

BAB II LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Al-Qur'an sebagai Terapi Kecerdasan Emosional

Al-Qur'an sebagai terapi akan mengubah kecenderungan dan tingkah laku manusia, memberi petunjuk kepada manusia, mengubah kesesatan dan kebodohan, mengarahkan manusia pada jalan yang lebih baik, dan membekali manusia dengan pikiran-pikiran yang baru tentang tabi'at dan misi dalam kehidupan, nilai-nilai, moral, dan ideal-ideal kehidupan yang baru.¹

Setiap orang yang membaca Al-Qur'an memberikan implikasi yang cukup bernilai bagi kebahagiaan individualitasnya. Sebagaimana Rasulullah saw. memberikan porsi penting terhadap angka tujuh dalam membaca salah satu surat Al-Qur'an surat Al-Fatihah dalam Al-Qur'an disebut dengan *Sab'ul Matsani* (tujuh yang diulang-ulang). Pembacaan secara berulang-ulang kalimat dan huruf Al-Qur'an memberikan pengaruh dan kekuatan dalam emosional, sebab tubuh manusia terdiri dari sel dan sel terbentuk dari atom. Jadi kemungkinan besar dengan membaca Al-Qur'an secara berulang-ulang mampu menormalkan kembali sistem-sistem sel dalam tubuh.²

Membaca Al-Qur'an dengan mentadabur bacaan hingga meresap ke dalam hati dan pikiran akan mampu membersihkan kotoran-kotoran hati, menentramkan jiwa yang gelisah, memberikan kesejukan, dan kedamaian dalam diri seseorang.³ Peneguhan hal tersebut dapat dikaji secara seksama dalam Q.S. Az-Zumar (39): 23.

¹ Mas'udi dan Istiqomah, *Terapi Qur'ani bagi Penyembuhan Gangguan Jiwa*, Jurnal Bimbingan Konseling Islam, Vol. 8, No. 1 (2017): STAIN Kudus, 139.

² Mas'udi dan Istiqomah, *Terapi Qur'ani bagi Penyembuhan Gangguan Jiwa*, 144-145.

³ Mas'udi dan Istiqomah, *Terapi Qur'ani bagi Penyembuhan Gangguan Jiwa*, 145.

اللَّهُ نَزَلَ أَحْسَنَ الْحَدِيثِ كِتَابًا مُتَشَبِهًا مَّثَانِي تَقْشَعِرُّ
 مِنْهُ جُلُودُ الَّذِينَ تَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُمْ
 وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ۚ ذَٰلِكَ هُدَىٰ اللَّهِ يَهْدِي بِهِ ۚ مَنْ
 يَشَاءُ ۚ وَمَنْ يُضَلِّ اللَّهُ فَمَا لَهُ مِنْ هَادٍ ۚ

23. Allah telah menurunkan Perkataan yang paling baik (yaitu) Al Quran yang serupa (mutu ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang [1312], gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada Tuhannya, kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka di waktu mengingat Allah. Itulah petunjuk Allah, dengan kitab itu Dia menunjuki siapa yang dikehendaki-Nya. dan Barangsiapa yang disesatkan Allah, niscaya tak ada baginya seorang pemimpinpun.

Ayat diatas menjelaskan bahwa dengan diulang-ulangnya pembacaan ayat Al-Qur'an akan membuat gemetar hati pembacanya. Lantunan ayat Al-Qur'an mampu membuat hati manusia bergetar meskipun manusia belum tentu mengerti maknanya, hingga air mata menetes keluar sembari merenung atas kebesaran-Nya. Sedangkan sel-sel kulit orang mukmin akan merespon suara Al-Qur'an dengan adanya getaran, sedangkan orang kafir tidak bergetar karena tertutup sifat kemunafikan, kekufuran, perbuatan keji, dan perbuatan amoral.⁴

2. Intensitas Membaca Al-Qur'an

a. Pengertian Intensitas Membaca Al-Qur'an

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya (kuatnya dan hebatnya). Intensitas merupakan tingkatan atau ukuran yang menunjukkan keadaan seperti kuat, tinggi, bergelora, penuh semangat, berapi-api, berkobar-kobar perasaannya, dan sangat emosional yang dimiliki seseorang yang diwujudkan dalam bentuk sikap

⁴ Mas'udi dan Istiqomah, *Terapi Qur'ani bagi Penyembuhan Gangguan Jiwa*, 145.

maupun perbuatan. Menurut Ajzen, intensitas dipengaruhi oleh empat aspek, yaitu:⁵

- 1) Frekuensi adalah lamanya peluang perilaku atau suatu aktifitas tertentu
- 2) Perhatian adalah ketertarikan individu terhadap objek tertentu yang menjadi target perilaku
- 3) Penghayatan adalah pemahaman terhadap informasi yang dilihat dan dialami, kemudian informasi tersebut dipahami, dinikmati, dan disimpan, sebagai pengetahuan yang baru bagi individu yang bersangkutan
- 4) Durasi adalah lamanya selang waktu yang dibutuhkan individu untuk melakukan suatu aktifitas tertentu.

Membaca merupakan suatu aktifitas untuk menambah ilmu pengetahuan dan juga wawasan berfikir. Kebiasaan membaca merupakan hal positif bagi sebuah keluarga yang ingin menumbuhkan kecerdasan intelektual. Kebiasaan membaca hendaknya diterapkan pada anak usia dini. Ayat Al-Qur'an yang pertama kali turun kepada Nabi Muhammad saw adalah *Iqra'* artinya bacalah.⁶ Perintah membaca dalam hal ini sangat besar manfaatnya, terutama dimulai saat dini.

Tata cara membaca Al-Qur'an menurut para ulama terbagi menjadi lima. Lima bacaan tersebut dikategorikan empat macam cara yang benar dan satu cara yang salah, yaitu:

- 1) Tahqiq ialah membaca Al-Qur'an dengan memberikan hak-hak setiap huruf secara tegas, jelas, dan teliti seperti memanjangkan mad, menyempurnakan harakat, serta melepas huruf secara tartil, pelan-pelan, memperhatikan panjang pendek, waqaf dan ibtida', tanpa merampas huruf. Untuk memenuhi hal-hal itu metode tahqiq terkadang tampak memutus-mutus dalam membaca huruf-huruf dan kalimat-kalimat Al-Qur'an.

