

KECERDASAN EMOSIONAL DALAM AL-QUR'AN

¹⁾Stephani Raihana Hamdan

¹⁾Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

¹⁾ Email : stephanie.raihana@gmail.com

Abstrak

Kecerdasan emosional merupakan faktor yang menentukan langkah hidup seseorang sehingga mengantarkan pada keunggulan hidup. Goleman menyatakan kecerdasan emosional dapat dilihat dari kemampuan mengenal emosi diri, kemampuan mengelola emosi diri dengan tepat, kemampuan memotivasi diri, kemampuan mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan membina hubungan dengan orang lain. Berabad-abad sebelum Goleman berbicara mengenai kecerdasan emosional, terdapat ajaran yang telah mengarahkan manusia untuk mencapai kesuksesan dunia maupun akhirat. Wahyu Allah melalui Nabi Muhammad SAW dalam bentuk Al-Qur'an telah mengajarkan manusia untuk meraih kesuksesan hidup. Oleh karena itu berdasarkan studi yang dilakukan terhadap para penghafal Al-Qur'an (*hafidz Qur'an*), penulis ingin membuktikan kecerdasan emosional merupakan bagian dari nilai-nilai Qur'ani.

Kata kunci : Kecerdasan emosional, Al-Qur'an, Hafidz.

Abstract

Emotional Intelligence is a factor that become a key to success in life. Goleman define emotional intelligence as the ability to identify, controls, and motivate the emotions of oneself, empathy and engaging good relationships with others. Centuries before Goleman starts to speak about emotional intelligence, Prophets Muhammad SAW tried to spread the message that can make people succeed in life and beyond. This message summarized as Al-Qur'an. From the study of hafidz Qur'an, author try to acknowledge the emotional intelligence as part of the values of the Al-Qur'an's message.

Keyword : Emotional intelligence, Al-Qur'an, Hafidz.

Pendahuluan

Semenjak Nabi Muhammad SAW menerima Al-Qur'an sebagai wahyu yang diturunkan oleh Allah SWT, penghafalan terhadap ayat-ayat suci Al-Qur'an mulai dilakukan. Banyak perintah Nabi Muhammad SAW yang mengatakan betapa mulianya seseorang yang berusaha menghafalkan Al-Qur'an. Seperti dalam hadis yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Imam Ahmad, Rasulullah SAW bersabda: "Orang yang terbaik di antara kalian ialah orang yang mempelajari Al-Qur'an dan mengerjakannya". (Sa'dulloh, 2005) Universitas Islam Bandung (Unisba) sebagai salah satu perguruan tinggi Islam merupakan bagian dari usaha perjuangan nilai Islam. Unisba berusaha dengan berbagai cara untuk menjaga kemuliaan agama Islam. Salah satu usahanya adalah dengan menerapkan program beasiswa penuh bagi para

penghafal Al-Qur'an 30 Juz (**Hafidz Qur'an**) yang ingin menempuh pendidikan Sarjana di Unisba. Tercatat sebanyak 11 mahasiswa Unisba yang terdaftar resmi sebagai Hafidz Qur'an.

Dari hasil wawancara dengan kemahasiswaan Unisba, dosen-dosen dan rekan-rekan mahasiswa yang berinteraksi dengan mahasiswa hafidz, peneliti mendapat gambaran bahwa mahasiswa *hafidz* ini memiliki tingkah laku unggul, prestatif dan dapat menyesuaikan diri. Mahasiswa *hafidz* memiliki indeks prestasi tinggi, aktif dalam kegiatan kemahasiswaan, memiliki rasa hormat yang tinggi pada orang yang lebih tua, mampu bersikap tenang bila menghadapi masalah, berdisiplin tinggi dalam mengembangkan ilmu Qur'an dan ibadah serta rendah hati dengan sesamanya.

