

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Pengertian *Tazkiyatun Nafs*

Secara etimologis *Tazkiyah* memiliki dua makna, yakni penyucian serta pertumbuhan. Begitu juga makna menurut istilah, *Zakatun-Nafsi* memiliki arti penyucian (*tathahhur*) jiwa dari cacat dan semua jenis penyakit, melaksanakan (*tahaqquq*) kesucian itu dengan dilaksanakan dalam keseharian yakni melalui akhlakul karimah seperti 99 sifat Allah yang sangat mulia serta menjadikan *asma* dan *shifat* sebagai (*takhalluq*).¹

Kata *Zakkah* adalah segi bahasa dari tinjauan *Tazkiyah* yang artinya mengalami pertumbuhan serta terjadi penambahan sikap baik tumbuh serta menambah kebaikannya. Disebut tumbuh dalam kebaikan yang kaitannya dengan hati manusia, hati juga memerlukan pemeliharaan. Olehnya tumbuh, semakin sehat, serta maksimal kebaikannya. Adapun maksud dari perbaikan jiwa ialah proses pensucian lewat amal shalih, ilmu bermanfaat serta mengamalkan semua yang menjadi perintah serta larangan Allah SWT. Dijelaskan bahwa *Tazkiyah* adalah menjadi metode perbaikan individu dari tingkatan sederhana ketingkat yang semakin tinggi terutama sifat, sikap, kepribadian, serta karakter. Makin sering seseorang malakukan *Tazkiyah* terhadap pribadi yang baik, maka Allah akan meningkatkan keimanannya. Seperti firman Allah SWT dalam surat As-Syams:

وَقَدْ حَابَ مَنْ دَسَّهَا قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّهَا

“Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.” (Asy-Syams [91]: 9-10).²

Berdasar ayat tersebut, sudah jelas jika pensucian jiwa ialah hal penting pada diri insan yakni jiwa yang mengeluarkan tindakan yang baik juga, sebab jiwa sebagai

¹ Sa'id Hawa, *Menyucikaaan Jiwa: Konsep Tazkiyatun Nafs Terpadu*, (Jakarta: Robbani Press, 2013), 2.

² Sa'id, *Menyucikaaan Jiwa*, 2.

penentu tindakan baik buruk. Sehingga bisa dinyatakan bila penyucian jiwalah (*Tazkiyatun Nafs*) yang menjadi tempat tertinggi kebahagiaan individu (*Tazkiyatun Nafs*), sedangkan puncak kesusahan insan berada pada perilaku yang mengabaikan jiwa sesuatu dengan tabi'at amaliyah.

Acuan pembaharuan yang benar misi utama Rasul *alaihimus-salam* yaitu *tadzkir*, *ta'lim*, dan *tazkiyah* yang disebut adalah warisan kenabian. Karenanya, pewaris kenabian yang lengkan ialah insan yang bisa mengendalikan hal ini utuh juga sempurna, menunaikan serta melaksanakannya hak Allah. Jarang tiga hal itu ada dalam diri manusia. Ada yang banyak ilmunya, namun tak pandai memberikan petunjuk, ada yang pandai memberi petunjuk namun ilmunya sedikit, ada yang memiliki keduanya namun tak bisa *bertazkiyah*. Yang mempunyai ketiganya ia mempunyai “obat mujarab” kehidupan. Yang paling penting yang mesti focus penasihat yaitu mengingat (*tadzkir*) pada ayat Allah di jiwa serta ufuk; selalu ingat berbagai hukuman serta sanksi-Nya; selalu ingat apa yang menjadi janji Allah terhadap insan yang maksiat ataupun patuh kepada-Nya. Hal penting yang jadi perhatian *ta'lim* ulama yaitu *ta'lim* Al-Qur'an serta As-Sunnah sebagai penjelasan Al-Qur'an,

“Akan tetapi (*dia berkata*), ‘Hendaklah kamu menjadi orang-orang rabbani karena kamu selalu mengajarkan Al-Kitab dan disebabkan kamu tetap mempelajarinya.’” (*Ali-Imran* [3]; 79)

