

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Metode Pembiasaan Dalam Pembelajaran

1. Pengertian Pembiasaan

Dalam suatu pembelajaran dibutuhkan metode dalam upaya pencapaian tujuan yang diharapkan mampu mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan baru yang lebih baik, tanpa metode suatu materi dalam pendidikan tidak mungkin terserap secara *efektif* dan *efisien* oleh siswa.¹³ Metode pembiasaan (*habituation*) disebut juga pengalaman.¹⁴ Pembiasaan merupakan upaya praktis dalam pendidikan dan pembinaan siswa serta merupakan suatu metode dalam pendidikan yang berupa proses penanaman kebiasaan.

Menurut Amin dalam kutipan Nurul Ihsani, dkk menjelaskan bahwa pembiasaan memiliki beberapa indikator, yaitu: *pertama* rutin, mempunyai tujuan agar anak melakukan kebiasaan yang baik, *kedua* spontan yaitu tujuannya untuk memberikan pendidikan secara spontan atau secara tiba-tiba terutama dalam membiasakan anak bersikap sopan santun dan terpuji, dan *ketiga* keteladanan yang bertujuan untuk memberikan contoh kepada anak.¹⁵

Metode pembiasaan juga bentuk pendidikan bagi manusia yang prosesnya dilakukan secara bertahap dan terus-menerus agar menjadi rutinitas siswa tersebut.¹⁶ Ramayulis menyatakan bahwa pembiasaan merupakan salah satu upaya agar dapat tercipta suatu kebiasaan yang terwujud dalam bentuk perilaku siswa yang dilakukan secara berulang-ulang dan

¹³ Supiana, Rahmat Sugiharto, "Pembentukan Nilai-Nilai Karakter Islami Siswa Melalui Metode Pembiasaan", *Jurnal Educuan* 01, No. 01, 2017, 94-95.

¹⁴ Heri Gunawan, *Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi*, (Bandung: Alfabeta, 2014), 93

¹⁵ Nurul Ihsani, dkk, "Hubungan Metode Pembiasaan Dalam Pembelajaran Dengan Disiplin Anak Usia Dini", *Jurnal Ilmiah Potensia* 3, No. 1, 2018, 52

¹⁶ Bambang Samsul Arifin, Rusdiana, *Manajemen Pendidikan Karakter*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2019), 170

rutin.¹⁷ Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Al-Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 238 yaitu:

حَفِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَى وَقُومُوا لِلَّهِ
قَانِتِينَ ۲۳۸

Artinya: “Peliharalah semua shalat(mu), dan (peliharalah) shalat wusta. Berdirilah untuk Allah (dalam shalatmu) dengan khusyu’.”¹⁸

Pesan yang terkandung dalam ayat ini yaitu jangan sia-siakan atau hilangkan, karena sesuatu yang dipelihara dengan baik tentu tidak akan hilang dan tidak akan terabaikan. Pembiasaan yang baik sangat penting bagi pembentukan karakter siswa, kemudian juga akan berpengaruh bagi perkembangan siswa selanjutnya. Menanamkan kebiasaan baik pada diri siswa tidak mudah, dan juga diperlukan waktu yang lama dan menuntut kesabaran pendidik.¹⁹ Pembiasaan menjadikan manusia sebagai sesuatu yang istimewa, kemudian juga dapat menghemat kekuatan, karena akan menjadi kebiasaan yang melekat dan spontan, agar kegiatan itu dapat dilakukan dalam kehidupan sehari-hari.

Ivan Pavlov dalam Jurnal Fera Andriyani melakukan percobaan pada anjing. Anjing akan mengeluarkan air liur jika melihat atau mencium bau makanan. Terlebih dahulu Pavlov membunyikan bel sebelum anjing diberi makanan. Pada percobaan berikutnya begitu mendengar bel, otomatis air liur anjing akan keluar walau belum melihat makanan. Artinya, perilaku individu dapat dikondisikan. Belajar merupakan upaya untuk mengkondisikan suatu perilaku atau respon terhadap sesuatu. Makanan yang diberikan kepada anjing disebut perangsang tak bersyarat (*unconditioned stimulus*), sementara bel disebut perangsang bersyarat (*conditioned stimulus*). Baik

¹⁷ Ramayulis, *Metodologi Pendidikan Agama Islam*, (Jakarta: Ciputat Press,2005), 110

¹⁸ Al-Qur'an, Al-Baqarah ayat 238, Al-Quran dan Terjemahnya, (Kudus, CV Mubarakatan Thoyyibah, Ma'had Tahfidz Yanbu'ul Qur'an Kudus, 2014).39

¹⁹ Uyoh Sadulloh, dkk, *Pedagogik (Ilmu Mendidik)*, (Bandung:Alfabeta,2017), 121

terhadap perangsang bersyarat maupun tak bersyarat, anjing memberikan respon berupa keluarnya air liur (*unconditioned response*). Dari eksperimen ini dapat ditarik kesimpulan bahwa untuk membentuk tingkah laku tertentu harus dilakukan secara berulang-ulang dengan beberapa keadaan tertentu. Keadaan tersebut adalah dengan melakukan semacam pancingan dengan sesuatu yang dapat menumbuhkan tingkah lakunya. Karena itu teori Pavlov dikenal dengan *responded conditioning* atau teori *classical conditioning*. Menurut Pavlov, keadaan yang dilakukan pada anjing tersebut dapat juga berlaku pada manusia.²⁰

Ahmad D. Marimba sebagaimana telah dikutip oleh Kholiq mengemukakan bahwa pembiasaan merupakan salah satu tahapan yang digunakan sebagai acuan dalam proses pembentukan karakter.²¹ Pembiasaan juga merupakan satu dari sekian banyak metode yang sering diterapkan dalam dunia pendidikan Islam yang sangat penting bagi perkembangan karakter anak. Karena dengan metode pembiasaan maka *feedback*-nya akan kembali ke anak itu sendiri dikemudian hari.

Pengulangan yang dilakukan secara terus-menerus dan rutin merupakan faktor terpenting dalam pembentukan kebiasaan, seorang anak yang melihat sesuatu yang sedang terjadi dihadapannya, maka ia akan meniru dan kemudian mengulang-ulang kebiasaan tersebut hingga akan menjadi suatu kebiasaan baru. Faktor pembiasaan memegang peranan penting dalam membimbing pertumbuhan serta perkembangan siswa untuk menanamkan perilaku yang baik dalam kehidupan sehari-hari.²² Pembiasaan yang baik akan membentuk sosok manusia yang berkepribadian yang baik, begitupun sebaliknya pembiasaan yang buruk akan membentuk sosok kepribadian manusia yang buruk.²³ Oleh sebab itu, dalam melaksanakan kegiatan kebiasaan ini diperlukan sebuah pengawasan.