⁵ Sussiyanti, *Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an terhadap Kecerdasan Spiritual Santri di Pondok Pesantren Tahafudzul Qur'an Purwoyoso Ngaliyan Semarang*, (Skripsi, IAIN Walisongo Semarang, 2010), 9.

⁶ Lilis Suryawati, *Pembiasaan Tadarus Al-Qur'an dalam Meningkatkan Kualitas Membaca Al-Qur'an Siswa di MTs Negeri 2 Tulungagung*, (Skripsi, IAIN Tulungagung, 2017), 36-37.

- 2) Tartil ialah membaca Al-Qur'an dengan lebih menekankan aspek memahami dan merenungi kandungan ayat-ayat Al-Qur'an.
- 3) Tadwir ialah membaca Al-Qur'an dengan memanjangkan mad, hanya saja tidak sampai penuh. Tadwir merupakan cara membaca Al-Qur'an yang sering dipakai dalam shalat.
- 4) Hadr ialah membaca Al-Qur'an dengan cepat, ringan dan pendek namun tetap mengedepankan dan memakai aturan-aturan tajwid.
- 5) Hazramah ialah membaca Al-Qur'an dengan cepat, ringan, dan pendek namun tidak memperhatikan aturan-aturan tajwid dan cara baca tersebut tidak dianjurkan semua Imam Qiro'at.

Sedangkan dalam pandangan ulama lain, ada beberapa kosa kata yang jika disandingkan dengan kata Al-Qur'an sering kita terjemahkan "membaca". Kosa kata tersebut antara lain:

- 1) Qira'ah, kata qira'ah lebih menekankan aspek intelektual dari membaca. Dalam kamus dapat ditemukan beragam arti dari kata tersebut, antara lain menyampaikan, menelaah, membaca, mendalami, meneliti, mengetahui sesuatu, dan sebagainya, yang semuanya bermuara pada arti "menghimpun". Selain itu kata qira'ah dalam Al-Qur'an dipakai mengungkapkan aktifitas membaca yang umum, mencakup teks apa saja yang dijangkau. Jadi makna qira'ah yang dimaksud adalah membaca Al-Qur'an dengan disertai tafakur, dadabbur, dan tadzakkur.
- 2) Tartil, yakni membaca dengan pelan dan memperhatikan tajwidnya. Tartil juga berarti bacaan yang perlahan-lahan dan jelas, mengeluarkan setiap huruf dan makhrojnya dan menetapkan sifat-sifatnya, serta mentadabburi maknanya.
- 3) Tilawah, yakni membaca Al-Qur'an dengan bacaan yang menjelaskan huruf-hurufnya dan berhati-hati dalam melaksanakan bacaannya, agar lebih mudah memahami makna yang terkandung di dalamnya. Asy-Syaikh Muhammad bin Shalih Al-'Utsaimin rahimahullah menjelaskan bahwa tilawah Al-Qur'an ada dua macam:

- a) Tilawah Hukmiyyah, yaitu membenarkan segala khabar dari Al-Qur'an dan melakukan segala ketetapan hukumnya dengan cara melaksanakan perintah-Nya dan menjauhi larangan-Nya
 - b) Tilawah Lafdзийah, yaitu membacanya (dzohir ayatnya) telaah banyak dalil-dalil yang menerangkan keutamaannya, baik keseluruhan Al-Qur'an atau surat tertentu atau ayat tertentu.
- 4) Tadarus, tadarus mempunyai arti mempelajari bersama-sama. Sehingga tadarus dapat diartikan membaca, menelaah bersama-sama, dalam ini adalah Al-Qur'an.⁷
- b. Adab-Adab Membaca Al-Qur'an
- 1) Disunahkan membaca Al-Qur'an sesudah berwudhu dan dalam keadaan bersih. Kemudian mengambil Al-Qur'an hendaknya dengan tangan kanan atau kedua belah tangan.
 - 2) Disunahkan membaca Al-Qur'an di tempat yang bersih, seperti di rumah, di musholla, dan tempat lain yang dianggap bersih. Paling utama ialah di masjid.
 - 3) Disunahkan membaca Al-Qur'an menghadap Qiblat, membacanya dengan khusu' dan tenang.
 - 4) Sebelum membaca Al-Qur'an sebaiknya mulut dan gigi dibersihkan terlebih dahulu.
 - 5) Sebelum membaca Al-Qur'an disunahkan membaca ta'awudz, setelah itu baru membaca basmallah.
 - 6) Disunahkan membaca Al-Qur'an dengan tartil, yaitu dengan bacaan yang pelan-pelan dan tenang.
 - 7) Bagi orang yang sudah mengerti arti dan maksud ayat-ayat Al-Qur'an disunahkan membaca dengan penuh perhatian dan pemikiran maksud tentang ayat-ayat yang dibacanya.
 - 8) Dalam membaca Al-Qur'an hendaklah diserap arti dan maksudnya.
 - 9) Disunahkan membaca Al-Qur'an dengan suara bagus lagi merdu, sebab akan menambah keindahan *uslubnya* Al-Qur'an.

⁷ Sidiq Nugroho, *Pengaruh Keistiqomahan Tadarus Al-Qur'an terhadap Pembentukan Karakter Religius Mahasiswa di Pondok Pesantren Anwarul Huda Kota Malang* (Skripsi, UIN Malik Ibrahim Malang, 2016), 25-28.