Jika dilihat dari pandangan agama, pembentukan pribadi para *hafidz* ini tentunya tidak lepas dari pengaruh pendidikan agama, dalam hal ini pendidikan Al-Qur'an yang diterapkan pada dirinya. Nabi Muhammad SAW telah menjanjikan bahwa dengan mengamalkan Al-Qur'an maka sesungguhnya Allah akan meningkatkan derajat seseorang "*Sesungguhnya dengan kalam ini (Al-Qur'an) Allah mengangkat derajat umat dan merendahkan yang lainnya .*" (**HR. Muslim**, dalam **Rauf, 1996**). Peneliti berasumsi bahwa kecerdasan emosional merupakan faktor internal yang menjadikan para *hafidz* ini menampilkan perilaku prestatif dan menyesuaikan diri dan keunggulan tingkah laku para *hafidz* sesungguhnya merupakan cerminan pengamalan ajaran Al-Qur'an. Berdasarkan paparan-paparan inilah, peneliti tertarik meneliti lebih jauh bagaimana kecerdasan emosional para mahasiswa penghafal Al-Qur'an (Hafidz Qur'an) di Unisba. Hal ini dilakukan dalam rangka pembuktian asumsi bahwa mahasiswa hafidz Qur'an memiliki kecerdasan emosi tinggi yang merupakan hasil dari nilai Al-Qur'an yang mereka hafalkan dan amalkan.

Metode

Penelitian mengenai kecerdasan emosional pada mahasiswa penghafal Al-Qur'an (*hafidz Qur'an*) di Fakultas Dirosah Islamiyyah Universitas Islam Bandung adalah suatu penelitian yang dibahas secara deskriptif. (**Sedarmayanti, 2002**)

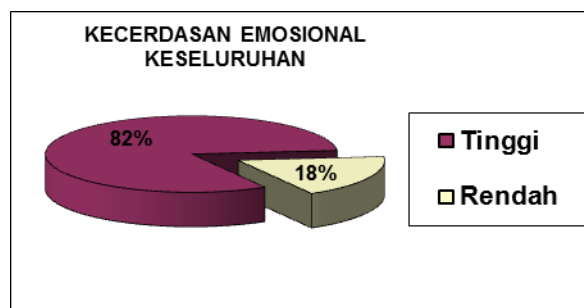
Subjek penelitian adalah mahasiswa penghafal Al-Qur'an (*hafidz Qur'an*) di Fakultas Dirosah Islamiyyah Universitas Islam Bandung. Variabel yang diukur adalah variabel kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) yang didasarkan pada teori **Daniel Goleman**.

Alat ukur penelitian ini adalah modifikasi dari alat ukur **EQ-I Bar-On** sehingga alat ukur disesuaikan dengan fenomena penelitian ini. Alat ukur EQ-I ini diadaptasikan peneliti kedalam 120 item yang menjangkau aspek-aspek kecerdasan emosional diri subjek penelitian. Subjek diminta untuk menentukan apakah pernyataan tersebut sesuai atau tidak sesuai dengan kondisi dirinya. Setiap item memiliki alternatif jawaban yang menunjukkan derajat kesesuaian dan ketidaksesuaian dengan diri. Penilaian skala Kecerdasan Emosional menggunakan pendekatan **Likert** yakni *Summated Rating Scale*. (**Azwar, 2004**).

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif dengan menggunakan metode statistik persentase (%). Alasan menggunakan teknik persentase ini adalah dikarenakan data yang digunakan ordinal, data yang didapat bersifat kuantitatif dan data statistik berbentuk non parametrik. Nilai kategori tinggi bila $\geq 50\%$, sedangkan nilai kategori rendah bila $< 50\%$.

Hasil Pembahasan

Tabel 1
Hasil Persentase Kecerdasan Emosional



Berdasarkan diagram di atas, maka dapat disimpulkan bahwa 81,82 % (9 orang) memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Hal ini berarti kebanyakan mahasiswa *hafidz* mampu mengenali perasaan dirinya, dan kemudian mengelola emosinya tersebut agar dapat bertindak konstruktif, dengan kemampuan mengelola emosi dengan baik, para *hafidz* mampu memotivasi diri untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai. Para *hafidz* juga memiliki kapasitas untuk memahami orang lain guna menjalin hubungan sosial yang efektif. Peneliti menemukan faktor kesamaan yang menonjol pada kesembilan subjek berkategori tinggi adalah memiliki latar belakang pendidikan pesantren, bahkan enam diantaranya berasal dari pesantren yang sama. Meski pada dasarnya proses belajar meningkatkan kecerdasan emosi dapat berlangsung dimana saja dan kapan saja, namun kondusifitas lingkungan pendidikan pesantren dapat memberikan peranan dalam membentuk kecerdasan emosional subjek menjadi lebih tinggi. Hal ini ditunjang oleh hasil penelitian dari **Muthmainah (1998)** yang membuktikan bahwa lingkungan pesantren berpengaruh terhadap kecerdasan emosional para santrinya.