Membenahi hati serta tingkah laku termasuk hal penting yang jadi perhatian tarbiyah para murabbi. Setiap zaman punya permasalahan baru, dan sepanjang zaman pula terdapat persoalan tersendiri. Adapun orang yang dapat menyelesaikan persoalan lama ialah mereka yang alim dan rabbani. Itulah tanda keberhasilannya dalam *tazkiyah*. Jika zaman moderen ialah kekhusyuan amat rendah, namun cinta dunia serta takut mati amatlah banyak. Karenanya, guru atau syaikh yang tidak sukses mengatasi persoalan ini tidak dapat melakukan pembenahan. Orang yang alim wajib mempunyai keterampilan memberikan pencerahan sehingga bisa memberikan bimbingan serta rasa aman bagi santrinya. Seorang da'i ataupun guru mesti membuat majelis ilmu, majelis nasihat, serta *tazkiyah* olehnya dapat menyatukan umat. Atau mendirikan majelis khusus bagi *tazkiyah* serta majelis umum. Selain itu juga dibutuhkan majelis seperti As-

sunnah, tilawah, tajwid, tafsir, dan ilmu-ilmu Al-Qur'an, fiqh, ushul fiqh, dan lainnya. Ketika murid telah dapat menghormati gurunya hal itu menandakan titik awal keberhasilan mengajarkan adab. Ketika ustadz tidak mengajarkan adab ta'lim maka kesuksesannya sangatlah bergantung pada pengaplikasian adab tersebut. Olehnya memahami adab ustadz serta santri merupakan hal penting bahkan dalam penegakan agama.³

Pergerakan dakwah yang sukses di sejarah Islam ialah pergerakan yang memberi tekanan sejak awal melalui:⁴

- 1) Dzikir secara kontinyu serta ilmu keseluruhan sesuai keperluan.
- 2) Kepercayaan (*tsiqoh*) pada pimpinan, keyakinan yang menimbulkan ketaatan hati.
- 3) Akrab terhadap lingkungan, ikut serta dalam majelis dzikir, ilmu serta lainnya juga mengeratkan interaksi sesama jamaah.
- 4) Melaksanakan *public service* serta perhatian juga semangat.
- 5) menumbuhkan etika berkomunikasi yang baik

Tazkiyah sebagai sarana seperti; shalat, puasa, haji, dzikir, membaca Al-Qur'an, infak, tafakur, mengingat kematian serta angan yang pendek, *muraqabah*, *muhasabah*, *mujadah*, *mu'aqabah*, *amar ma'ruf nahi mungkar*, pelayanan dan tawadhu', mengerti celah setan merasuki jiwa serta menutupi celah tersebut. Jika dilakukan dengan baik dampaknya ialah terealisasi keimanan keihlasan, kesabaran serta jujur kepada Allah SWT, juga tumbuh cinta kepadaNya. Serta terjauhkan dari persoalan yang berlawanan dengan hal tersebut sehingga akan timbul ketenteraman dalam dirinya yang berdampak pada kemaslahatan untuk lingkungannya.⁵

Kata *Nafs* mempunyai sejumlah makna, yakni, *Nafs* ialah kepribadian diluar fisik yang berada dalam dimensi lain. Kedua, artinya *Nafs* ialah rasa sadar, berperikemanusiaan ataupun "aku internal". artinya, ada rasa tenang, gelisah, sakit, dal juga lainnya namun hanya dirinya yang bisa merasakan serta tidak dapat diekspresikan. Ketiga, arti *Nafs* ialah dimaknai sesama jenis. Keempat, dimaknai menjadi hasrat,

³ Sa'id, *Menyucikaaan Jiwa*, 13-14.

⁴ Sa'id, *Menyucikaaan Jiwa*, 15.

⁵ Sa'id, *Menyucikaaan Jiwa*, 3.

serta kehendak, kemauan. Makna itu dinukil dari kamus tasawuf. Atau dapat dikatakan, *Nafs* ialah kekuatan yang menggerakkan aktivitas pada pribadi insan serta perilaku yang menggerakkan pada tujuan. Jiwa ialah zat yang independen serta bukanlah keadaan (*ardh*) sdengan demikian ia hanya terdapat dalam diri sendiri. Pengertian tersebut menurut Al-Ghazali. Munculnya kekuatan itu berawal dari dorongan semangat kemudian jadilah suatu perlakuan. *Nafs* pula difahami menjadi ruh akhir ataupun ruh yang diciptakan Allah SWT, atau yang masuk dalam jasad manusia serta sebagai pengaktif diri manusia.⁶

Al-Qalb asalnya dari kata *qalaba* (قلب) yang artinya perubahan serta *qalb* dapat dimaknai jantung. Adapun menurut psikis *qalbu* berlawanan dengan tenang. Pendapat Al-Ghazali, Al-Qalb ialah hati jasmani / daging sanubari yang bentuknya menyerupai jantung pisang yang isinya darah hitam pekat berada di rongga dada kiri. Adapun Al-Qalb secara psikis terkait jiwa yang artinya latif, mempunya sifat ketuhanan, serta sebagai hakikat manusia sebab sifatnya menerima pengetahuan, serta bisa beramal serta sebagai objek perintah serta larangan Allah SWT.⁷