- 10) Membaca Al-Qur'an janganlah diputus hanya karena hendak berbicara kepada orang lain. Hendaklah diteruskan sampai batas yang ditentukan baru disudahi. Juga dilarang tertawa, bermain-main, dan sebagainya ketika membaca Al-Qur'an.⁸

3. Menghayati Ayat Al-Qur'an

a. Pengertian Menghayati Ayat Al-Qur'an

Menghayati dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti mengalami dan merasakan sesuatu dalam batin. Sedangkan makna memiliki arti memperhatikan suatu kata yang terdapat dalam tulisan, atau pengertian yang diberikan kepada suatu bentuk kebahasaan.⁹ Menghayati ayat Al-Qur'an berarti memahami, menghayati makna dan keterangan dari setiap ayat yang dibaca, membiarkan hati bergetar membayangkan bahwa Maha Kuasa Allah SWT setiap segala sesuatu yang indah dan ajaibnya Al-Qur'an yang diturunkan-Nya. Fungsi Al-Qur'an bukan hanya sebatas untuk dibaca, Al-Qur'an mampu berdialog aktif dengan banyak orang serta berperan aktif dalam pembentukan pola pikir manusia. Hal itu dapat terjadi dengan memahami dan menghayati kandungan Al-Qur'an serta mampu menganalisis tujuan dan maksudnya.¹⁰ Adapun cara untuk menghayati ayat Al-Qur'an yaitu dengan melakukan adab batin dalam membaca Al-Qur'an, diantaranya:¹¹

- 1) Memahami kebesaran dan keagungan firman Allah SWT

⁸ Abi Zakariya Yahya bin Syarafuddin an-Nawawi asy-Syafi'i, *At-Tibyan fi Adab Hamalah Al-Qur'an*, terj. As'ad Muhammad (Sukoharjo: Pustaka Al-Qowwam, 2016), 17.

⁹ Kemendikbud, *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Daring*, <http://KBBI.Kemendikbud.ac.id>, diakses pada tanggal 25 Februari 2019 pukul 15.00.

¹⁰ Syaikh Muhammad Al Ghazali, *Berdialog dengan Al-Qur'an: Memahami Pesan Kitab Suci dalam Kehidupan Masa Kini*, terj. Masykur Hakim dan Ubaidillah (Bandung: Mizan, 1999), 23.

¹¹ Ibrahim Eldeeb, *be a Living Qur'an: Petunjuk Praktis Penerapan Ayat-Ayat Al-Qur'an dalam kehidupan Sehari-hari* (Jakarta: Lentera Hati, 2009), 165-169.

Allah SWT menyayangi hambanya tampak jelas dengan menurunkan Al-Qur'an agar manusia dapat memahaminya. Salah seorang *Arif* berkata: "sesungguhnya setiap huruf Al-Qur'an tersimpan di Lauhul Mahfudz dan andaikan seluruh malaikat bersatu untuk mengangkat satu huruf Al-Qur'an, niscaya mereka tidak mampu melakukannya. Hal itu karena Al-Qur'an adalah firman Allah SWT yang suci dan jauh dari segala kekurangan dan kesalahan".

2) Memusatkan Perhatian

Yaitu dalam rangka mempelajari, menghayati, memahami, dan memusatkan segala perhatian dan kemampuan terhadap Al-Qur'an.

3) Penghayatan

Yaitu konsentrasi secara penuh memusatkan perhatiannya kepada ayat Al-Qur'an

4) Pemahaman

Yaitu berusaha semaksimal mungkin memahami makna dan kandungan ayat-ayat Al-Qur'an.

5) Pengkhususan

Yaitu selalu berusaha merasakan seakan-akan setiap ayat Al-Qur'an secara khusus mengajak dirinya berbicara.

6) Merasakan pengaruh Al-Qur'an

Yaitu merasakan pengaruh sesuai kandungan ayat-ayatnya sedih, takut, penuh harapan, dan sebagainya.

Usia anak-anak dini merupakan usia produktif dalam mempersiapkan pemahaman Al-Qur'an. Artinya sudah ada potensi untuk menginterpretasi dan menganalisis makna-makna Al-Qur'an, masa-masa produktif ini hendaknya dimanfaatkan untuk mengkaji ulang secara berkesinambungan dengan pendekatan sosialisasi Al-Qur'an dengan para pelajar dan anak-anak serta mengisi pemikiran mereka dengan makna atau pemahaman global yang sesuai dengan perkembangan kognitif mereka bukan hanya disibukkan membaca atau menghafal Al-Qur'an saja.¹²

Al-Qur'an merupakan kitab yang memberi penjelasan dan sudah dipahami. Allah SWT menurunkan

¹² Syaikh Muhammad Al Ghazali, *Berdialog dengan Al-Qur'an*, 25-26.

Al-Qur'an agar makna-maknanya dapat ditangkap, hukum-hukumnya dapat dimengerti, rahasia-rahasianya dapat dipahami, serta ayat-ayatnya ditadaburi. Di dalam Al-Qur'an tidak ada rahasia-rahasia khusus yang tidak dapat ditangkap oleh ahli ilmu pengetahuan, dan tidak ada pula kandungan-kandungan yang hanya dicapai oleh orang-orang yang mengaku dirinya memiliki kelebihan tersendiri.¹³ Seperti dalam Hadist yang diriwayatkan imam Muslim dari Hudzaifah, ia berkata, "*Aku shalat bersama Nabi saw pada suatu malam, kemudian beliau membaca surat Al-Baqarah, ia membaca ayat yang mengandung tasbih beliau bertasbih kepada Allah SWT, jika membaca ayat yang berisi doa beliau segera berdoa, dan jika membaca ayat memohon perlindungan, maka beliau segera memohon perlindungan kepada Allah SWT*".¹⁴

Di antara etika batin dalam membaca Al-Qur'an seperti disebutkan oleh al-Ghazali adalah meresapinya. Yaitu hatinya meresapi pengaruh-pengaruh yang berbeda sesuai ayat-ayat yang berbeda sehingga pada setiap pemahaman ia mendapatkan *haal* 'perasaan batin', dan getaran hati, dari rasa sedih, takut, pengharapan, dan lainnya. Jika pengetahuannya telah sempurna maka rasa *khasyah* 'takut kepada Allah SWT' akan menyelimuti hatinya. Karena *tadhyiq* 'menyempitkan' menjadi ciri utama ayat-ayat Al-Qur'an. Setiap disebutkan *maghfirah* 'ampunan' dan rahmat, pasti diiringi dengan syarat-syarat yang sulit dipenuhi.

Cara menghayati ayat Al-Qur'an saat membacanya yaitu dengan mensifati ayat yang dibaca. Saat membaca ancaman dan persyaratan ampunan maka segeralah merasa takut, saat membaca keluasan dan janji ampunan maka rasakanlah kegembiraan seakan-akan mau terbang, dan sebagainya.¹⁵

¹³ Yusuf Qardhawi, *Berinteraksi dengan Al-Qur'an*, terj. Abdul Hayyi al-Kattani (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), 61-63.

¹⁴ Syaikh Muhammad Al Ghazali, *Berdialog dengan Al-Qur'an*, 265-266.