²⁰ Fera Andriyani, “Teori Belajar Behavioristik dan Pandangan Islam Tentang Behavioristik”, *Jurnal Pendidikan dan Pranata Islam*, No. 2, (2015), 169-170

²¹ Kholiq, Abdul, Dkk, *Pemikiran Pendidikan Islam KTK & K*, (Semarang: Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo Semarang, 1999), 124

²² Bambang Samsul Arifin, Rusdiana, *Manajemen Pendidikan Karakter*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2019), 176

²³ Supiana dan Rahmat Sugiharto, “Pembentukan Nilai-Nilai Karakter Islami Siswa Melalui Metode Pembiasaan”, *Jurnal Educian* 01, No. 01, 2017, 95.

2. Kelebihan dan Kekurangan Metode Pembiasaan

Adapun kelebihan dan kelemahan dari metode pembiasaan yaitu:

a. Kelebihan

Menurut Armai Arif dalam buku Bambang Samsul Arifin, beberapa kelebihan dari metode pembiasaan yaitu:

- 1) Menghemat waktu dan tenaga dengan baik
- 2) Tidak hanya berpengaruh dengan aspek lahiriah, tetapi juga berhubungan dengan aspek batiniah
- 3) Metode yang paling berhasil dalam pembentukan karakter kepribadian siswa.

b. Kekurangan

Ahmad Tafsir dalam buku Bambang Samsul Arifin menjelaskan tentang beberapa kelemahan dari metode pembiasaan, yaitu:

- 1) Membutuhkan sosok guru yang bisa dijadikan sebagai contoh dalam meningkatkan nilai baik dalam diri seorang siswa. Guru mampu menyeimbangkan antara perkataan dan perbuatan sehingga tidak ada kesan bahwa ia hanya mampu memberikan nilai-nilai, tetapi tidak mampu untuk mengamalkan nilai-nilai tersebut.²⁴
- 2) Apabila telah tertanam kebiasaan yang kurang baik, maka akan sedikit sulit untuk dihilangkan dan merubahnya menjadi lebih baik.
- 3) Memerlukan adanya pengawasan agar kebiasaan yang dilaksanakan tidak menyimpang.

Selain memiliki sisi kelebihan dan kekurangan, pembiasaan merupakan hal yang sangat penting didalam kehidupan sehari-hari. Pembiasaan juga dapat mendorong seseorang dalam berperilaku, sebab tanpa adanya pembiasaan hidup seseorang akan terasa lamban, karena sebelum melakukan sesuatu seseorang harus memikirkan terlebih dahulu apa yang harus dilakukannya. Metode pembiasaan ini sangat diperlukan guru dalam menerapkannya kepada siswa guna pembentukan karakter yang lebih baik.

²⁴ Bambang Samsul Arifin, Rusdiana, *Manajemen Pendidikan Karakter*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2019), 174 - 175.

3. Bentuk-Bentuk Pembiasaan

Macam – macam bentuk dari pembiasaan antara lain sebagai berikut:

- a. Pembiasaan dalam akhlak, yaitu berupa bentuk perilaku kebiasaan baik di sekolah maupun di luar sekolah, misalnya: Bicaralah dan berperilaku, berpakaian rapi, hormat orang tua dan sebagainya.
- b. Pembiasaan dalam beribadah, dapat berupa pembiasaan *shalat dhuha* berjamaah di sekolah, saling sapa sesama teman dan guru, kemudian membaca "basmalah" dan "hamdalah" ketika memulai dan mengakhiri pembelajaran.
- c. Pembiasaan dalam keimanan, dapat berupa pembiasaan anak Percaya dengan sepenuh hatinya.²⁵

4. Tujuan Pembiasaan

Daradjat menjelaskan bahwa mendidik anak dibutuhkan banyak latihan serta pembiasaan yang sesuai dengan perkembangannya, hal ini dikarenakan dengan adanya latihan dan pembiasaan itu nantinya akan membentuk suatu sikap maupun karakter dari anak tersebut yang secara otomatis akan menjadi bagian dari kepribadiannya.²⁶ Latihan dan pembiasaan yang dimaksud yaitu dengan cara memberi contoh yang baik dan menerapkannya di kehidupan sehari-hari sehingga kelak akan menjadi kebiasaan yang sulit untuk dihilangkan karena telah terbiasa melakukannya. Dengan diadakannya pembiasaan ini bertujuan untuk memperbaiki kebiasaan yang telah ada serta membentuk kebiasaan-kebiasaan baru, yang kemudian nantinya akan berpengaruh terhadap sikap maupun tingkah laku anak.

B. *Shalat dhuha*

1. Pengertian *Shalat dhuha*

Menurut bahasa shalat adalah do'a, sedangkan menurut istilah shalat merupakan ibadah yang dimulai dengan takbiratul

²⁵ Supiana dan Rahmat Sugiharto, “ Pembentukan Nilai-nilai Karakter Islami Siswa Melalui Metode Pembiasaan (Studi Kasus di Madrasah Tsanawiyah Terpadu Ar-Roudloh Cileunyi Bandung Jawa Barat), *Jurnal Educuan* 01, No. 01, 2017, 101

²⁶Zakiah Darajat, *Shalat Menjadikan Hidup Bermakna*, (Bandung:PT. Remaja Rosdakarya Offset, 1996),61

ikhram dan diakhiri dengan salam, dengan berdasarkan syarat-syarat maupun ketentuan yang telah ditentukan.²⁷ Sholat berarti do'a yaitu sebuah ungkapan permohonan dan harapan yang diucapkan seseorang terhadap sesuatu yang ingin di tuju. Pengertian do'a tersebut juga dimaknai karena di dalam rangkaian sholat di dalamnya terdapat berbagai do'a sehingga sholat adalah do'a. Pilar seluruh agama Islam adalah sholat yang merupakan dampak dari iman, karena iman sesungguhnya adalah meyakini dalam hati, mengucapkan dengan lisan dan melaksanakan dengan perbuatan.²⁸

Sedangkan waktu dhuha yaitu ketika matahari sudah mulai naik dan berakhir hingga waktu matahari tergelincir, tetapi disunnahkan untuk mengakhirkannya hingga matahari agak tinggi dan panas agak terik.²⁹ Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia yang dimaksud waktu dhuha yaitu waktu menjelang tengah hari (kurang lebih pukul 10.00).³⁰