Sedangkan Ar-Ruh menurut Ibnu Mansur, Ar-Ruh asalnya dari kata Ar-Rih (Angin) mirip dengan definisi An-Nafs (nafas udara), adapun abu hitam mengartikannya nafas bergerak diseluruh jasad. Ar-Ruh makna secara fisik ialah nyawa yang tersumber di hati jasmani serta pemancar cahaya bagi seluruh tubuh manusia lewat nadi serta darah, yang pancaran cahayanya menjadikan kehidupan manusia, olehnya bila ruh mati, akan berakhir pula kehidupan manusia dan menurut istilah kesehatan ruh disebut nyawa. Dalam arti psikis Ar-Ruh adalah bisikan rabbani.⁸

Tazkiyatun Nafs pada hakikatnya ialah membersihkan jiwa serta hati dari dosa serta sifat buruk yang mengotorinya yang selanjutnya mengembangkan mutu jiwa serta hati melalui pembiasaan sifat terpuji yang diridhoi oleh Allah SWT, juga potensi positif lewat ibadah, *Mujahadah*,

⁶ Totok Jumantoro, *Kamus Ilmu Tasawuf*, (UNSIQ, Amazah, 2005), 159.

⁷ A. Gani, *Tasawuf Amali Bagi Pencari Tuhan*, (Bandung, Alfabeta, 2019), 165.

⁸ A. Gani, *Tasawuf Amali Bagi Pencari Tuhan*, 165-166.

serta sejumlah tindakan maslahat. Dengan demikian hati serta jiwa akan bersih serta memiliki mutu yang baik, yang tercermin melalui sifat terpuji. *Tazkiyatun Nafs* berusaha menuntun manusia kembali pada fitrahnya serta penguatan mental agar seseorang selalu berada pada koridor yang diridhoi Allah SWT, yang mana jalannya yaitu melalui pendekatan serta melaksanakan ajaran agama.⁹

2. Hakikat Tazkiyatun Nafs

Pengertian hakikat dalam Islam, secara harfiah haqiqah berarti inti sesuatu, puncak atau sumber (asal) dari sesuatu. Di dunia sufi, hakikat merupakan aspek lain dari syariat yang bersifat eksoterik, yaitu aspek esoterik (batiniah). Secara terminologi, hakikat dapat diartikan sebagai rahasia yang paling dalam dari segala amal, inti dari syariat dan akhir dari perjalanan yang ditempuh oleh seorang sufi. Hakikat yang disebut sebagai kebenaran adalah makna terdalam dari praktik dan petunjuk yang ada pada syariat dan tarikat. Dapat disimpulkan bahwa hakikat adalah kalimat atau ungkapan yang digunakan untuk menunjukkan makna yang sebenarnya atau makna yang paling dasar dari sesuatu seperti benda, kondisi atau pemikiran. Akan tetapi ada beberapa yang menjadi ungkapan yang sudah sering digunakan dalam kondisi tertentu, sehingga menjadi semacam konvensi, hakikat seperti disebut sebagai hakikat secara adat kebiasaan.

Tazkiyatun Nafs pada hakikatnya ialah membersihkan jiwa serta hati dari dosa serta sifat buruk yang mengotorinya yang selanjutnya mengembangkan mutu jiwa serta hati melalui pembiasaan sifat terpuji yang diridhoi oleh Allah SWT, juga potensi positif lewat ibadah, *Mujahadah*, serta sejumlah tindakan maslahat. Dengan demikian hati serta jiwa akan bersih serta memiliki mutu yang baik, yang tercermin melalui sifat terpuji. *Tazkiyatun Nafs* berusaha menuntun manusia kembali pada fitrahnya serta penguatan mental agar seseorang selalu berada pada koridor yang diridhoi Allah SWT, yang mana jalannya yaitu melalui pendekatan serta melaksanakan ajaran agama.¹⁰

Hal yang masuk ke dalamnya adalah penyucian dari:

- a. Kufur, nifak, fasik dan bid'ah

⁹ A. Gani, *Tasawuf Amali Bagi Pencari Tuhan*, 170-171.

¹⁰ A. Gani, *Tasawuf Amali Bagi Pencari Tuhan*, 170-171.