¹⁵ Yusuf Qardhawi, *Berinteraksi dengan Al-Qur'an*, 259.

b. Pengertian Al-Qur'an

Abdul Wahhab Khallaf secara singkat mendefinisikan al-Qur'an sebagai firman Allah SWT yang diawali dengan surah al-Fatihah dan diakhiri dengan surah an-Nas, serta diturunkan melalui malaikat Jibril ke dalam hati Rasulullah saw untuk menjadi penguat (hujjah) atas kerasulan beliau serta menjadi petunjuk dan undang-undang bagi manusia.¹⁶

c. Manfaat Al-Qur'an

Beberapa manfaat al-Qur'an baik dari segi materi ataupun nonmateri dalam kehidupan, diantaranya:

1) Al-Qur'an adalah petunjuk dan rahmat

Allah SWT telah mengabarkan bahwa kitab yang Dia turunkan merupakan rahmat dan petunjuk bagi seluruh alam. Serta mengkhususkannya bagi orang-orang mukmin yang bertaqwa.

2) Di dalam Al-Qur'an terdapat hikmah dan pelajaran

Kisah-kisah yang terdapat dalam al-Qur'an adalah sebaik-baik nasihat dan peringatan yang Allah jelaskan kepada kita, supaya kita bisa mengambil pelajaran dari kehidupan umat-umat terdahulu dan mengetahui bahwasanya Allah Maha Kuasa atas segala sesuatu.

3) Al-Qur'an adalah kitab yang paling lengkap

Al-Qur'an tidak meninggalkan sedikitpun sesuatu kecuali telah dijelaskannya. Al-Qur'an sangat menganjurkan untuk mencari ilmu, belajar, dan mengambil manfaat dari para ahli ilmu dengan segala spesialisasinya.

4) Al-Qur'an adalah penawar dan rahmat

Al-Qur'an adalah obat penawar dan rahmat bagi siapa saja yang hati dan ruhnya penuh dengan keimanan. Maka dengan adanya al-Qur'an hati menjadi bercahaya, terbuka, bahagia, dan optimis untuk menerima apa yang terkandung di dalamnya berupa kejernihan, ketenangan, dan rasa aman.

5) Al-Qur'an memberi rasa aman pada jiwa

Kebahagiaan spiritual secara sempurna dapat membangkitkan harapan dan keridhaan,

¹⁶ Abdul Wahhab Khallaf, *Ilm Ushul Al-Fiqh*, terj. Lina Fatimah (Semarang: Dina Utama, 1994), 2.

menumbuhkan ketenangan dan ketenteraman, serta memberikan rasa aman pada mental dan spiritual seseorang.¹⁷

4. Peningkatan Kecerdasan Emosional (*EQ*)

a. Pengertian Peningkatan Kecerdasan Emosional (*EQ*)

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, peningkatan memiliki arti proses, cara, perbuatan meningkatkan (usaha, kegiatan, dsb). Peningkatan adalah proses, cara, perbuatan untuk menaikkan sesuatu atau usaha kegiatan untuk memajukan sesuatu ke suatu arah yang lebih baik lagi dari pada sebelumnya.

Menurut Daniel Goleman, kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensi, menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Menurutnya emosi sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap. Emosi merupakan luapan perasaan, nafsu atau pergolakan pikiran di alam bawah sadar manusia. Luapan perasaan tersebut berupa perasaan amarah, sedih, gembira, takut, cinta, malu, dan jengkel. Emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya. Suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Keadaan biologis dan psikologis seseorang mempengaruhi perilakunya. Seseorang yang sulit mengendalikan emosinya cenderung melakukan tindakan yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Emosi berlebihan juga dapat membahayakan kesehatan, baik fisik maupun psikis.¹⁸

Berkaitan dengan hakikat emosi, Chaplin dalam *Dictionary of Psychologi* mendefinisikan emosi sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam

¹⁷ Sa'ad Riyadh, *Metode Tepat Agar Anak Hafal Al-Qur'an* (Solo: Pustaka Arafah, 2016), 107-115.

¹⁸ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2006), 512.

sifatnya dari perubahan perilaku.¹⁹ Lebih jelasnya emosi adalah suatu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap, dan tingkah laku dalam bentuk ekspresi tertentu.²⁰

Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi. Emosi menuntun kita menghadapi saat-saat kritis dan tugas-tugas yang terlampau riskan. Bila hanya diserahkan pada otak maka akan bahaya. Setiap emosi menawarkan pola persiapan tindakan tersendiri, masing-masing menuntun kita ke arah yang terbukti berjalan baik ketika menanggapi tantangan yang datang berulang-ulang dalam hidup manusia.²¹

b. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

1) Kesadaran Diri

Kesadaran diri adalah kemampuan untuk mengenal dan memilah-milah perasaan, memahami hal-hal yang sedang dirasakan dan mengapa hal itu dirasakan, dan mengetahui penyebab munculnya perasaan tersebut.²² Terdiri dari: kesadaran emosi diri, penilaian pribadi, dan percaya diri.²³

2) Pengaturan Diri

Pengaturan diri adalah menangani emosi dengan sedemikian sehingga berdampak positif terhadap pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu pulih kembali dari tekanan emosi.²⁴ Terdiri dari: pengendalian diri, dapat dipercaya, waspada, adaptif, dan inovatif.²⁵

¹⁹ Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), 62.

²⁰ M Darwis Hude, *Emosi: Penjelajahan Religio-Psikologis tentang Emosi Manusia di dalam Alquran* (Jakarta: Erlangga, 2006), 18.

²¹ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, 4.

²² Steven J. Stein dan Howard E. Book, *The EQ Edge Emotional Intelligence and Your Success*, terj. Trinanda Rainy Januarsari dan Yudhi Murtanto (Bandung: Kaifa, 2004), 73.

²³ Agus Nggermanto, *Kecerdasan Quantum: Melejitkan IQ, EQ, dan SQ* (Bandung: Nuansa Cendekia, 2015), 100.

²⁴ Agus Nggermanto, *Kecerdasan Quantum*, 166.

²⁵ Agus Nggermanto, *Kecerdasan Quantum*, 100.

