

teman sebayanya. Hal ini dikuatkan oleh hadist yang menjelaskan Allah mencintai orang-orang yang intens dalam berzikir terutama pada orang-orang yang muda. Hadist ini menjelaskan bahwa memang pada orang-orang muda terutama remaja lebih banyak dipengaruhi oleh kehidupan duniawinya.

Aspek yang mempunyai korelasi tertinggi antara intensitas dalam berdzikir dengan kecerdasan emosional adalah aspek mengerti apa yang dibaca dalam bacaan dzikir, yaitu sebesar  $r = 0,509$ . Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa

semakin tidak paham apa yang dibaca dalam berdzikir semakin rendah kecerdasan emosinya. Hal inilah yang terjadi pada siswa-siswi SMU X dan SMU Y. Secara konseptual dikatakan penjelasan dari Al Qur'an dan Sunnah menunjukkan bahwa ada bacaan-bacaan do'a tertentu yang tampaknya memiliki bobot yang sangat berat, seperti "Subhanallah, Alhamdulillah, dan Allahu akbar", sedangkan ada ungkapan doa tertentu yang dinyatakan oleh hadits sebagai "lebih baik daripada dunia, langit dan segala isinya". Ini menunjukkan bahwa ada do'a-do'a tertentu yang bernilai lebih dibanding dengan yang lain. Jika doa tersebut dipahami oleh orang membacanya membawa pengaruh bagi orang yang berdo'a.

Dari sudut pandang psikologi orang yang secara kognitif mengetahui bahwa sesuatu perbuatan itu baik untuk dilakukan belum tentu akan tergerak untuk melakukan (konatif). Apalagi apabila tidak dipahami. Hal inilah yang dapat menjelaskan siswa-siswa yang tidak paham terhadap doa yang diucapkan tentu saja tidak berkaitan dengan perilakunya. Sebagai contoh, doa dalam dzikir setelah shalat adalah mohon kesabaran, mohon ampun, tetapi karena tidak tahu maknanya maka doa tersebut tidak diikuti dengan perilaku tidak mudah marah, tidak mudah tersinggung, mengikuti aturan yang dibuat oleh sekolah, bersedia membantu teman baik yang diminta maupun tidak, yang menjadi cermin dari kecerdasan emosi yang tinggi.

Dari hasil penelitian juga ditemukan bahwa korelasi antara intensitas dalam dzikir dengan kecerdasan emosi pada pria lebih tinggi daripada wanita. Artinya pria cenderung kurang intens dalam berdzikir dan kecerdasan emosinya lebih rendah daripada wanita. Dari hasil perhitungan median, menunjukkan bahwa skor di atas median jauh lebih banyak wanita (64, 44 %) dibandingkan dengan laki-laki (34,04).

Hal ini menunjukkan bahwa intensitas dalam berdzikir dan kecerdasan emosi pada siswa laki-laki lebih rendah dibandingkan dengan siswa wanita. Siswa wanita lebih intens dalam berdzikir dan lebih cerdas emosinya dibandingkan dengan siswa pria. Karena wanita lebih intens dalam berdzikir maka jika dikaitkan dengan kecerdasan emosi, wanita lebih mampu mengelola emosinya, lebih ada kesediaan untuk berempati dengan orang lain, lebih bersedia mengikuti aturan, lebih mudah diajak bekerja sama yang kesemuanya mencerminkan kecerdasan emosi yang tinggi. Dalam Al-Quran surat Maryam ditegaskan bahwa wanita lebih intens dalam berdzikir dibandingkan dengan pria, ketaatan wanita juga lebih tinggi daripada pria.

Hasil penelitian pada siswa-siswi SMU X dan Y ini juga menunjukkan bahwa korelasi antara kurangnya intensitas dalam berdzikir setelah shalat

dengan rendahnya kecerdasan emosi pada siswa-siswi kelas 2 lebih kecil dibandingkan dengan kelas 1 baik pada SMU X maupun SMU Y ( $r$  untuk kelas 1 =0,517 sementara  $r$  untuk kelas 2=0,367). Hal ini dimungkinkan karena siswa kelas 2 telah menerima pembinaan agama lebih lama dibandingkan dengan kelas 1. Selain itu siswa kelas 2 juga sudah mempersiapkan diri lebih matang untuk masa depannya sehingga kekhusukan berdzikir juga lebih tinggi. Demikian pula hal-hal yang sifatnya menentang aturan, melanggar disiplin menjadi berkurang.

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa tidak ada korelasi antara intensitas dalam berdzikir aspek khauf dan aspek kehadiran hati dengan kecerdasan emosional pada siswa-siswi SMU X dan SMU Y Bandung. Hal ini dimungkinkan karena kedua aspek tersebut mempunyai makna yang cukup dalam. Menurut Ibnu Qudamah al-Muqoddasi yang dikutip oleh Syukur (dalam Al Ghazali, 1999), khauf mendorong orang untuk mempraktekkan ilmu pengetahuan dan lebih banyak beramal karena dengan ilmu dan amal akan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT. Sementara pada remaja SMU hal tersebut masih jauh dari jangkauannya, karena remaja masih dalam usia mencari ilmu untuk menghadapi masa depannya. Mereka masih tergantung secara finansial kepada orang tuanya dan kemampuan berpikirnya masih tertuju kepada diri sendiri, masih memikirkan "kekinian" yang ia hadapi sehari-hari. Hal inilah yang menyebabkan khauf tidak berhubungan dengan kecerdasan emosi.