- b. Musyrik * riya'
- c. Cinta dunia
- d. Dengki
- e. Ujub
- f. Sombong
- g. Bakhil
- h. Terpedaya
- i. Pemarah & dzolim
- j. Mencintai harta
- k. Hawa nafsu

Ada tiga fase yang mesti dilalui, yaitu *tathahhur*, *tahaqquq*, dan *takhalluq*. *Tathahhur* (menyucikan) diri dari akhlak yang tercela, *tahaqquq* (mencapai) berbagai *maqam*, dan *takhalluq* (berakhlak) dengan nama-nama dan sifat-sifat Allah. Sesungguhnya *maqom* yang tertinggi bagi manusia yang dari maqam ini akan muncul semua maqam yang tinggi adalah maqam ubudiyah yang didasarkan pada tauhid.¹¹

- 1) Tahaqquq
 - a) Tauhid & 'Ubudiyah
 - b) Ikhlas
 - c) Shidiq kepada Allah
 - d) Zuhud
 - e) Tawakkal
 - f) Mahabbatullah
 - g) Rasa takut & harap
 - h) Taqwa dan Wara'
 - i) Syukur
 - j) Sabar, Taslim, Ridha
 - k) Muraqabah & Musyahadah
 - l) Tobat terus menerus
- 2) Takhalluq
 - a) Sebagian sifat Nabi SAW untuk diteladani
 - b) Bagian hamba dari sebagian Asma'ul Husna

3. Buah Tazkiyah

Buah *Tazkiyah* berakhlak dengan nama-nama Allah yang indah itu menghasilkan buah-buah amaliah dalam kehidupan. Sebagaimana telah diketahui bahwa jiwa yang telah tersucikan adalah jiwa yang berakhlak dengan apa yang seharusnya dijadikan akhlak diantara nama-nama Allah yang indah sesuai dengan tuntutan *ubudiyah*, jiwa yang telah merealisasikan

¹¹ Sa'id, *Menyucikaaan Jiwa*, 372.

berbagai *maqam* hati yang merupakan buah langsung dari *ma'rifatullah*, dan jiwa telah dibersihkan dari berbagai penyakit. Maka *tazkiyah* adalah *tathahhur*, *takhalluq*, dan *tahaqquq*. Sedangkan teladan tertinggi dalam hal tersebut adalah Rasulullah SAW.¹²

Buah-buah *tazkiyah* ini tidak akan muncul secara jelas sebagaimana kemunculannya dalam pengendalian lidah dan adab berbagai hubungan dengan Allah dan manusia. Karena, hal itulah yang dapat dirasakan secara nyata dari *tazkiyah*, terkendalinya lidah dan memperbanyak kebaikan. Orang tidak akan ternilai kesucian jiwa seseorang kecuali jika telah menyaksikan di dalam perilaku seara langsung. Pada dasarnya, adab berbagai hubungan memiliki dua sisi yaitu sisi negatif dan sisi positif, seperti mengutamakan orang lain, sabar, santun, kasih sayang, simpati, melayani, memperhatikan keadaan, dermawan, dan mendengarkan dengan baik. Sedangkan sisi negatif, seperti menahan diri dari kehormatan orang, tidak merendahkan mereka, dan tidak berprasangka buruk.

Kerusakan hati akibat dusta, fasik, dan maksiat, sombong, ujub, dan terpedaya, memiliki dampak dan buah yang buruk di dalam kehidupan, seperti menolak kebenaran, bersikap sombong kepada Allah, melampaui batas, melanggar hak, merendahkan hamba Allah, dan menzalimi mereka. Sedangkan kesehatan hati memunculkan berbagai buahnya dalam setiap lingkungan kehidupan, dalam lingkup keluarga, organisasi, masyarakat, dan berbagai hubungan timbal balik atau komunitas. Imam Al-Ghazali menjelaskan tentang penyakit lidah dan adab berbagai hubungan sebagai berikut:

a. Mengendalikan lidah

Ketahuilah bahwa bahaya lidah sangat besar dan tidak ada orang yang bisa selamat darinya kecuali dengan diam. Oleh karena itu, pembuat syariat memuji dan menganjurkan diam, Nabi SAW bersabda, “Siapa yang diam, pasti selamat.” Luqman berkata, “Diam adalah kebijaksanaan, tetapi sedikit sekali orang yang melakukannya.” Penyakit-penyakit lidah, sebagai berikut:

- a. Pembicaraan yang tidak berguna, berlebihan dalam berbicara, melibatkan diri dalam pembicaraan yang batil, perbantahan dan perdebatan, pertengkaran, berkata keji, jorok, dan cacian.

¹² Said, *Menyucikan Jiwa*, 555.