3) Motivasi

Motivasi adalah menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun diri menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.²⁶ Terdiri dari: dorongan prestasi, komitmen, inisiatif, dan optimis.²⁷

4) Empati

Empati merupakan kemampuan untuk menyadari, memahami, dan menghargai perasaan dan pikiran orang lain. Empati adalah menyelaraskan diri (peka) terhadap apa, bagaimana, dan latar belakang perasaan dan pikiran orang lain sebagaimana orang tersebut merasakan dan memikirkannya. Bersikap empatik artinya mampu membaca orang lain dari sudut pandang emosi. Orang empatik yang peduli pada orang lain dan memperlihatkan minat dan perhatiannya pada mereka.²⁸ Terdiri dari: memahami orang lain, pelayanan, mengembangkan orang lain, mengatasi keragaman, dan kesadaran politis.²⁹

5) Keterampilan Sosial

Keterampilan sosial adalah kemampuan untuk menunjukkan bahwa kita adalah anggota kelompok masyarakat yang dapat bekerja sama, berperan, dan konstruktif. Unsur kecerdasan emosional ini meliputi bertindak secara tanggung jawab, meskipun tidak mendapat keuntungan apapun secara pribadi, melakukan sesuatu untuk dan bersama orang lain, bertindak sesuai hati nurani, dan menjunjung tinggi norma yang berlaku dalam masyarakat.³⁰ Terdiri dari: pengaruh, komunikasi, kepemimpinan, katalisator perubahan, manajemen konflik, pengikat jaringan, kolaborasi dari kooperasi, serta kerja tim.³¹

²⁶ Agus Nggermanto, *Kecerdasan Quantum*, 166.

²⁷ Agus Nggermanto, *Kecerdasan Quantum*, 100.

²⁸ Steven J. Stein dan Howard E. Book, *The EQ Edge*, 139.

²⁹ Agus Nggermanto, *Kecerdasan Quantum*, 100.

³⁰ Steven J. Stein dan Howard E. Book, *The EQ Edge*, 154.

³¹ Agus Nggermanto, *Kecerdasan Quantum*, 100.

c. Komponen-Komponen Kecerdasan Emosional

Daniel Goleman mengklasifikasikan kecerdasan emosional menjadi lima komponen penting, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

1) Mengenali Emosi Diri

Mengenali emosi diri adalah mengetahui apa yang dirasakan seseorang pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri.

2) Mengelola Emosi

Mengelola emosi yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas. Kecakapan ini bergantung pula pada kesadaran diri. Mengelola emosi berhubungan dengan kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang timbul karena gagalnya keterampilan emosi dasar. Orang-orang yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.³²

3) Memotivasi Diri Sendiri

Memotivasi diri sendiri adalah kemampuan menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri, dan menguasai diri sendiri. Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.³³ Menurut Goleman, motivasi dan emosi pada dasarnya memiliki kesamaan, yaitu sama-sama menggerakkan. Motivasi menggerakkan manusia untuk meraih sasaran sedangkan emosi menjadi bahan bakar untuk memotivasi, dan motivasi pada gilirannya

³² Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2015), 170-171.

³³ Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), 74.

menggerakkan persepsi dan membentuk tindakan-tindakan.

4) Mengenal Emosi Orang Lain

Mengenal emosi orang lain atau *empati* adalah kemampuan untuk merasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya, dan menyelaraskan diri dengan orang banyak atau masyarakat.

5) Membina Hubungan

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

Melihat kelima komponen diatas, dapat dipahami bahwa kecerdasan emosi sangat dibutuhkan oleh manusia dalam rangka mencapai kesuksesan, baik di bidang akademis, karir, maupun dalam kehidupan sosial.³⁴

d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Perkembangan manusia sangat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah individu yang memiliki potensi dan kemampuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki tersebut, sedangkan faktor eksternal adalah dukungan dari lingkungan sekitarnya untuk lebih mengoptimalkan dari sejuta potensi yang dimilikinya, terutama kecerdasan emosional.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan emosional, diantaranya:

1) Perubahan Jasmani

Perubahan jasmani dapat diketahui dari pertumbuhan anggota tubuh yang sangat cepat. Pada permulaan pertumbuhan ini hanya terbatas pada bagian-bagian tertentu saja yang mengakibatkan postur tubuh menjadi tidak seimbang. Ketidak seimbangan tubuh ini sering berakibat yang tak

³⁴ Desmita, *Psikologi Perkembangan.*, 171-172.

terduga pada kecerdasan emosional seorang anak terutama remaja. Hormon-hormon tertentu mulai berfungsi sejalan dengan perkembangan alat kelaminnya sehingga menyebabkan rangsangan di dalam tubuh dan sering kali menimbulkan masalah pada perkembangan emosinya.

2) Pola Interaksi dengan Orang Tua

Pola asuh orang tua terhadap anak termasuk remaja sangat bervariasi. Perbedaan pola asuh orang tua ini dapat berpengaruh terhadap perkembangan emosi anak. Misalnya cara dalam memberikan hukuman, jika anak dulu dipukul karena nakal, menjelang masa remaja cara semacam itu justru dapat menimbulkan ketegangan yang lebih berat antara anak dengan orang tuanya. Keadaan semacam ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosional anak.

3) Interaksi dengan Teman Sebaya

Anak terutama remaja seringkali membangun interaksi sesama teman sebayanya secara khas dengan membentuk semacam geng. Pembentukan kelompok dalam bentuk geng semacam ini biasanya bertujuan positif, yaitu untuk memenuhi minat mereka bersama. Jangan sampai pembentukan geng ini untuk melakukan hal yang tidak baik atau kejahatan bersama.

4) Pandangan Luar

Ada sejumlah perubahan pandangan luar yang dapat menyebabkan konflik-konflik emosional dalam diri anak terutama remaja, yaitu:

- a) Sikap dunia luar terhadap anak remaja yang tidak konsisten. Kadang-kadang mereka dianggap sudah dewasa tetapi mereka tidak mendapat kebebasan penuh seperti orang dewasa. Seringkali dianggap masih kecil sehingga membuat kejengkelan yang dapat berubah menjadi tingkah laku emosional.
- b) Dunia luar masih menerapkan nilai-nilai yang berbeda untuk laki-laki dan perempuan. Penerapan nilai yang berbeda jika tidak disertai

pengertian yang bijaksana dapat menyebabkan tingkah laku emosional.