Hasil Pengukuran Kecerdasan Emosi Berdasarkan Aspek

Tabel 2 Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Aspek Kecerdasan Emosi	Persentase
Aspek Mengenali Emosi Diri	91 %
Aspek Mengelola Emosi Diri	73 %
Aspek Motivasi Diri	82 %
Aspek Empati	100 %
Aspek Membina Hubungan Dengan Orang Lain	82 %

Aspek Mengenali Emosi Diri

Secara keseluruhan 10 subjek penelitian memiliki kemampuan mengenal emosi diri yang tinggi dengan persentase 91 %. Para *hafidz* memiliki tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri mereka. Mereka mengevaluasi kekuatan dan batas-batas diri sehingga dapat mengetahui hal-hal yang perlu diperbaiki dan ditingkatkan. Hal ini terjadi karena para *hafidz* berasal dari lingkungan keluarga, sekolah dan organisasi yang melaksanakan aturan agama Islam yang mendidik bagaimana para *hafidz* harus bersikap dan bertingkah laku Islami. Batasan norma agama ini terus terjaga karena para *hafidz* ini berada di lingkungan yang diwarnai nilai-nilai Islam.

Selain itu proses menghafalkan Al-Qur'an yang dijalani para *hafidz* semenjak mereka masih remaja menuntut mereka untuk menjaga perilakunya agar sesuai dengan aturan agama dan menjauhi segala kegiatan yang bersifat sia-sia (*laghwu*). Para *hafidz* dilatih untuk senantiasa memantau keadaan diri (*muraqabah*) agar perbuatan dirinya tetap dalam ketakwaan. Dari hasil analisa item, 1 subjek yang masih rendah, merupakan subjek termuda yang masih yang berada dalam tahap transisi dari remaja akhir ke dewasa awal sehingga memungkinkan adanya penghayatan diri yang merasa belum sepenuhnya mencapai kedewasaan sehingga membuat dirinya belum menerima keadaan dirinya apa adanya. Namun hal ini berpotensi meningkat bila ia mulai mencapai kedewasaan diri.

Maka dalam pengertian Islam, dimensi kesadaran diri sesungguhnya dikenal sebagai proses *muraqabah* dan *muhasabah*. **Muraqabah** adalah suatu proses dalam diri manusia saat mengawasi amal perbuatannya dengan mata yang tajam. (Hawwa, 1998) Hal ini didasarkan pada Q.S. An-Nisaa [4] : 1 yang berbunyi : “*Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu.*” Rasulullah bersabda bahwa hendaknya umat muslim senantiasa mengawasi amal perbuatan diri sebagaimana hadits **Abu Nu'aim** berikut : “*Beribadahlah kepada Allah seolah-olah engkau melihat-Nya, sekalipun kamu tidak melihat-Nya tetapi Dia melihatmu.*”

Proses kesadaran diri yang kedua adalah *muhasabah*. **Muhasabah** adalah menilai dan menimbang kebaikan serta keburukan yang telah diperbuat oleh diri. Hal

ini menjadi ladang koreksi diri untuk memperbaiki amal ibadah di masa depan. (Ghazali, 2008)

Koreksi diri ini didasarkan pada ayat berikut ini : *“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.”* (Q.S. Al-Hasyr [59] : 18)

Al Hasan bin Ali ra pernah berkata : *“Orang mukmin selalu mengevaluasi dirinya, ia menghisabnya karena Allah. Hisab akan menjadi ringan bagi orang-orang yang telah menghisab diri mereka di dunia dan akan menjadi berat pada hari kiamat bagi orang-orang yang mengambil perkara ini tanpa muhasabah.”* (Hawwa, 1998) Proses *muraqabah* dan *muhasabah* merupakan bagian penting dalam hidup seorang muslim. Dengan alat inilah, seseorang mengetahui sejauhmana kebaikan dan keburukan yang telah ia perbuat, batas kemampuan dirinya dan menjadi tolok ukur diri dalam menentukan rekonstruksi amal ibadahnya di masa didepan.