- b. Melaknati, nyanyian dan syair, senda gurau, ejekan dan comooan, janji palsu, menyebarkan rahasia, berdusta dalam perkataan dan sumpah, menggunjing dan menghasut.
 - c. Perkataan yang berlidah dua, sanjungan, kurang cermat dalam pembicaraan, dan melibatkan diri secara bodoh pada beberapa pengetahuan dan pertanyaan yang menyulitkan.¹³
- b. Adab berbagai hubungan
- Adab berbagai hubungan manusia sangat penting bagi kemaslahatan dan kebahagiaan manusia. Seorang Muslim adalah pemburu kesempurnaan, sedangkan Islam adalah kesempurnaan dan pendorong menuju kesempurnaan. Berbagai kesempurnaan yang diserukan Islam, yang memiliki kaitan dengan adab berbagai hubungan, niscaya temukan lautan yang tidak bertepi karena berbagai gambaran kehidupan itu memang tak terhingga. Setiap bentuk kehidupan di dalam Islam memiliki adab, seperti:
- 1) Hak-hak kedua orang tua, hak-hak anak, hak-hak sesama muslim, hak-hak kerabat dan sanak keluarga, hak-hak tetangga,
 - 2) Adab hubungan persaudaraan, adab hubungan suami istri, adab pergaulan, dan interaksi dengan beragam manusia.¹⁴

4. Metode Tazkiyatun Nafs

Untuk melaksanakan Tazkiyatun Nafs diperlukan suatu metode. Metode ini berdasarkan rasa yakin jika akhlak manusia bisa ditingkatkan, serta cara yang digunakan ialah metode *Riyadhoh* (latihan jiwa) dan *Mujahadah* (kesungguhan). Keduanya memiliki pengertian. *Riyadhoh* (latihan jiwa) ialah membiasakan diri berbuat baik. Pada *riyadhoh* di fase awal akan terasa berat, tetapi difase akhir akan tercipta karakter yang baik. Adapun *mujahadah* (kesungguhan) asalnya yakni kata *jahada* semakna dengan *ijtahada*, yang berarti usaha keras. dalam pengertian luasnya *Mujahadah* ialah bersungguh dalam menentang nafsu dengan berdasar *syari'at* serta *akal*, misalnya yaitu menjauhi semua yang dilarang dalam syariat islam.¹⁵

¹³ Said, *Menyucikan Jiwa*, 563.

¹⁴ Sa'id, *Menyucikaaan Jiwa*, 39-776.

¹⁵ A. Gani, *Tasawuf Amali Bagi Pencari Tuhan*, 179.

Riyadhah dilakukan melalui latihan jiwa yang lama-lama menjadi kebiasaan. Latihannya adalah mengamalkan amalan sholeh serta menghiasi dirinya memakai *akhlak mahmudah*. Sedangkan Mujahadah menentang nafsu bukanlah mematikan seluruhnya, tetapi yang ditekankan ketika mujahadah ialah mengelola hawa nafsu dengan syari'at serta akal. Diambil kesimpulan, bahwa keduanya saling berkaitan kita dituntun untuk berlatih jiwa dengan sungguh-sungguh, yang menjadikannya kebiasaan. Kebiasaan itulah keberhasilan yang baik. Berdasar ungkapan tersebut bisa dikatakan bila metode *riyadhoh* dan *mujahadah* ialah serangkaian pendidikan dalam membina akhlak. Dua metode itu memiliki tujuan membenahi kepribadian individu. Serta dapat disimpulkan jika *riyadhoh* dan *mujahadah* ialah metode *tazkiyatun nafs*.¹⁶

Dapat dipahami bila metode Tazkiyatun Nafs ialah sarana yang diperlukan manusia yang memiliki keinginan dekat kepada Allah SWT, cara ini juga diterapkan disuatu pesantren yang tak terlepas dari pengarahan kiyai. Pesantren ialah lembaga pendidikan Islam tradisional yang semua santriwati bermukim di pondok pesantren serta disediakan beberapa fasilitas yaitu adanya masjid untuk menunaikan sholat, tempat belajar, dan tempat sebagainya. Seluruh para santriwati belajar di bawah asuhan seorang kiyai, dan santriwati dapat dikatakan sebagai penuntut ilmu yang menempuh pendidikan. Santriwati dibagi atas dua kategori yakni *pertama*, santriwati yang berasal dari lingkungan dekat pesantren, dan *kedua*, santriwati yang berasal dari jauh.¹⁷

5. Kecerdasan Spiritual

Rene Descartes menjelaskan jika pusat jiwa berada di kelenjar pineal otak. Plato menjelaskan bila berfikir pusatnya ada di kepala. Sedangkan Vilyanur Rama Chandran (ahli bedah otak dari Amerika) menjelaskan ada "*God Spot*" di *lobus temporalis otak*. Sehingga, permasalahan otak sesungguhnya tidaklah menjadi permasalahan ilmu kedokteran. Olehnya itu, pembicaraan terkait otak tidak cuma sebagai kompetensi para pakar neurosains, neurolog, atau neurosurgeon. Persoalan

¹⁶ A. Gani, *Tasawuf Amali Bagi Pencari Tuhan*, 180.