- c) Seringkali kekosongan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar yang tidak bertanggung jawab, yaitu melibatkan ke dalam kegiatan yang merusak dirinya dan melanggar nilai-nilai moral. Perlakuan semacam ini dapat merugikan perkembangan emosional.

5) Interaksi dengan Sekolah

Pada masa anak-anak, sekolah merupakan tempat pendidikan yang diidealkan. Para guru merupakan tokoh yang sangat penting dalam kehidupan mereka. Selain tokoh intelektual, guru juga merupakan tokoh otoritas bagi peserta didiknya. Posisi guru semacam ini sangat strategis apabila digunakan untuk mengembangkan emosi anak melalui penyampaian materi yang positif dan konstruktif.³⁵

e. Konsep Kecerdasan Emosional dalam Perspektif Islam

Menurut perspektif Islam, emosi identik dengan nafs yang dianugerahkan oleh Allah SWT yang akan membawa manusia menjadi baik atau jelek, budiman atau preman, pemurah atau pemaarah, dan sebagainya.

Di dalam tradisi tasawuf Islam, para sufi menyimpulkan bahwa secara tersirat dan tersurat Al-Qur'an menyebutkan ada 7 nafs. Ketujuh nafs tersebut secara berurutan membentuk deret yang menunjukkan tingkatan perkembangan nafs dari terendah sampai tertinggi, diantaranya:

1) *an-nafsu laammaratun bis-su*

an-nafsu laammaratun bis-su yaitu pribadi yang selalu menyuruh kepada kejahatan. Pada tingkat ini nafs ingin kepuasan-kepuasan jasmani, kesenangan hewani, yang menarik hati pada kehinaan.

2) *an-nafsul-lawwamah*

an-nafsul-lawwamah yaitu pribadi yang menyesali diri. Pada tingkat kesadaran dan mencela

³⁵ Mohammad Ali dan Mohmmad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), 69-71.

diri sendiri ini, diri terpisah dari kejelekan dan sifat-sifat rendahnya dan setelah tersentak bangun ia mengambil jalan ketaatan dan kesalehan.

3) *an-nafsul-mulhamah*

an-nafsul-mulhamah yaitu pribadi yang mampu menyerap dan mengaktualisasikan ilham. Pada tingkat ini diri meninggalkan perbuatan dosa tapi tak dapat melupakannya, diibaratkan dengan orang yang dulunya perokok kemudian berhenti merokok tapi masih ada keinginan untuk merokok.

4) *an-nafsul-muthmainnah*

an-nafsul-muthmainnah yaitu pribadi yang tenang. Pada tingkat ini diri dibebaskan dari sifat-sifat yang buruk dan dilengkapi dengan kebiasaan-kebiasaan yang baik, bebas dari kecemasan, kebimbangan, dan rasa sangsi.

5) *an-nafsur-radhiyah*

an-nafsur-radhiyah yaitu pribadi yang sudah ridha/rela terhadap ketentuan Allah SWT. Pada tingkat ini diri tidak pernah mengomel terhadap apa saja yang terjadi padanya, tak peduli apapun kecuali Allah dan menganggap apapun yang datang dari Allah sama baiknya, apakah baik atau buruk, duka atau berkah.

6) *an-nafsul-mardhiyah*

an-nafsul-mardhiyah yaitu pribadi yang sudah diridhai Allah. Pada tingkat ini jika nafsu berkeras tinggal pada tingkat kelima lalu muncul ikhlas tanpa keluhan, dia dapat maju mencapai tingkat keenam dan mendapat kerelaan dan berkat Allah.

7) *an-nafsul-kamilah*

an-nafsul-kamilah yaitu pribadi yang sempurna. Tingkat ini dicapai oleh orang-orang yang terus maju meninggalkan semua egoisme, pura-pura atau bahkan meninggalkan pernyataan bahwa dia telah mencapai tingkat yang sempurna. Merekalah ahli waris para Nabi, mendapatkan hikmah Ilahi, dan paham akan yang hak. Inilah tingkatan terakhir kesucian.³⁶

³⁶ Al Ghazali, *Mukhtashar Ihya' 'Ulumuddin*, terj. Irwan Kurniawan (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2014), 252-254.

5. Pengaruh Intensitas Membaca dan Menghayati Ayat Al-Qur'an terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional

Al-Qur'an adalah firman Allah SWT yang diturunkan kepada nabi Muhammad saw secara mutawatir dan membacanya dinilai ibadah. Al-Qur'an merupakan kitab suci umat Islam yang harus dipelajari dan diamalkan isinya, serta sekurang-kurangnya umat Islam harus selalu membaca Al-Qur'an dengan sungguh-sungguh.

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

- a. Kalbu Positif, yaitu kalbu yang damai, kalbu yang penuh rasa takut terhadap Tuhan, kalbu yang tenang, kalbu yang berfikir, kalbu yang mukmin.
- b. Kalbu negatif, yaitu kalbu yang sewenang-wenang, kalbu yang sakit, kalbu yang melampaui batas, kalbu yang berdosa, kalbu yang terkunci, kalbu yang terpecah-pecah. Salah satunya dijelaskan dalam Q.S. Al-Hajj: 46 tentang hati yang berfikir.

أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا ، فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ

Artinya: “Maka, apakah mereka tidak berjalan di bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengannya mereka dapat memahami atau mereka mempunyai telinga yang dengannya dapat dapat mendengar karena sesungguhnya bukanlah mata yang buta, tetapi yang buta ialah hati yang berada di dalam dada.”