Aspek Mengelola Emosi Diri

Berdasarkan perhitungan hasil data pengukuran aspek mengelola emosi diri mahasiswa *hafidz* Al-Qur'an Unisba, didapat bahwa sebanyak 72,7 % (8 orang) subjek penelitian memiliki kemampuan mengelola emosi yang tinggi dan sebanyak 3 orang berkategori rendah. Sebanyak 10 orang subjek lain yang mendapat kategori tinggi memiliki kemampuan dalam mengelola emosi mereka sehingga mampu mengelola dengan baik perasaan-perasaan impulsif dan emosi-emosi yang menekan mereka. Mereka mampu bersikap tenang dan memiliki kejernihan emosi. Hal ini berbeda dengan memendam emosi yang dapat memberikan efek negatif. Dari hasil wawancara dengan para *hafidz*, biasanya mereka bercerita dan bertukar pendapat dengan teman atau guru agama. Saat bercerita dan bertukar pendapat itulah para *hafidz* diingatkan kembali pada nasihat kesabaran, dimana sabar menurut pandangan Islam yang dianut kuat para *hafidz* merupakan pilihan utama dalam menghadapi segala situasi. 3 orang berkategori rendah menyatakan memiliki hambatan untuk bercerita dan bertukar pendapat dengan terbuka. Hal ini perlu dinilai dari sudut pandang para *hafidz* yang sangat menjaga tutur kata dan perbuatan mereka sehingga cenderung sangat menjaga perkataan dari kata-kata yang buruk yang mungkin muncul bila mereka bercerita.

Dalam Islam, kemampuan mengendalikan emosi dan menahan diri disebut *sabar*. Orang yang paling sabar adalah orang yang paling tinggi dalam kecerdasan emosionalnya. Ia biasanya tabah dalam menghadapi kesulitan. Ketika belajar orang ini tekun. Ia berhasil mengatasi berbagai gangguan dan tidak memperturutkan emosinya. Ia dapat mengendalikan emosinya.

Kemampuan bersikap tenang dan memiliki kejernihan emosi berkaitan dengan kemampuan mereka meregulasikan emosi. Ibadah yang dilakukan oleh para *hafidz* untuk mengendalikan emosi yang dirasakan sehingga memperoleh kembali ketenangan, diantaranya adalah membaca Al-Qur'an, mengingat Allah (*dzikir*) dan

shalat. Ketika manusia merasakan gejolak emosi di dalam dirinya, Al-Qur'an menganjurkan manusia untuk mengendalikan emosi yang dirasakan. Sesungguhnya mengontrol diri dengan mengingat Allah. Hal ini sesuai dengan **Q. S. Ar-Rad [13] : 28** yang berbunyi : *“Orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”*

Aspek Motivasi

Berdasarkan perhitungan hasil data pengukuran aspek memotivasi diri mahasiswa *hafidz* Al-Qur'an Unisba, didapat bahwa sebanyak 81,8 % (9 orang) subjek penelitian memiliki kemampuan memotivasi diri yang tinggi, hanya 2 orang berkategori rendah yaitu A dan E. Prestasi menjadi *hafidz* Al-Qur'an merupakan manifestasi dari kemampuan motivasi yang tinggi. Proses menghafal dan mempertahankan hafalan Al-Qur'an didasari adanya motivasi tinggi, semangat dan ketekunan. mereka merasa terdorong untuk melakukan hal dengan lebih baik atau memenuhi standar keberhasilan merupakan bagian dari aspek memotivasi diri. Jika dilihat dari latar belakang pendidikan Al-Qur'an yang didapatkan para mahasiswa *hafidz*, mereka terbiasa untuk melakukan hal yang lebih baik. Dimulai dari kebiasaan memperbaiki bacaan Al-Qur'an setiap harinya. Mereka dituntut memperbaiki bacaan Al-Qur'an agar sesuai kaidah hukum tajwid sebagai standar keberhasilan. Dorongan untuk melakukan hal yang lebih baik ini didasarkan anjuran dari Nabi SAW untuk melakukan hal lebih baik dari kemarin, karena jika sama atau kurang maka sesungguhnya diri kita merugi.

Pada subjek E didorong mengkhawatirkan hafalan Al-Qur'an oleh kakak perempuannya. Kesepuluh *hafidz* Al-Qur'an memiliki motivasi internal dan tidak terdorong oleh siapapun untuk menjadi *hafidz* Al-Qur'an. Hal ini dapat menjadi pertimbangan dalam menginterpretasikan kemampuan motivasi prestasi subjek E. Pada subjek A, ia menjadi satu-satunya subjek yang tidak berasal dari lingkungan pesantren. Ia tidak mengalami lingkungan kondusif yang dapat mengajarkannya mempertahankan motivasi secara konsisten.