¹⁷ HM. Amin Haedari dan Abdullah Hanif, *Masa Depan Pesantren Dalam Tantangan Modernitas Dan Tantangan Komplexitas Global*, (Jakarta: IRD Press, 2006), 31-35.

neurologi seperti *cortical neglect*, sindrom *Kluver-Bucy*, penyakit Parkinson, guna menyebutkan sejumlah contoh kasus, memberi legitimasi yang kuat mengenai peranan otak dalam mengonstruksi kesadaran manusia. Manusia merupakan makhluk yang mempunyai kesadaran. Serta memiliki kecerdasan spiritual (SQ), juga emosi (EQ). Kontruksi *neocortex* dan *hippocampus* yang tidak sama, pasti menjadikan memori manusia berbeda. Susunan seluler juga pasti berbeda, sebab arsitektur serta koneksi pembuluh darah mereka tidak sama. Otak itu unik, olehnya, ekspresi kejiwaan menjadi unik juga. Kemudian, jikalau demikian, tubuh fisik itu menjadi hal yang absurd menyangkut hubungan transendensi manusia dengan Tuhan? Laleh dan Laden memakai tubuh yang sama saat beribadah, padahal mereka mempunyai ekspresi kejiwaan yang tidak sama. Apakah mungkin pikiran Laleh sedang mengkhayal ketika beribadah sedangkan Laden khusyuk. Sejak dahulu, para mistikus memang sudah membicarakan mengenai absurditas fisik, apalagi *organized religion*, pada hubungan transendensi manusia serta Tuhan. Permasalahan Laleh dan Laden ini menjadi peluang besar dalam mengkaji ulang konsep kehidupan yang sudah disetujui. Mungkin, yang paling penitng spirituality, bukanlah *organized religion*.¹⁸

Hippocampus nama dari kerusakan bagian otak yang bisa menjadikan manusia kehilangan memori deklaratif. Tingkatan yang lebih berat, manusia kehilangan semua memorinya, baik terkait dirinya serta hidupnya. Descartes tidak terlalu salah saat menjaskan jika otak menjadi tempat bersemayamnya entitas yang disebut “jiwa”. Otak menjadikan manusia sadar sebab adanya kaitan fungsional pada sel-sel sarafnya. Tanpa hubungan ini, tidaklah berjalan fungsi otak dan semata-mata menjadi daging belaka. Laleh dan Laden dalam kasus neurologis, harus membuat setiap orang menjadi sadar akan kehidupan eksistensialnya yang unik. Bagian otak manusia yang khas disebut dengan Neocortex. Neocortex dengan komposisi yang besar dan sedemikian rumit. Susunan selulernya betul-betul khas manusia. Sekadar contoh, arsitektur sel yang tipikal pada lapisan granuler di daerah *prefrontal* otak depan hanya berkembang baik pada manusia. Korteks prefrontal ini

¹⁸ Taufiq Pasiak, *Manajemen Kecerdasan Memberdayakan IQ, EQ, Dan SQ Untuk Kesuksesan Hidup*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2006), 38-40.

menjadi bagian sangat penting menyangkut sistematisasi kepribadian seseorang. Jika makhluk lain, termasuk primata di bawah manusia, lebih dominan sistem limbiknya, maka manusia didominasi oleh *cortex celebri*, terutama *neocortex*. Masuk akal jika psikoanalisis Erich Fromm berpendapat bahwa adanya *neocortex* ini menandai peralihan manusia dari makhluk primata di bawahnya. Menurut Fromm, ajaran-ajaran luhur kehidupan dan keniscayaan agama dimungkinkan oleh *neocortex* ini.¹⁹