Mengenai kalbu, ayat diatas *hati* dalam hal ini adalah akal sehat dan hati suci, serta *telinga* tanpa menyebut *mata* karena yang ditekankan adalah kebebasan berpikir untuk menemukan sendiri kebenaran serta mengikuti keterangan orang terpercaya dalam hal

kebenaran. Maka siapa yang tidak menggunakan akal sehatnya dan telinganya, ia dinilai buta hati.³⁷

Kecerdasan emosional dapat terbentuk melalui membaca Al-Qur'an dengan memahami maknanya. Upaya mendapatkan kecerdasan emosional, dalam Islam menuntut latihan-latihan yang lebih telaten dan sungguh-sungguh dalam membaca atau belajar Al-Qur'an.³⁸

Membaca Al-Qur'an merupakan kegiatan intelektual berkesinambungan yang merupakan ibadah seseorang untuk memahami tentang ajaran agama Islam melalui bacaan dalam kitab suci yang diwahyukan kepada nabi Muhammad. Membaca Al-Qur'an sangat berguna bagi kesehatan. Al-Qur'an juga merupakan penyembuh dan rahmat bagi kaum mukminin. Maksud dari penyembuh yaitu dapat menghilangkan segala hal berupa keraguan, kemunafikan, kesyirikan, penyimpangan, dan perselisihan yang terdapat dalam hati.³⁹

B. Penelitian Terdahulu

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

1. Jurnal penelitian yang ditulis oleh Aida Dakhliyah Sufriani dan R.A. Retno Kumolohadi dengan judul "Pengaruh Keteraturan Membaca dan Penghayatan Makna Ayat Al-Qur'an pada Kemampuan Berfikir Positif Narapidana". Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh positif yang signifikan antara keteraturan membaca dan menghayati makna ayat dalam Al-Qur'an terhadap kemampuan berpikir positif pada narapidana. Perbedaan penelitian ini adalah penelitian ini sudah termasuk jurnal intervensi sedangkan penelitian yang

³⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Mishbah* Volume 9, (Jakarta: Lentera hati, 2017), 236-237.

³⁸ Taufiq Pasiak, *Revolusi IQ/EQ/SQ: Menyingkap Rahasia Kecerdasan Berdasarkan Al-Qur'an dan Neuro Sains Mutakhir* (Bandung: Mizan, 2002), 277.

³⁹ Salman Rusydi Anwar, *Sembuh dengan Al-Qur'an* (Yogyakarta: Mardiyah Press, 2010), 29.

dilakukan peneliti berupa skripsi, variabel terikat penelitian ini yaitu kemampuan berpikir positif sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti kecerdasan emosional menjadi variabel terikatnya.

2. Jurnal penelitian yang ditulis oleh Rela Mar'ati dengan judul "Pengaruh Pembacaan dan Pemaknaan Ayat-Ayat A-Qur'an terhadap Penurunan Kecemasan pada Santriwati Aliyah di Ponpes Ar-Rohmah Ngawi. Hasil penelitian menunjukkan pembacaan dan pemaknaan ayat-ayat Al-Qur'an signifikan untuk menurunkan tingkat kecemasan santriwati Aliyah Ponpen A-Rohmah Ngawi. Perbedaan penelitian ini adalah tingkat penelitian ini berupa Tesis sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti skripsi, variabel terikat penelitian ini yaitu penurunan kecemasan sedangkan yang penelitian yang dilakukan peneliti kecerdasan emosional menjadi variabel terikatnya.
3. Jurnal penelitian yang ditulis oleh Sussiyanti dengan judul "Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an terhadap Kecerdasan Spiritual Santri di Pondok Pesantren Tahafudzul Qur'an (PPTQ) Purwoyoso Ngaliyan Semarang". Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas membaca Al-Qur'an mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap Kecerdasan Spiritual Santri di Pondok Pesantren Tahafudzul Qur'an (PPTQ) Purwoyoso Ngaliyan Semarang. Perbedaan penelitian ini adalah pada variabel dependen atau terikatnya, pada penelitian terdahulu variabel terikatnya kecerdasan spiritual sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti kecerdasan emosional yang menjadi variabel terikatnya.
4. Jurnal penelitian yang ditulis oleh Vela Maria Ulfah dengan judul "Pengaruh Mendengarkan Bacaan Al-Qur'an terhadap Tingkat Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient Siswa Kelas X Jurusan TKR di SMK Saraswati Salatiga Tahun Ajaran 2017/2018". Hasil penelitian ini yakni terdapat pengaruh signifikan mendengarkan bacaan Al-Qur'an terhadap tingkat kecerdasan emosional siswa. Perbedaan penelitian ini adalah pada variabel independen atau bebasnya, pada penelitian terdahulu variabel bebasnya mendengarkan bacaan Al-Qur'an sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti intensitas membaca dan menghayati makna Al-Qur'an menjadi variabel bebasnya.
5. Jurnal penelitian yang ditulis oleh M. Fernanda Sandi dengan judul "Pengaruh Musik terhadap Kecerdasan Emosional di

SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa musik dapat meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI di SMA YP Unila Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. Perbedaan penelitian ini yaitu penelitian menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif quasi eksperimen dengan variabel bebasnya membahas tentang musik.

| No | Penulis | Judul Penelitian | Hasil | Persamaan | Perbedaan |
|----|--|---|---|---|--|
| 1. | Aida Dakhliyah Sufriani dan R.A. Retno Kumoloha di | Pengaruh Keteraturan Membaca dan Penghayatan Makna Ayat Al-Qur'an pada Kemampuan Berfikir Positif Narapidana | ada pengaruh positif yang signifikan antara keteraturan membaca dan menghayati makna ayat dalam Al-Qur'an terhadap kemampuan berpikir positif pada narapidana | Persamaan penelitian ini pada variabel bebasnya yaitu membaca dan menghayati makan Al-Qur'an | Perbedaan penelitian ini sudah termasuk jurnal intervensi sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berupa skripsi, variabel terikat penelitian ini yaitu kemampuan berpikir positif sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti kecerdasan emosional menjadi variabel terikatnya. |
| 2. | Rela Mar'ati | Pengaruh Pembacaan dan Pemaknaan Ayat-Ayat A-Qur'an terhadap Penurunan Kecemasan pada Santriwati Aliyah di Ponpes Ar-Rohmah Ngawi | pembacaan dan pemaknaan ayat-ayat Al-Qur'an signifikan untuk menurunkan tingkat kecemasan santriwati Aliyah Ponpen A-Rohmah Ngawi | Persamaan penelitian ini adalah pada variabel bebasnya yaitu membaca dan menghati makna Al-Qur'an | tingkat penelitian ini berupa Tesis sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti skripsi, variabel terikat penelitian ini yaitu penurunan kecemasan sedangkan yang penelitian yang dilakukan peneliti kecerdasan emosional menjadi variabel terikatnya |
| 3. | Sussyanti | Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an terhadap Kecerdasan Spiritual Santri di Pondok | Intensitas membaca Al-Qur'an mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap Kecerdasan Spiritual Santri | Memiliki kesamaan pendekatan penelitian yaitu kuantitatif dan variabel bebasnya membaca Al-Qur'an | Pada pembahasan variabel terikatnya Kecerdasan Spiritual. |