Dimensi motivasi menurut **Goleman (2005)** adalah kecerdasan untuk menggunakan hasrat kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif dan bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. Hal ini senada dengan motivasi yang didefinisikan sebagai segala sesuatu yang menjadi pendorong tingkah laku yang menuntut atau mendorong seseorang untuk memenuhi kebutuhan. (**Shaleh & Wahab, 2004 : 132**)

Menurut **Dr. Baharuddin (2004)**, ibadah merupakan motivasi utama manusia dalam berperilaku. Hal ini dikarenakan sesungguhnya manusia tidak lain diciptakan untuk menyembah Tuhannya. Allah SWT telah mewahyukan hal ini dalam **Q.S. Adz-Dzaariyat [51] : 56** yang berbunyi : *”Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku.”* Selain itu Allah SWT juga berfirman bahwa sesungguhnya segala sesuatu yang dilakukan oleh manusia tidak lain untuk

beribadah karena Allah : *"Katakanlah: Sesungguhnya shalat, ibadah, hidup dan matiku hanyalah untuk Allah, Tuhan semesta alam"* (Q.S. Al-An'aam [6] : 162)

Al-Qur'an memiliki banyak sekali kandungan ayat-ayat yang mendorong manusia untuk beribadah dan melakukan perbuatan sebaik-baiknya. Hal ini dapat menjadi sumber inspirasi kaum muslimin untuk melakukan ibadah dan terus memotivasi diri untuk berkarya di jalan Allah SWT.

Meskipun Allah telah menentukan takdir seseorang, namun Allah tidak memerintah manusia berdiam diri menunggu takdir ditetapkan baginya. Allah memerintah manusia untuk berusaha mencari nafkah dan berusaha terus menerus memperbaiki dirinya. Allah SWT menyatakan dalam firman-Nya :*"Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri."* (Q.S. Ar-Ra'd [13] : 11) *"Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik kepadamu."* (Q.S. Al-Qashash [28] : 77)

Al-Qur'an juga memerintahkan kepada umat manusia untuk terus termotivasi untuk melakukan aktivitas kebaikan. Manusia harus memotivasi diri untuk melakukan kebaikan dengan tetap meniatkan perbuatannya karena Allah semata. Hal ini sesuai dengan wahyu Allah dalam Q. S. Al-Maidah [5] : 48 yang menyatakan: *"Maka berlomba-lombalah dalam berbuat kebajikan. Hanya kepada Allah-lah kembali semuanya..."*

Aspek Empati

Berdasarkan perhitungan hasil data mahasiswa *hafidz* Al-Qur'an Unisba, didapat bahwa seluruh subjek penelitian (100 %) memiliki kemampuan yang tinggi dalam mengenali emosi orang lain (empati). Hal ini menunjukkan seluruh mahasiswa *hafidz* Al-Qur'an menghayati mereka mampu memahami perasaan orang lain dan memiliki minat pada orang lain. Mereka mampu memperhatikan dan membaca isyarat emosi orang lain. Mereka menunjukkan kepekaan dan mampu memahami perspektif orang lain.

Menurut **Goleman (2005)**, dimensi empati merupakan kemampuan untuk merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perpektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyeleraskan diri dengan bermacam-macam orang. Dalam pandangan Islam, Allah SWT menganjurkan pada kaum beriman untuk saling menyebarkan kasih sayang dan saling menghibur dikala duka dengan pesan sabar. Hal ini sesuai dengan ayat dibawah ini : *"Dan dia termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang."* (Q.S. Al-Balad [90] : 17) *"Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan beramal shaleh, kelak Allah Yang Maha Pemurah akan menanamkan dalam (hati) mereka rasa kasih sayang."* (Q.S. Maryam [19] : 96) Dalam berkasih sayang, Rasulullah juga menganjurkan kepada kaum muslimin untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain layaknya mereka dalam satu tubuh.