Shalat dhuha adalah shalat sunnah yang dilaksanakan ketika matahari sedang naik dan berakhir pada matahari lingsir (sekitar pukul 07.00 WIB sampai memasuki batas waktu sebelum dhuhur).³¹ Rasjid dalam kutipan yang ditulis oleh Wahyu Sabilar Rosad juga menjelaskan bahwa *shalat dhuha* merupakan shalat sunnah yang dilakukan setelah matahari terbit sampai sebelum waktu dhuhur atau sebelum bergesernya matahari tepat di atas kepala, yaitu pada saat matahari naik sekitar pukul 08.00 WIB sampai dengan pukul 09.00 WIB.³²

²⁷ Syekh Syamsidin abu Abdillah, *Terjemah Fathul Mu'in*, (Surabaya:Al-Hidayah, 1996), 47

²⁸ Moch. Yasyakur, "Strategi Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menanamkan Kedisiplinan Beribadah Sholat Lima Waktu", *Edukasi Islami* 05,(2016), 1200

²⁹ Hasbiyallah, *Fiqh dan Ushul Fiqh*, Cet.3, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya,2017),197.

³⁰ Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Diakses pada tanggal 17 September, 2020, <https://kbbi.web.id/duha>

³¹Ubaid Ibnu Abdillah, *Keutamaan dan Keistimewaan: Shalat Tahajud, Shalat Hajat, Shalat Istikharah, Shalat Dhuha*. (Surabaya: Pustaka Media, 2002),127

³² Wahyu Sabilar Rosad, " Pelaksanaan Shalat Dhuha Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Ma'arif NU Ajibarang Wetan", *Al-Muqkidz:Jurnal Kajian KeIslaman* 8, No.1, 2020, 124

Jumlah rakaat pada *shalat dhuha* minimal dua rakaat dan maksimal dua belas rakaat, tiap dua rakaat salam.³³ Tetapi Rasulullah saw juga pernah melakukan *shalat dhuha* sebanyak delapan rakaat sebagaimana dijelaskan dalam hadist yang diriwayatkan oleh Imam Ibnu Hibban dalam kitab shahihnya yaitu:

وعن عائشة رضي الله عنها قالت: (دخل رسول الله صلى الله عليه وسلم بيتي فصلى الضحى ثمانى ركعات) رواه ابن حبان فى صحيحهز

Artinya: “Dari ‘Aisyah ra., ia berkata: “Rasulullah saw pernah masuk rumahku, lalu beliau *Shalat dhuha* delapan raka’at” (Hadits diriwayatkan oleh Iman Ibnu Hibban dalam kitab shahihnya).³⁴

Dari pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa *shalat dhuha* adalah shalat sunnah yang dilaksanakan pada saat matahari sedang naik sekitar pukul 07.00 WIB sampai dengan waktu menjelang dhuhur sekitar jam 10.00 WIB, dengan jumlah rakaat shalat minimal dua rakaat dan maksimal dua belas rakaat.

2. Tata Cara *Shalat dhuha*

Tata cara dalam *shalat dhuha* sama dengan shalat fardhu yang membedakan hanya bacaan niat dan jumlah rakaatnya. Berikut adalah tata cara dalam pelaksanaan *shalat dhuha*:

- a. Niat *shalat dhuha*
- b. Membaca do’a iftitah, kemudian membaca surah Al-fatimah
- c. Membaca surah pendek. (surah yang paling baik dibaca ketika *shalat dhuha* yaitu pada rakaat pertama surah asy-syams dan pada rakaat kedua surah ad-dhuha)
- d. *Ruku’*
- e. Setelah ruku’ kemudian berdiri dengan tegak (*i’tidal*).
- f. Kemudian sujud (bagian wajah, kedua telapak tangan, dus lutut, dan dua ujung telapak kaki diletakkan ke bumi)

³³ Abu Maulana Yasa dan Hadi Abdullah, “*Panduan Praktis Shalat Edisi Lengkap*”, (Semarang:Pustaka Nuun,2015), 72

³⁴ Moh.Machfuddin Aladip, *Terjemah Bulughul Maram* (Karya Agung Al hafidz Ibn Hajar Al-Asqalani), (Semarang: PT. Karya Toha Semarang, 2012), 181

- g. Setelah itu duduk diantara dua sujud
- h. Sujud kedua
- i. Duduk tasyahud akhir. Setelah kita berdiri dan melaksanakan rakaat kedua ini, kemudian menyelesaikan sujud kedua dan duduk kembali, yaitu melakukan duduk tasyahud akhir
- j. Setelah itu diakhiri dengan mengucapkan salam.
- k. Setelah selesai *shalat dhuha*, kemudian membaca do'a *shalat dhuha*.³⁵

3. Faktor Penghambat Pelaksanaan *Shalat dhuha*

Ada beberapa faktor yang menghambat proses pada saat pelaksanaan *shalat dhuha* adalah sebagai berikut:

- a. Kurangnya kesadaran atau minat siswa dalam melaksanakan kegiatan *shalat dhuha*. Dimana salah satu alasannya adalah banyaknya siswa yang terlambat.
- b. Kurangnya dukungan dari masyarakat atau orang tua siswa. Terkadang orang tua kurang perhatian terhadap anaknya dan kurangnya perasaan memahami aktivitas-Aktivitas yang dilakukan saat anaknya masih sekolah.
- c. Tidak semua guru mengikuti pelaksanaan *shalat dhuha*. Terkadang masih guru belum dapat melaksanakan shalat dhuha karena gurunya memiliki jarak rumah yang jauh dari sekolah dan kemungkinan memiliki kepentingan sehingga datang ke sekolah dengan terlambat.
- d. Kurang tertib dalam ketidakhadiran di absensi *shalat dhuha*. Tidak berjalannya absensi pelaksanaan *shalat dhuha* dimana kurang pengawasan yang lebih ketat dari pihak guru – guru dan masih adanya sikap acuh terhadap diri siswa untuk melaksanakan *shalat dhuha*.³⁶

4. Keutamaan *Shalat dhuha*

Shalat dhuha merupakan amalan sunnah yang sangat ditekankan oleh Rasulullah SAW. Beliau menginginkan amalan ini tetap kita jaga, dan dijalankan semaksimal mungkin, agar kita mendapatkan syafa'at nya, dan juga demi mendapatkan

³⁵ Abu Maulana Yasa dan Hadi Abdullah, “ *Panduan Praktis Shalat Edisi Lengkap*”, (Semarang:Pustakan Nuun,2015), 33-40