Merujuk pada hasil riset di bidang neurosains adalah instrumen yang diciptakan oleh Herrmann. Ia melanjutkan hasil temuan Roger Sperry Soal “otak kiri-otak kanan” dan membagi otak menjadi 4 bagian yang disebut dengan 4 kuadran otak. Jika Sperry hanya membagi otak menurut hemisfer (berlahan) kiri-kanan, maka Herrmann membagi otak menurut 2 komponen utama yaitu; sistem limbik yang menata fungsi-fungsi *emosi*, serta kulit otak (*cortex celebri*) yang menata fungsi-fungsi *kognitif*. Dominansi otak merupakan salah satu keunikan otak manusia. Jika anda mengenal dominansi otak anda, maka lebih banyak hal yang dapat anda lakukan. Anda lebih efektif dan efisien, tidak membuang-buang tenaga dan waktu, dan fokus dalam bekerja. Beruntung, kita bisa memakai dominansi otak tidak hanya untuk *job distribution* atau berurusan dengan pekerjaan dan penempatan karyawan. Mengetahui dominansi otak dapat menjadi salah satu cara mengenal diri. Sebab, kalau tahu bagaimana corak berfikir anda, lebih menata kecenderungan-kecenderungan kejiwaan anda. Misalnya, ada hubungan kuat antara dominansi otak kanan, terutama kanan bawah, dengan sifat-sifat perasa, mudah tersinggung, gampang jatuh kasihan, suka melamun, berfikir filosofis, suka menyendiri, menjunjung tinggi persahabatan, setia, dan tidak mudah berkhianat. Otak kanan, berlebih-lebih kanan bawah, memang berfungsi mengatur emosi seseorang. Beberapa penelitian bahkan mengaitkan dominansi otak ini dengan gangguan-gangguan jiwa. Sistem limbik, bagian terpenting otak yang mengatur emosi, berkembang jauh lebih dulu dibandingkan *cortex celebri* (kulit otak), tempat penataan kognisi manusia. tidak heran pada orang-orang

¹⁹ Taufiq , *Manajemen Kecerdasan*, 43-44.

tertentu, sistem limbik menguasai *cortex celebri*. Akibatnya, perilaku-perilaku yang cenderung emosional lebih menonjol ketimbang rasional. Dominansi otak mempengaruhi setiap sifat dan perilaku kita. Otak merupakan fungsional yang mendasari proses belajar dan komponen fisik. Pengetahuan tentang otak tidak saja penting dalam proses keseluruhan dalam pendidikan, tetapi juga penting dalam proses pembelajaran.²⁰

. Menurut kamus Webster mendefinisikan kecerdasan sebagai: 1) kemampuan untuk mempelajari atau mengerti pengalaman, kemampuan untuk mendapatkan dan mempertahankan pengetahuan, kemampuan mental, 2) kemampuan untuk memberikan respon secara cepat dan berhasil pada situasi baru, kemampuan untuk menggunakan nalar dalam memecahkan masalah. Kecerdasan berasal dari kata cerdas. Secara etimologi cerdas yaitu sempurna perkembangan akal budi untuk berfikir dan mengerti.²¹

Kemampuan seseorang dalam memaknai peristiwa kehidupan dan kemampuan dalam mengelola segala problematika dan segala sesuatu yang ada dalam lingkungan kehidupan itu sendiri adalah pengertian kecerdasan dalam pandangan John Dewey. Dapat dipandang sebagai kemampuan memahami dunia, berfikir rasional, dan menggunakan sumber-sumber secara efektif pada saat dihadapkan dengan tantangan yang disebut adalah bagi para psikologi kecerdasan atau *intelegensi*. Berbeda dengan pendapat di atas, bahwa karunia serta amanah yang diberi Allah untuk manusia ialah makna kecerdasan seperti ungkapan oleh Ali bin Abi Thalib. Ia akan mencapai puncak aktualisasinya jika dipergunakan sebagaimana visi manusia yang sudah ditetapkan Allah SWT untuk manusia.²²

Semangat, jiwa, sukma, dan ruh adalah makna spiritual yang dijelaskan dalam KBBI. Sedangkan spiritual diambil dari kata spirit. Sehingga Spiritual sangat berkaitan terhadap ruh atau jiwa yang ada disetiap manusia. Menurut pendapat Marsha Walch dan Mimi Doe, spiritual ialah dasar

²⁰ Taufiq, *Manajemen Kecerdasan*, 17-20.

²¹ Daryanto, *Kamus Bahasa Indonesia Lengkap*, (Surabaya: Apollo, 2006), 141.

²² H. Darmadi, *Kecerdasan Spiritual Anak Dini Dalam Cakrawala Pendidikan Islam*, (Bogor: Guepedia, 2018), 13.

pembentukan harga diri, moralitas, nilai, serta memberikan makna serta arah untuk kehidupan. Dengan demikian akan tumbuh rasa sadar manusia kepada Allah ataupun semua hal yang disebut sebagai sumber kehadiran serta dasar kehidupan atau inti sari. Bahwa jiwa Spiritual Agama yang dia percaya bisa dipakai menjadi acuan dirinya agar tumbuh jiwa spiritual adalah pendapat dari ungkapan Hazrat Inayat Khan.²³

“ Spiritus” adalah bahasa lain dari kata spiritual yang berarti udara atau nafas, spirit menjadikan hidup, serta manusia bisa menjiwai. Spirit memberi makna penting untuk berbagai hal yang sekiranya menjadi pusat semua sendi kehidupan. Suatu yang terpengaruh perkembangan budaya, keyakinan, pengalaman hidup, serta harapan, melihat makna kehidupan serta menjaga hubungan dengan sesama.²⁴

Rasa yang menyeluruh juga selaras yang ada pada diri seseorang dengan Tuhan ataupun kekuatan tertinggi menjadi ketetapan adalah karakteristik spiritual yang utama.