Berikut ini hadits yang diriwayatkan **Muslim** dan **Ahmad** yang menyatakan hal tersebut (**Hasan, 2006**) : *"Perumpamaan orang-orang mukmin dalam hal saling rasa cinta dan kasih sayang mereka adalah seperti satu tubuh yang apabila ada salah satu anggotanya yang mengeluh sakit, maka anggota-anggota tubuh lainnya ikut merasa sakit."* Anjuran diatas sesungguhnya merupakan nasihat kepada manusia untuk berempati saat berhubungan dengan orang lain. Selain itu banyak ayat dalam Al-Qur'an yang memerintahkan diri manusia untuk saling mengenal dan menjaga silaturahmi. *"Dan (peliharalah) hubungan silaturahmi. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu."* (**Q.S. An-Nisaa' [4] : 1**)

Aspek Keterampilan Sosial

Sebanyak 81,8 % (9 orang) mahasiswa *hafidz* Al-Qur'an secara keseluruhan memiliki kemampuan yang tinggi dalam membina hubungan dengan orang lain. Jika dilihat hanya subjek A dan E yang memiliki skor yang rendah adalah dua subjek yang juga memiliki kategori kecerdasan emosional yang rendah secara keseluruhan pula. Maka tidak salah jika Goleman mengatakan seseorang yang memiliki kecerdasan tinggi dalam aspek ini dikatakan sebagai orang memiliki kecermerlangan emosional. (**Goleman, 1996**) Maka dari itu, peneliti memandang bahwa dasar subjek A dan E memiliki skor rendah dalam aspek ini, tidak jauh berbeda dari alasan mengapa subjek A dan E memiliki skor rendah dalam kecerdasan emosional secara keseluruhan. Kegagalan A dan E dalam memiliki kemampuan berbagai aspek sebelumnya berkontribusi yang cukup signifikan dalam menentukan skor rendah kemampuan membina hubungan dengan orang lain.

Dimensi keterampilan sosial menurut **Goleman (2005)**, merupakan kemampuan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial; berinteraksi dengan lancar; menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan dan untuk bekerjasama dalam kelompok. Kegiatan para *hafidz* yang bergerak di bidang dakwah Islam tentunya mendorong meningkatnya kemampuan menjalin relasi dengan orang lain ini.

Sesungguhnya Islam merupakan agama yang menekankan pentingnya kehidupan sosial. Pada dasarnya ajaran Islam mengajarkan manusia untuk melakukan segala sesuatu demi kesejahteraan bersama, bukan pribadi semata. Islam menjunjung tinggi tolong menolong, saling menasihati tentang hak dan kesabaran, kesetiakawanan, kesamaan derajat (egaliter), tenggang rasa dan kebersamaan. Bahkan dalam Islam, Allah menilai ibadah yang dilakukan secara berjamaah atau bersama-sama dengan orang lain nilainya lebih tinggi daripada shalat yang dilakukan perorangan, dengan perbandingan 27 derajat. (**Nata, 2006 : 88**)

Banyak sekali ayat-ayat dalam Al-Qur'an yang menganjurkan untuk menjaga hubungan sosial dengan baik, salah satunya dengan membangun kekompakan dan kerjasama dalam kebaikan didalamnya. *"Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa."* (**Q.S. Al-Maa'idah [5] : 2**) *"Dan berpeganglah kamu semuanya kepada tali (agama) Allah, dan janganlah kamu*

bercerai berai.” (Q.S. Ali-Imran [3] : 103) ”Orang mukmin bagi mukmin yang lain seperti bangunan, sebagian menguatkan sebagian yang lain.” (HR. Bukhari dan Muslim, dalam Hawwa, 1998)

Dalam hubungan sosial, faktor kepemimpinan sangatlah memegang peranan penting. Allah SWT sangat memperhatikan hal ini, hingga memerintahkan manusia untuk taat pada pemimpin langsung setelah perintah menaati Allah dan Rasul-Nya. *”Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nya), dan ulil amri di antara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Qur'an) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. Yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya.” (Q.S. An-Nisaa [4] : 59)* Dalam ayat ini juga disampaikan bahwa dalam kehidupan kelompok seringkali terjadi perbedaan pendapat yang dapat menjadi bibit perpecahan. Allah memberikan tuntunan kepada manusia untuk menjadikan Al-Qur'an dan Sunnah Rasul sebagai dasar untuk memecahkan permasalahan.