³⁶ Dwi Wulandari, “Dampak Pembiasaan Solat Dhuha Berjamaah Terhadap Peningkatan Moral Siswa di SMA Syarif Hidayatullah Grati” (*E-book*)

kebahagiaan dunia dan akhirat.³⁷ keistimewaan dari *shalat dhuha* terdapat dalam Al-Qur'an surah Ad-Dhuha ayat 1-5, yaitu sebagai berikut:

وَالضُّحَىٰ ۙ ۱ وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ ۙ ۲ مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ ۙ ۳ وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ
الْأُولَىٰ ۙ ۴ وَلَسَوْفَ يُعْطِيكَ رَبُّكَ فَتَرْضَىٰ ۙ ۵

Artinya: “ demi waktu dhuha (ketika matahari naik sepenggalah), dan demi malam apabila telah sunyi, Tuhanmu tidak meninggalkan engkau (Muhammad) dan tidak (pula) membencimu, dan sungguh yang kemudian itu lebih baik daripada yang permulaan. Dan sungguh, kelak Tuhanmu pasti memberikan karunia-Nya kepadamu, sehingga engkau menjadi puas.”³⁸

Asbabun nuzul tentang surat Ad-Dhuha yaitu Sesuai nama surah nya, surah ini turun pada waktu dhuha (pagi hari) sebagai jawaban atas pertanyaan dan hinaan yang dilontarkan oleh kaum kafir Mekah yang menganggap bahwa Rasulullah SAW sudah tidak dipedulikan lagi oleh Tuhan, sebab Nabi Muhammad sudah lama tidak menerima wahyu kenabian. Hingga akhirnya turunlah surah ini untuk mempertegas bahwasannya Allah memberitahukan bahwa dugaan kaum kafir Mekah adalah suatu kesalahan yang besar. Allah swt juga memberi tahu Nabi Muhammad bahwasannya Allah tidak pernah membenci atau melupakannya.³⁹

Kandungan yang terdapat pada ayat diatas yaitu Allah SWT memerintahkan agar manusia dapat menjaga serta memperhatikan *shalat dhuha*, karena dengan melaksanakan *shalat dhuha* secara rutin dan istiqomah dapat mencegah manusia dari keburukan serta kemunkaran didunia maupun diakhirat. *Shalat dhuha* merupakan ibadah yang dipercaya mampu untuk meningkatkan kecerdasan seseorang yaitu kecerdasan emosional, spiritual, dan intelektual. Manusia diciptakan terdiri dari beberapa

³⁷ Siti Nor Hayati, “Manfaat shalat dhuha dalam pembentukan akhlakul karimah siswa”, *Jurnal Spiritual* 1, No 1, 2013, 46.

³⁸ Al-Qur'an, Ad-Dhuha Ayat 1-5, Al-Qur'an dan Terjemahnya, (Kudus, CV Mubarakatan Thoyyibah, Ma'had Tahfidz Yanbu'ul Qur'an Kudus, 2014).596

³⁹ Muhammad Abduh Tuasikal, *Mendalami Surat Adh-Dhuha*,(Yogyakarta:CV. Rumaysho), 2

dimensi yaitu dimensi lahiriyah fisik, psikis, dan dimensi batin spiritual. Adanya ketiga dimensi tersebut menyebabkan manusia memiliki sikap yang harus mampu menyeimbangkan antara dimensi-dimensi tersebut. Dimensi batin spiritual merupakan salah satu dimensi yang dapat diperoleh melalui ibadah secara istiqomah, baik ibadah wajib maupun ibadah sunnah. Ibadah sholat dluha memiliki keutamaan sebagai salah satu ibadah yang mampu menumbuhkan keseimbangan antara tiga dimensi yang ada dalam diri manusia. „Seseorang yang melaksanakan ibadah sholat dluha merupakan salah satu manusia yang masuk dalam kategori orang yang senantiasa selalu bersyukur atas segala nikmat yang telah diberikan oleh Allah SWT.⁴⁰

Kemudian pada saat matahari naik di saat tersebut Allah SWT membukakan karunia-Nya kepada manusia yang rutin melaksanakan *shalat dhuha* dengan khusyu’. Karena Allah akan mengabdikan hingga hamba-Nya merasakan suatu kebahagiaan dan kepuasan terhadap apa yang telah diinginkan dan diwujudkan. Rejeki merupakan suatu hal yang dijadikan sebagai tolak ukur bagi hamba Allah SWT yang hendak melaksanakan sholat dluha. Rejeki merupakan bagian dari suatu hal yang dirahasiakan oleh Allah Swt. Oleh karena diperlukan adanya jalur atau pintun dan kunci yang tepat agar dapat diperoleh dengan benar. Sholat dluha merupakan kunci yang tepat agar dapat memperoleh rejeki dengan cara yang benar.⁴¹

Menurut A’yunin dalam kutipan Wahyu Sabilar Rosad bukunya yang berjudul *The Power Of Dhuha* menyatakan bahwa keistimewaan dalam shalat sunnah dhuha yaitu: sebagai penghapus dosa, termasuk dalam golongan orang yang bertaubat, mendapatkan pahala umroh, termasuk dalam golongan ahli ibadah, Allah cukupkan rizkinya, dan jaminan surga bila rutin mengerjakan *shalat dhuha*.⁴² Selain penyempurna dari shalat

⁴⁰ Wahyu Sabilar Rosad, “Pelaksanaan Shalat Dhuha dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Ma’rif NU Ajibarang Wetan”, *Al-Muqkids: Jurnal Kajian Keislaman* 8, No. 1, 2020, 124

⁴¹ Adrian Yudabangsa, “Pengembangan Kesadaran Keberagaman dan Pembentukan Karakter Siswa Melalui Pembiasaan Shalat Dhuha”, *Attractive : Innovative Education Journal* 2, No. 1, 2020, 122

⁴² Wahyu Sabilar Rosad, “Pelaksanaan Shalat Dhuha dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Ma’rif NU Ajibarang Wetan”, *Al-Muqkids: Jurnal Kajian Keislaman* 8, No. 1, 2020,125

wajib, *shalat dhuha* juga menjadi anjuran shalat sunnah yang dilakukan untuk tujuan tertentu, yaitu yang berkaitan dengan rejeki, baik rejeki rohani maupun jasmani.