| | | | | | |
|----|-------------------|--|---|--|--|
| | | Pesantren Tahafudzul Qur'an (PPTQ) Purwoyoso Ngaliyan Semarang | di Pondok Pesantren Tahafudzul Qur'an (PPTQ) Purwoyoso Ngaliyan Semarang | | |
| 4. | Vela maria Ulfah | Pengaruh Mendengarkan Bacaan Al-Qur'an terhadap Tingkat Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient) Siswa Kelas X Jurusan TKR di SMK Saraswati Salatiga Tahun Ajaran 2017/2018 | Terdapat pengaruh signifikan mendengarkan bacaan Al-Qur'an terhadap tingkat kecerdasan emosional siswa | Persamaan penelitian ini adalah pada pendekatan penelitiannya yaitu kuantitatif dan variabel terikatnya yaitu kecerdasan emosional | Perbedaan pada jenis penelitian ini menggunakan eksperimen sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan field research, pada penelitian terdahulu variabel bebasnya mendengarkan bacaan Al-Qur'an sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti intensitas membaca dan menghayati makna Al-Qur'an menjadi variabel bebasnya |
| 5. | M. Fernanda Sandi | Pengaruh Musik terhadap Kecerdasan Emosional di SMA YP Unila Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018 | Musik dapat meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI di SMA YP Unila Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018 | Memiliki kesamaan pendekatan penelitian yaitu kuantitatif dan variabel terikatnya kecerdasan emosional | Perbedaan pada jenis penelitiannya yaitu quasi eksperimen dan pada pembahasan variabel bebasnya membahas tentang musik. |

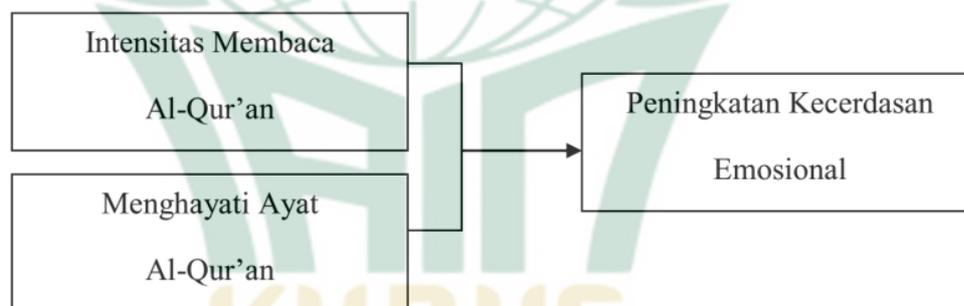
C. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting.⁴⁰

⁴⁰ Masrukhin, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Kudus: Media Ilmu Press, 2017), 73.

Peningkatan kecerdasan emosional siswa berkaitan dengan bagaimana menanamkan nilai-nilai tertentu dalam diri siswa dengan pembentukan karakter positif pada siswa. Salah satu caranya dengan intensitas membaca dan menghayati ayat Al Qur'an yang dilakukan secara berulang ulang agar dapat menjadi kebiasaan. Dengan intensitas membaca dan menghayati ayat Al Qur'an ini menjadi sumber inspirasi perumusan karakter positif oleh siswa, meningkatkan perilaku disiplin dan tidak melanggar tata tertib sekolah dengan tujuan membentuk dan mengembangkan karakter baik siswa sangat perlu dilaksanakan di setiap sekolah atau Madrasah. Dengan demikian kecerdasan emosional siswa bisa ditingkatkan di lingkungan sekolah. Dalam ayat Al Qur'an terkandung makna yang sangat baik. Sekian makna yang terkandung dalam Allah dapat membuat gemetar hati dan membuat tenang pembacanya sehingga dapat mempengaruhi peningkatan kecerdasan emosional siswa.

Judul penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti adalah Pengaruh Intensitas Membaca dan Menghayati Ayat Al-Qur'an terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Siswa di Madrasah Tsanawiyah NU Assalam Tanjungkarang Jati Kudus.



Keterangan:

X_1 : Intensitas Membaca Al-Qur'an

X_2 : Menghayati Ayat Al-Qur'an

Y : Peningkatan Kecerdasan Emosional

Berdasarkan gambar diatas dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini terdiri dari tiga variabel, variabel independen dan dependen. Variabel independen adalah variabel bebas yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan variabel dependen, yang dimaksud variabel independen dalam penelitian ini yaitu Intensitas membaca dan menghayati ayat Al-Qur'an. Sedangkan variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas, yang dimaksud

variabel dependen dalam penelitian ini yaitu peningkatan kecerdasan emosional.

D. Hipotesis

Pada penelitian ini, peneliti memberi hipotesis awal agar riset yang dilakukan lebih terarah dan teratur serta memberi tujuan yang jelas.

Hipotesis secara etimologis dibentuk dari dua kata, yaitu *hypo* yang berarti kurang dan *thesis* yang berarti pendapat, sehingga hipotesis bermakna sebagai suatu kesimpulan yang masih kurang, yang masih belum sempurna. Pengertian ini kemudian diperluas dengan maksud sebagai kesimpulan yang belum sempurna, sehingga perlu disempurnakan dengan membuktikan kebenaran hipotesis. Pembuktian tersebut hanya dapat dilakukan dengan menguji hipotesis dengan data di lapangan.

Berdasarkan rumusan masalah pada penelitian ini yang diangkat dengan dilandasi landasan teori, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

- H_{A1}: Semakin tinggi intensitas membaca ayat Al-Qur'an berpengaruh terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa Madrasah Tsanawiyah NU Assalam Tanjungkarang Jati Kudus.
- H_{A2}: Semakin tinggi penghayatan ayat Al-Qur'an berpengaruh terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa Madrasah Tsanawiyah NU Assalam Tanjungkarang Jati Kudus.
- H_{A3}: Semakin tinggi intensitas membaca dan menghayati ayat Al-Qur'an berpengaruh terhadap peningkatan kecerdasan emosional siswa Madrasah Tsanawiyah NU Assalam Tanjungkarang Jati Kudus.