Al-Qur'an juga memerintah manusia untuk menebarkan kebajikan, menyelesaikan pertikaian dan menjalin kasih sayang diantara sesama manusia. Hal ini sesuai dengan **Q. S. An-Nisa [4] : 114** yang berbunyi : *“Tidak ada kebaikan pada kebanyakan bisikan-bisikan mereka, kecuali bisikan-bisikan dari orang yang menyuruh (manusia) memberi sedekah, atau berbuat ma'ruf, atau mengadakan perdamaian di antara manusia. Dan barangsiapa yang berbuat demikian karena mencari keridhaan Allah, maka kelak Kami memberi kepadanya pahala yang besar.”*

Mengadakan perdamaian sangat dianjurkan oleh ajaran Islam sehingga dikatakan dapat menjauhi seseorang dari api neraka sebagaimana hadits yang diriwayatkan oleh al-Baihaqi. (Hawwa, 1998) Masih banyak adab-adab yang diajarkan oleh Rasulullah SAW dalam menjaga hubungan sosial. Namun pada dasarnya ketika berhubungan dengan orang lain hendaknya memperlakukan mereka sebagaimana kita hendak diperlakukan. Hal ini didasarkan pada hadits Muslim yang menyatakan bahwa :*“Siapa yang ingin dijauhkan dari api neraka dan masuk surga, maka hendaklah dia mati dalam keadaan bersaksi tiada Ilah selain Allah dan bahwa Muhammad adalah utusan Allah dan hendaklah memperlakukan orang dengan apa yang disukainya untuk diperlakukan terhadap dirinya.” (Hawwa, 1998)*

Simpulan dan Saran

Dari data-data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa secara rata-rata, kelompok mahasiswa *hafidz* Al-Qur'an ini memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, dengan persentase di atas 80 %. Hal ini berarti para *hafidz* mahasiswa *hafidz* Al-Qur'an memiliki kemampuan yang tinggi dalam mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain (empati) dan membina hubungan dengan orang lain. Hal ini tidak lain cerminan dari nilai-nilai Al-Qur'an yang senantiasa mereka hafalkan dan usahakan untuk diamalkan.

Hasil penelitian ini dapat menjadi gambaran bagaimana budaya keislaman yang melekat kuat pada diri *hafidz* mampu meningkatkan kecerdasan emosional. Hal ini dapat menjadi contoh agar menerapkan pendidikan agama, khususnya pendidikan agama Islam dengan pendekatan kultural, tidak hanya sebagai mata pelajaran agama yang bersifat pengetahuan (*kognitif*) semata. Keberhasilan pendidikan pesantren dan lembaga *tahfidz* dalam mendidik kadernya menjadi pribadi dengan kultur Islami patut menjadi pelajaran.

Daftar Pustaka

- Azwar, Saifuddin. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- An-Najati, Utsman. 2000. *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*. Bandung : Penerbit Pustaka.
- Az-Za'balawi, Sayyid Muhammad. 2007. *Pendidikan Remaja antara Islam dan Ilmu Jiwa*. Jakarta : Gema Insani Press.
- Baharuddin. 2004. *Paradigma Psikologi Islami*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Ghazali, Imam. 2008. *Ringkasan Ihya' Ulumuddin*. Jakarta : Sahara Publishers.
- Goleman, Daniel. 1996. *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional): Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. 2005. *Working With Emotional Intelligence : Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. 2006. *Psikologi Perkembangan Islami*. Jakarta : PT RajaGrafindo Persada
- Hawwa, Said. 1998. *Menyucikan Jiwa : Intisari Ihya' Ulumuddin Al-Ghazali*. Jakarta : Robbani Press.
- Muthmainah. 1998. Skripsi "Pengaruh Lamanya Tinggal di Lingkungan Pondok Pesantren Terhadap Kecerdasan Emosional Pada Santri Pesantren Daarul Ulum di Bogor". Bandung : Fakultas Psikologi Unisba.
- Rauf, Abdul Aziz Abdur. 1996. *Kiat Sukses Menghafal Al Qur'an*. Jakarta : Dzilal Press.
- Sa'dulloh, H. 2005. *Metode Praktis Menghafal Al-Qur'an, Kunci Sukses Menjadi Seorang Hafidz*. Sumedang : Pondok Pesantren Al-Hikamussalafiyah

Sedarmayanti. 2002. *Metodologi Penelitian*. Bandung : CV Mandar Maju.

Shaleh, Abdul Rahman & Wahab, Muhib Abdul. 2003. *Psikologi Dalam Perspektif Islam*. Jakarta : Prenada Media