Selain untuk mempermudah rezeki, memperbaiki psikis manusia, mendekatkan diri kepada sang pencipta, shalat juga dapat dijadikan relaksasi yang dibutuhkan oleh tubuh guna menjaga kondisi emosional seseorang dari tekanan pikiran yang berlebihan. Hal ini sebagaimana tertera dalam Al-Qur'an yang menjelaskan bahwa shalat dapat mencegah perbuatan keji dan munkar, dalam firman Allah SWT dalam surah Al-Ankabut ayat 45, yaitu:

اتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَى
عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ
(٤٥)

Artinya: “Bacalah kitab (Al-Qur'an) yang telah diwahyukan kepadamu (Muhammad) dan laksanakanlah shalat. Sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan) keji dan munkar. Dan (ketahuilah) mengingat Allah (shalat) itu lebih besar (keutamaannya dari ibadah lain). Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan”.⁴³

Dalam melaksanakan shalat, kegiatan yang dilakukan setelahnya yaitu berdzikir (mengingat Allah). Bacaan dzikir yang dilakukan terus-menerus dan secara berulang-ulang akan membawa dampak baik bagi pembaca, yaitu bisa sebagai relaksasi dan ketenangan. Karena semakin sering kita menyebut nama Allah, maka kita akan merasa dekat dengan-Nya dan Allah juga akan merasa tenang dan terlindungi.

Hasan dalam kutipan skripsi Zumrotul Hana menegaskan bahwa dalam melakukan gerakan shalat memiliki banyak manfaatnya, dimulai dari awal takbiratul ihram atau mengangkat kedua tangan, setelah itu ada ruku' serta sujud, kemudian diakhiri dengan salam yaitu dengan menolehkan kepala kekanan dan kekiri. Sujud dilakukan dengan posisi badan menungging kemudian meletakkan dahi, kedua telapak tangan, lutut, dan

⁴³ Al-Qur'an, Al-Ankabut ayat 45, Al-Quran dan Terjemahnya, (Kudus, CV Mubarakatan Thoyyibah, Ma'had Tahfidz Yanbu'ul Qur'an Kudus, 2014),401

ujung jari kaki ke lantai. Pada saat melakukan sujud, terdapat dua kemungkinan, yaitu sujud fisik dan sujud spiritual berbentuk taat kepada Allah. Manfaat sujud yaitu untuk memperlancar peredaran darah yang dipompa oleh jantung menuju ke otak.⁴⁴ Meningkatnya kadar oksigen dalam otak mampu meningkatkan konsentrasi seseorang. Sehingga diharapkan siswa mampu untuk berkonsentrasi didalam kelas saat guru memberikan materi pembelajaran. Maka dari itu, saat melakukan sujud jangan terburu-buru dan hendaknya dilakukan dengan ikhlas serta sepenuh hati agar hasilnya juga baik untuk diri sendiri.

Dari penjelasan di atas dapat menyimpulkan bahwa shalat memiliki banyak manfaat bagi tubuh baik jasmani maupun rohani. Dengan melakukan pembiasaan *shalat dhuha* secara rutin maka jiwa akan menjadi tenang, rejeki dipermudah, pikiran menjadi tenang dan dapat mengontrol emosi dalam tubuh, memahami perasaannya, dan lain-lain. Kemudian dalam hal ini akan sangat berpengaruh pada tingkah dan perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-harinya termasuk dapat membina hubungan baik dengan orang lain.

C. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Emosi berasal dari kata “*movere*” yang berarti bergerak, menggerakkan. Jika ditambah dengan awalan huruf “e- yaitu *emovere*” yang berarti bergerak menjauh dengan kandungan makna tersirat bahwa emosi akan lebih cenderung mengarahkan manusia untuk melakukan suatu tindakan.⁴⁵ Emosi merupakan bagian dari potensi manusia yang terwujud dalam perilaku tindakan sebagai bentuk ungkapan rasa yang dirasakan oleh seseorang. Emosi adalah suatu kekuatan, jika kita mampu mengendalikannya dan emosi juga mampu merusak jika menguasai diri kita. Emosi dapat digunakan sebagai bentuk gambaran dari sebuah masalah yang sedang dihadapi.

Wijikongko dalam kutipan skripsi Zumrotul Hana menjelaskan bahwa kemampuan dalam mengendalikan emosi merupakan suatu kekuatan yang didapatkan untuk menjadikan

⁴⁴ Hasan Purwakania, Aliah B, *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami* (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2008), 76

⁴⁵ Heny Perbowosari, “Peran Kecerdasan Emosional Dalam Pendidikan Karakter”, *Seminar Nasional*, (2016): 169.

kualitas hidup yang lebih baik.⁴⁶ Emosi memberikan arahan kepada manusia agar dapat menerima dan mengatasi suatu masalah yang sedang dihadapi. Pada dasarnya emosi merupakan sebuah dorongan kepada manusia untuk melakukan suatu tindakan.

Nur Ajeng Maftukhah menjelaskan bahwa kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan yang dimiliki seseorang dalam menyikapi maupun memahami suatu masalah yang sedang dihadapi dengan pengetahuan-pengetahuan terkait emosional yang dimiliki oleh seseorang tersebut.⁴⁷ Kecerdasan emosional merupakan suatu kecerdasan atau kemampuan seseorang dalam mengontrol dan merasakan perasaan diri agar dapat membentuk suatu emosi yang mampu memberikan pengaruh terhadap cara berpikir dan cara berperilaku yang dapat disesuaikan dengan pengetahuan, kebutuhan dan keadaan individu.

Individu dengan kecerdasan emosional yang tinggi akan berpikir terlebih dahulu sebelum melakukan suatu hal, memiliki kemampuan dalam mengontrol tingkat kecemasan dan ketakutan, serta bersikap tenang dalam menghadapi suatu masalah yang sedang dihadapi.⁴⁸

Lingkungan merupakan satu dari beberapa faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan kecerdasan emosional siswa, baik lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat sekitar. Prafitriani dalam kutipan Felix Yudha Yulian, dkk, menjelaskan bahwa kecerdasan emosional memiliki peran yang penting dalam lingkungan pendidikan formal maupun pendidikan non formal dalam meraih kesuksesan siswa.⁴⁹ Dalam proses pendidikan keberhasilan siswa dapat dilihat dari ketepatan waktu dalam menyelesaikan program pendidikan dengan hasil prestasi belajar yang baik dan

⁴⁶ Martin Wijongko, Keajaiban dan Kekuatan Emosi, (Yogyakarta: Kanisius, 1997), 12

⁴⁷ Nur Ajeng Maftukhah, "Analisis Kecerdasan Emosional Siswa Terhadap Kemampuan *Problem Solving* Matematika Siswa Sekolah Menengah Pertama", *Jurnal Al-Hikmah* 6, No. 2, (2018): 2.