Demikian pula pada aspek kehadiran hati. Menurut al-Ghazali kehadiran hati adalah terpusat pada apa yang dipanjatkan dan apa yang diucapkan oleh bibir jika pikiran telah terpisah dengan seglanya dan hati penuh dengan konsentrasi tertuju perhatiannya maka kehadiran hati akan muncul. Sementara dari hasil data yang diperoleh serta fenomena yang ditemukan menunjukkan bahwa selama berdzikir setelah shalat, siswa kebanyakan ingin cepat-cepat selesai. Kadang berdzikir sambil bergurau atau sekedar diam saja sehabis sholat karena ada guru. Hal inilah yang menyebabkan aspek kehadiran hati menjadi rendah dan tidak berhubungan dengan kecerdasan emosinya. Selain itu juga ditunjang oleh rendahnya aspek memahami apa yang dibaca sewaktu berdzikir.

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa siswa-siswi SMU tersebut kurang memahami doa-doa dzikir yang diucapkan setelah mereka shalat. Tanpa memahami arti dari yang dibaca sulit bagi seseorang untuk dapat memunculkan "kehadiran hati". Sebagaimana yang diungkapkan oleh Al Ghazali bahwa doa yang diucapkan di bibir saja bukanlah doa yang sebenar-benarnya. Sebab Al-Ghazali menyatakan bahwa "komunikasi yang pasti"

dengan Tuhan tidak akan berjalan sepanjang seseorang kurang perhatian tentang kehadirannya.

## Simpulan

Ada korelasi antara intensitas dzikir yang dilakukan setelah shalat dengan kecerdasan emosional pada siswa-siswi SMU X dan SMU Y Bandung. Artinya, semakin kurang intens dzikir yang dilakukan setelah shalat maka semakin rendah tingkat kecerdasan emosionalnya pada siswa-siswi SMU X dan SMU Y Bandung.

Aspek intensitas dzikir setelah shalat yang paling tinggi korelasinya dengan kecerdasan emosional adalah aspek mengerti apa yang dibaca. Artinya semakin siswa-siswi SMU X dan SMU Y kurang memahami doa-doa yang dibaca sewaktu berdzikir setelah shalat maka semakin rendah korelasinya, mereka cenderung masih berperilaku kurang terpuji dan kurang berempati kepada orang lain. Sedangkan aspek intensitas dzikir yang paling rendah korelasinya dengan kecerdasan emosional adalah aspek penuh harap. Adapun aspek-aspek dalam intensitas dzikir yang tidak mempunyai korelasi dengan kecerdasan emosional adalah kehadiran hati dan aspek takut akan ancaman Allah SWT. Artinya perilaku mereka yang sering melanggar aturan, cara belajar mereka yang kurang mempunyai motivasi tinggi, kekurangpedulian mereka kepada orang lain, tidak ada kaitannya dengan kehadiran hati dan takut akan ancaman Allah SWT.

Intensitas dzikir yang dilakukan siswa-siswi SMU X dan SMU Y tergolong kurang. Demikian juga tingkat kecerdasan emosionalnya termasuk rendah.

Populasi dalam penelitian ini hanya terdiri dari dua sekolah SMU Islam. Dengan demikian hasil penelitian ini belum mencerminkan gambaran secara menyeluruh profil dari SMU-SMU Islam, khususnya yang berada di Kodya Bandung. Oleh karena itu, bagi peneliti yang tertarik untuk mengkaji masalah yang sama disarankan untuk mengambil populasi yang lebih luas, sehingga hasilnya dapat digeneralisasikan untuk menggambarkan secara lebih rinci tentang dzikir yang dilakukan oleh anak-anak SMU Islam tersebut dihubungkan dengan kecerdasan emosinya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat

intensitas dzikir setelah shalat rendah dan tingkat kecerdasan emosinya juga rendah. Adapun korelasi tertinggi antara intensitas dzikir dan kecerdasan emosi adalah pada aspek mengerti arti yang dibaca dalam dzikir. Oleh karena itu, perlu dicari metode-metode lain selain metode yang sudah digunakan untuk meningkatkan intensitas dzikir dalam hal bagaimana siswa memahami apa yang diucapkan. Cara yang bisa dilakukan antara lain yaitu dengan meningkatkan peran imam shalat tidak hanya pada saat shalat berjamaah tetapi juga pada waktu berdzikir setelah shalat. Jika memungkinkan melibatkan guru yang lebih banyak untuk membimbing dzikir setelah shalat.

Dalam penelitian selanjutnya hendaknya angket dzikir dilengkapi dengan beberapa pernyataan yang berkaitan dengan dzikir yang dilakukan di luar sekolah serta aktivitas selingan yang dilakukan ketika waktu-waktu senggang.

Dengan demikian data yang diperoleh menjadi lebih bervariasi dan pembahasannya menjadi lebih kaya.

## Daftar Pustaka

- Al-Ghazali. (1999). *Al-Asma' al-Husna*, Bandung: Pustaka Hidayah.
- Al-Ghazali. (2000). *Keajaiban Hati* (Terjemahan: Muhammadal-Baqir). Bandung: Karisma.
- Al-Ghazali. (1998). *Mutiara Ihya Ulumuddin*, (terjem: Irwan Kurniawan). Bandung: Mizan.
- Cooper dan Ayman, (1999). *Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi*. Jakarta: Gramedia.
- Dahlan, (et al.). (1997). *Ensiklopedi Islam (jilid 3)*. Jakarta: Ihtiar Baru van Hoove.
- Departemen Agama RI. (2006). *Al Hikmah Al Qur'an dan Terjemahnya*. Bandung: Diponegoro.
- Dossey, Larry, (1997). *Kata-Kata Yang Menyembuhkan*. Jakarta: Gramedia.
- Goleman, D., (1998). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia.
- Nakamura, Kojiro, (2005). *Metode dzikir dan Doa Al-Ghazali*. Bandung: Mizan Pustaka.