⁴⁸ Teuku Rijalul Fikry Dan Maya Khairani, "Kecerdasan Emosional Dan Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Skripsi Di Universitas Syiah Kuala", *Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, No. 2, (2017): 109.

⁴⁹ Felix Yudha Yulian, dkk, "Analisis Kemampuan Koneksi Matematis Pada Pemecahan Masalah Matematika Ditinjau dari Kecerdasan Emosional Siswa", *Jurnal Math Educator Nusantara (JMEN)* 6, No.1, (2020), 67

berkualitas. Prestasi belajar dengan kualitas yang baik merupakan bagian dari indikator keberhasilan siswa dalam kegiatan belajar dan menjadi salah satu dari beberapa keinginan setiap siswa.

Arum Purnaningtyas berpendapat bahwa kecerdasan intelektual adalah salah satu penunjang terhadap keberhasilan prestasi belajar siswa. Akan tetapi kecerdasan intelektual tidak dapat digunakan sebagai satu-satunya faktor yang dapat memberikan pengaruh besar terhadap keberhasilan prestasi belajar siswa. Faktor lingkungan, faktor biologis, dan faktor psikologis yang meliputi bakat, minat, dan kecerdasan emosional juga merupakan bagian dari penunjang keberhasilan prestasi belajar siswa.⁵⁰

Ika Fauziah Nur dan Agustina Ekasari berpendapat bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, mengatur dan mengendalikan emosi, tidak mudah menyerah serta ketahanan dalam menghadapi kegagalan.⁵¹ Dari beberapa uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengontrol emosi atau perasaan individu agar dapat memberi pengaruh positif terhadap cara berpikir maupun berperilaku.

Secara sosial fase remaja merupakan fase bagi seorang siswa yang sedang dalam masa pencarian identitas diri. Siswa akan mulai mengenal dan memperluas hubungan sosial dengan banyak teman sebaya hingga timbul adanya kelompok sebaya (*peer group*). Dalam suatu kelompok sebaya antar remaja akan timbul adanya keterkaitan dan ketergantungan antara satu individu dengan individu yang lain. Hal tersebut akan dapat memberikan pengaruh terhadap emosi siswa. Apabila aktivitas yang dijalankan secara bersama dapat memadai terhadap pemenuhan tuntutan gejala emosi, maka *peer group* tersebut akan dapat menjadi wadah sebagai pemenuhan tuntutan gejala emosi siswa. Oleh karena itu diperlukan adanya ketrampilan dan kecerdasan emosional agar seseorang dapat mengenali

⁵⁰ Arum Punaningtyas, "Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Mata Pelajaran Seni Budaya SMP", 2.

⁵¹ Ika Fauziah Nur Dan Agustina Ekasari, "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja", *Jurnal Soul* 1, No. 2, (2008): 16

emosi, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain dan mampu menghina orang lain.⁵²

Goleman berpendapat bahwa komponen-komponen kecerdasan emosional ditentukan oleh lima hal, yaitu kesadaran diri, pengendalian diri, memotivasi diri, rasa empati, dan dapat membina hubungan dengan orang lain.⁵³ :

a. Kesadaran Diri

Kesadaran diri merupakan kemampuan untuk mengenal dan memahami akan perasaan yang dirasakan oleh diri sendiri kemudian mengetahui penyebabnya secara sadar. Dalam tahap ini diperlukan adanya wawasan psikologi dan pemahaman akan diri sendiri agar individu dapat memantau terhadap perkembangan perasaan dari waktu ke waktu. Seseorang yang tidak memiliki kemampuan dalam memahami dan mencermati perasaan apa yang dirasakan oleh diri sendiri akan dapat memberikan pengaruh yang kurang baik dalam proses pengambilan keputusan.

b. Pengendalian emosi

Pengaturan terhadap emosi merupakan bagian dari proses individu agar dapat mengungkapkan suatu perasaan dengan benar dan tepat. Kesadaran akan diri sendiri dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan kecerdasan emosional. Suatu keberhasilan dari perasaan emosi akan dapat terlihat dari wujud kemampuannya dalam menghibur diri ketika ada masalah, dapat menghilangkan kecemasan, tidak mudah untuk tersinggung, dan mudah untuk bangkit dari suatu keterpurukan. Pengendalian diri merupakan kemampuan seseorang agar dapat mengelola emosi dengan baik agar tidak diperbudak oleh emosi tersebut.

c. Memotivasi diri

Kemampuan seseorang dalam memotivasi diri yang dimilikinya maka seseorang akan memiliki pandangan yang positif dilihat dari beberapa cara, antara lain sebagai berikut:

1) Kemampuan dalam mengendalikan dorongan hati

⁵² Ika Fauziah Nur Dan Agustina Ekasari, "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja", *Jurnal Soul* 1, No. 2, (2008): 16.

⁵³ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Terj. Alex Tri Kantjono Widodo, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000), 59

- 2) Kemampuan dalam mengendalikan dan menghilangkan kecemasan
 - 3) Kekuatan berpikir positif
 - 4) Optimisme
- d. Rasa Empati
- Kemampuan dalam mengenali, memahami, menyadari perasaan orang lain adalah bentuk rasa empati terhadap seseorang yang dibangun berdasarkan kesadaran individu. Seseorang yang mampu memahami emosi diri sendiri tidak akan menutup kemungkinan bahwa dirinya akan dapat mengenali dan memahami emosi orang lain, begitu pula sebaliknya.
- e. Membina hubungan dengan orang lain
- Ketrampilan seseorang dalam menjalin hubungan dengan orang lain merupakan hal yang harus diperhatikan oleh individu dalam mengembangkan kecerdasan emosional. Seseorang yang tidak memiliki ketrampilan sosial akan dapat mempersulit diri sendiri dalam berinteraksi dengan orang lain.

2. Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional siswa

Goleman dalam Jurnal M. Asy'ari menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam mengatur emosi, menjaga keselarasan dan keseimbangan emosi yang diungkapkan dalam bentuk ketrampilan sosial, rasa empati, motivasi dan pengendalian diri, serta ketrampilan kesadaran diri.⁵⁴

Siswa yang memiliki konsep diri positif akan dapat memiliki sifat optimisme, kepercayaan diri, dan bersikap positif terhadap segala hal. Sedangkan siswa yang memiliki konsep diri negatif akan memiliki pandangan dan keyakinan bahwa dirinya adalah seorang yang lemah, tidak memiliki kompeten, tidak adanya kepercayaan diri, pesimis, dan tidak mampu melakukan segala hal. Oleh karena itu perlu adanya kecerdasan emosional bagi siswa agar sikap negatif dapat terhindar olehnya.

Daniel Goleman menjelaskan bahwa ada dua faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang, yaitu:

⁵⁴ M. Asy'ari, dkk, "Konsep Diri, Kecerdasan Emosi dan Motivasi Belajar Siswa", *Jurnal Psikologi Indonesia* 3, No. 01, (2014), 85

- a. **Faktor Internal**, kehidupan didalam keluarga merupakan sekolah pertama bagi anak dalam mempelajari tentang emosi. Pada saat masih bayi, anak mulai mempelajari tentang kecerdasan emosional melalui dengan beberapa contoh ekspresi wajah, tubuh, maupun yang lainnya. Kejadian emosional yang terjadi pada saat masih anak-anak akan selalu melekat dan akan bersifat secara permanen setelah dilakukan secara terus-menerus dan berulang-ulang.

Orang tua memiliki peran penting dalam perkembangan psikologi anak, karena apapun perilaku ataupun sikap yang orang tua lakukan nantinya akan dipelajari oleh anak, dimana nantinya akan mempengaruhi kepribadian yang dimiliki oleh anak kelak. Keluarga yang bahagia akan menjadi faktor utama dalam perkembangan emosi anggotanya. Karena fungsi dari keluarga yaitu memberikan rasa aman, nyaman, berhubungan baik antar keluarga, dan memberikan rasa kasih sayang sesamanya.

- b. **Faktor Eksternal**, yang termasuk lingkungan non keluarga yaitu lingkungan masyarakat (sosial) dan lingkungan pendidikan (sekolah). Lingkungan masyarakat juga memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kecerdasan emosional anak, saat anak tidak mampu menyalurkan keinginannya di keluarga maka anak akan menyalurkan keinginannya tersebut diluar lingkungan keluarga termasuk dilingkungan masyarakat. Kemudian mereka sering meluapkan keinginan mereka ke arah yang negatif.⁵⁵

Sekolah merupakan faktor penentu dari perkembangan kepribadian anak, karena dalam lingkungan pendidikan anak diajarkan menjadi individu yang apa adanya agar anak dapat mengekspresikan diri secara bebas tanpa takut mereka akan diawasi ataupun diatur.⁵⁶

Konsep diri dapat diartikan sebagai penilaian terhadap diri sendiri meliputi emosi, fisik, sosial, intelektual, dan spiritual. Konsep diri merupakan faktor

⁵⁵ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Terj. Alex Tri Kantjono Widodo, (Jakarta:Gramedia Pustaka Utama,2000), 267-282

⁵⁶ Mualifah, *Psycho Islamic Smart Parenting*,(Jogjakarta: Diva Press,2009), 125

yang berkembang dari pengalaman yang terus menerus dilakukan,. Dasar konsep diri individu di-tanamkan pada saat-saat dini kehidupan anak dan menjadi dasar tingkah lakunya dikemudian hari. Terdapat tiga komponen dalam konsep diri, yaitu:

- 1) Diri ideal, yaitu gabungan kepribadian individu dengan ciri dan karakter yang berkualitas.
- 2) Citra diri, yaitu cara individu dalam melihat diri sendiri atau dapat dikatan sebagai cerminan diri.
- 3) Harga diri, yaitu pandangan terhadap diri sendiri yang memiliki kemampuan dalam menghadapi suatu tantangan dan dapat digunakan sebagai kunci dalam mencapai suatu keberhasilan.

Menurut Rini dalam kutipan Ika Fauziah Nur dan Agustina Ekasari mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi konsep diri ada 4 macam, yaitu:⁵⁷

- 1) Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh orang tua merupakan peran yang sangat penting dalam pembentukan konsep diri pada anak. Sikap positif orang tua yang perhatian terhadap anak, selalu meluangkan waktu dengan anak akan terbaca dan melekat pada pikiran anak bahwa dirinya merasa disayangi, selalu diperhatikan dan juga untuk menumbuhkan konsep serta pemikiran yang positif bagi anak. Kemudian apabila orang tua memberikan sikap yang negatif terhadap anak, maka anak akan berpendapat bahwa dirinya tidak cukup untuk disayangi, dikasihi, dihargai, dan akan berakibat si anak menjadi pribadi yang kurang bersosial terhadap sesama

- 2) Kegagalan

Kegagalan yang dialami secara terus menerus dan hilangnya harapan pada diri seseorang akan membuat dirinya tidak berguna.

- 3) Depresi

Seseorang yang mengalami depresi akan sulit untuk menerima masukan maupun pendapat dari orang lain, dan cenderung selalu berpikiran negatif dalam merespon segala sesuatu. Kebanyakan orang yang

⁵⁷ Ika Fauziah Nur dan Agustina Ekasari, “Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja”, *Jurnal Soul 1*, No. 2, 2008, 19-20

depresi akan menjadi super sensitif dan mudah tersinggung.

4) Kritik internal

Kritik terhadap diri sendiri diperlukan guna sebagai penguat ataupun memotivasi diri agar selalu berhati-hati dalam bertindak maupun berperilaku agar mudah beradaptasi dengan baik.

D. Penelitian Terdahulu

Berdasarkan dari tinjauan penulis, beberapa penelitian membuktikan bahwa membiasakan *shalat dhuha* sangat penting terhadap pembentukan kecerdasan emosional siswa. Hal tersebut dilihat dari beberapa penelitian yang dilakukan, yaitu:

1. Penelitian kaitannya pada kecerdasan emosional yang dilakukan oleh Eka Ariani dengan judul “ Pengaruh Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membentuk Kecerdasan Emosional Siswa SMA Negeri 1 Trimurjo”. Pada penelitian ini Eka Ariani mengkaji siswa yang belum mampu mengontrol emosinya, kurang rasa percaya diri, egois, dan mudah terpengaruh. Pada penelitian ini Eka Ariani menunjukkan dampak positifnya melalui kecerdasan spiritual yang diterapkan sekolah, yaitu siswa rajin dalam melakukan ibadah *shalat dhuha* maupun wajib secara berjamaah di masjid yang disediakan pihak sekolah tersebut. Dengan dilakukannya kegiatan shalat secara berjamaah diharapkan siswa akan selalu mengamalkan nilai-nilai ajaran Islam, sehingga dapat mengontrol serta mengatur emosi dengan baik. adapun persamaan antara penelitian yang dilakukan Eka Ariani dengan peneliti adalah sama-sama mengkaji tentang kecerdasan emosional dan menggunakannya sebagai dasar ataupun rujukan dalam membentuk karakter siswa menjadi lebih baik. Perbedaannya adalah pada jenis penelitian dan pengumpulan data. Dalam penelitian Eka Ariani menggunakan jenis penelitian kuantitatif dan menggunakan pengumpulan data berupa angket dan dokumentasi. Sedangkan yang menjadi jenis penelitian dan pengumpulan data yang akan peneliti lakukan adalah menggunakan jenis penelitian studi lapangan dan pengumpulan data observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ada

- pengaruh guru Pendidikan Agama Islam dalam membentuk kecerdasan emosional siswa SMA Negeri 1 Trimurjo.⁵⁸
2. Penelitian kaitannya pada pembiasaan *shalat dhuha* yang dilakukan oleh Rifqi Hulli Fahmi dengan judul “Upaya Mengurangi Kenakalan Siswa Melalui Pembiasaan Sholat Dhuha di MTs NU 31 Hidayatul Mubtadi’in Kendal”. Pada penelitian ini Rifqi Hulli Fahmi menguraikan pembiasaan sholat dhuha yang dilakukan oleh siswa secara rutin diharapkan mampu menjadikan siswa yang berakhlak baik, sopan terhadap semua orang, dan bertingkah laku yang baik. Sehingga dengan melakukan pembiasaan *shalat dhuha*, siswa diharapkan mampu memunculkan rasa semangat hidup, percaya diri, serta bertambahnya kualitas dari tingkah laku yang baik dan mampu mengurangi kenakalan yang dialami siswa. Persamaan dalam penelitian Rifqi Hulli Fahmi dengan peneliti yaitu sama-sama menggunakan jenis penelitian studi lapangan, metode penelitian kualitatif, serta jenis penelitian lapangan. Kemudian juga sama-sama membahas tentang pembiasaan *shalat dhuha* agar siswa senantiasa berakhlak yang baik. Perbedaannya adalah, dalam penelitian Rifqi Hulli Fahmi mengkaji tentang upaya sekolah untuk mengurangi kenakalan siswa melalui pembiasaan sholat dhuha berjamaah. Sedangkan penelitian yang diteliti oleh peneliti tentang pembiasaan *shalat dhuha* yang dilakukan secara rutin akan meningkatkan kecerdasan emosional siswa, agar siswa dapat mengontrol serta mengatur emosi dengan baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan berat ringannya kenakalan yang terjadi di MTs NU 31 Hidayatul Mubtadi’in Kendal tergolong kategori kenakalan ringan dan sedang.⁵⁹
 3. Penelitian kaitannya dengan kecerdasan emosional yang dilakukan oleh Firda Widya Rahma dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas V SD Negeri 4 Metro Pusat”. Penelitian ini mendeskripsikan siswa yang kurang menyukai mata pelajaran matematika dan rendahnya hasil belajar siswa pada pelajaran tersebut. Adapun persamaannya adalah sama-sama mengkaji tentang kecerdasan emosional yang diharapkan agar siswa

⁵⁸ Eka Ariani, “Pengaruh Guru Pendidikan Agama Islam dalam Membentuk Kecerdasan Emosional Siswa SMA Negeri 1 Trimurjo”, (Skripsi, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Metro, 2019)

⁵⁹ Rifqi Hulli Fahmi, “Upaya Mengurangi Kenakalan Siswa Melalui Pembiasaan Sholat Dhuha Di MTs NU 31 Hidayatullah Mubtadi’in Kendal”, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Walisongo, 2018)

mampu mengontrol emosi dengan baik, dan tidak gampang putus asa. Perbedaannya yaitu pada penelitian Firda Widya Rahma menggunakan jenis penelitian Kuantitatif, metode *ex-postfacto*, menggunakan pengumpulan data observasi, skala psikologi (kuesioner), tes, menggunakan uji hipotesis. Sedangkan penelitian yang digunakan peneliti adalah menggunakan jenis penelitian kualitatif, menggunakan pengumpulan data observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan hasil belajar matematika siswa kelas V SD Negeri 4 Metro Pusat.⁶⁰

E. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan suatu model konseptual yang berisi tentang bagaimana teori yang dihubungkan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka berfikir yang baik akan menjelaskan secara teoritis kaitannya antara variabel yang akan diteliti oleh peneliti.⁶¹

Pembiasaan merupakan kegiatan yang dilakukan seseorang dalam menerapkan perilaku yang jarang ataupun belum pernah dilakukan menjadi sering hingga menjadi kebiasaan. Pembiasaan merupakan suatu metode yang dilakukan untuk membiasakan anak didik berfikir, bersikap, dan bertindak sesuai dengan ajaran agama Islam.⁶² Dalam hal ini, MTs Tarbiyatul Mubtadiin Wilalung Demak menerapkan pembiasaan *shalat dhuha*.

Shalat dhuha merupakan shalat sunnah yang dilaksanakan pada waktu pagi pada saat matahari mulai naik sekitar pukul 07.00 WIB sampai waktu sebelum dhuhur. *Shalat dhuha* dilakukan dua rakaat atau lebih, sebanyak-banyaknya dua belas rakaat.⁶³ Dengan melakukan pembiasaan *shalat dhuha*, siswa diharapkan mampu

⁶⁰ Firda Widya Rahma, “Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas V SD Negeri 4”, (Skripsi, Universitas Lampung, 2017)

⁶¹ Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2015), 91

⁶² Cucu Malihah, “Pembentukan Karakter Disiplin Siswa dalam Beribadah Melalui Pembiasaan Shalat Dhuha Di Madrasah Tsanawiyah Al-Khairiyah Pipitan”, *Jurnal Pendidikan Agama Islam* 6, No. 2, 2019, 128

⁶³ Wahyu Sabilar Rosad, “Pelaksanaan Shalat Dhuha Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Ma’arif NU Ajibarang Wetan”, *Al-Muqkids: Jurnal Kajian Keislaman* 8, No. 1, 2020, 123-124

meningkatkan konsep diri siswa menjadi lebih baik dari sebelum melaksanakan pembiasaan *shalat dhuha*.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam menguasai emosi diri sendiri kemudian mampu mengolanya, mampu memotivasi diri sendiri, dan mampu mengenal serta mengendalikan emosi orang lain.⁶⁴



⁶⁴ Sulisworo Kusdiyati, Bambang Saiful Ma'arif, dkk, "Hubungan Antara Intensitas Dzikir Dengan Kecerdasan Emosional", *Mimbar XXVIII, No. 1, 2012, 33*

Tabel 2.1
Kerangka Berfikir