Karakteristik kebutuhan spiritual meliputi:

- a. Maksud serta tujuan juga anugrah & harapan
- b. Keyakinan, kreativitas dan harapan
- c. Cinta dan hubungan
- d. Kepercayaan
- e. Pemaafan

Sesuatu pola yang tergabung serta berkaitan terhadap dimensi lain pada diri manusia yang disebut dengan pola normal spiritual.

Terdapat sejumlah contoh Islam yang mengaplikasikan pola normal spiritualnya melalui metode:

- a. Pola normal orang tua dalam memanfaatkan waktu guna mengaji bersama anak didalam keluarga pola normal spiritual
- b. Pola orang tua memberi tauladan saling menghormati orang tua

²³ Ulfah Rahmawati, “*Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Santri: Studi Terhadap Kegiatan Keagamaan Di Rumah Tahfiz Qu Deresan Putri Yogyakarta,*” Jurnal Penelitian 10, no. 1, (2016), 103-104.

²⁴ H. Darmadi, *Kecerdasan Spiritual Anak Dini*, 15.

- c. Pola orang tua mengajarkan anak untuk melaksanakan shalat²⁵

Kecerdasan Spiritual (Spiritual Quotient) adalah kecerdasan manusia yang bisa mengarahkan dan memecahkan persoalan-persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan manusia yang menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih kaya dan lebih luas, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.

Kemampuan untuk memberi makna spiritual terhadap pemikiran, setiap perilaku dan kegiatan, melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah, menuju manusia seutuhnya, dan memiliki pola pikiran tauhid, serta berprinsip “hanya karena Allah” adalah pengertian kecerdasan spiritual menurut Ary Ginanjar Agustin dalam buku best sellernya *Emotional Spiritual Quotient*. Selanjutnya kecerdasan spiritual (spiritual Quotient) adalah kecerdasan tertinggi menurut Ginanjar menegaskan dari pernyataan Dinar Zohar dan Lan Marshall. Sedangkan Toto Tasmara menyebut kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan ruhaniah (*Transcendental Intelligence*). Dan menjelaskannya bahwa Kecerdasan Spiritual adalah kemampuan seseorang untuk mendengarkan hati nuraninya, baik dan buruk dan rasa moral dalam caranya menempatkan diri dalam pergaulan. Indikator kecerdasan tersebut menurut Tasmara adalah Ketakwaan.²⁶

Untuk menumbuhkan otak manusiawi kita, pengertian SQ (Spiritual Quotient) secara harfiah. SQ telah “menyalakan” kita untuk menjadi manusia seperti adanya sekarang dan memberi kita potensi untuk “menyala lagi” untuk berubah dan tumbuh, serta menjalani lebih lanjut evolusi potensi manusiawi kita. Kita menggunakan SQ untuk menjadi kreatif menghadirkannya ketika ingin berwawasan luas, atau spontan secara kreatif dan menjadi luwes. Dan menggunakan SQ untuk berhadapan dengan masalah eksistensial yaitu saat kita secara pribadi merasa

²⁵ H. Darmadi, *Kecerdasan Spiritual Anak Dini*, 16-18.

²⁶ Ulfah Rahmawati, “Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Santri: Studi Terhadap Kegiatan Keagamaan Di Rumah TahfizQu Deresan Putri Yogyakarta,” *Jurnal Penelitian* 10, no. 1, (2016), 105-106.

terjebak, terpuruk, oleh kekhawatiran, kebiasaan, dan masalah masa lalu kita akibat kesedihan dan penyakit. SQ menjadikan kita sadar bahwa kita mempunyai masalah eksistensial dan membuat kita mampu berdamai atau setidaknya bisa mengatasinya berdamai dengan masalah tersebut. SQ memberi kita suatu rasa yang “dalam” menyangkut perjuangan hidup²⁷.

Ujung adalah suatu tempat bagi kita dapat menjadi sangat kreatif. SQ adalah pedoman saat kita berada “di ujung”. SQ adalah pemahaman kita yang dalam dan intuitif akan nilai dan makna, merupakan petunjuk bagi kita saat berada di ujung. Dan SQ adalah hati nurani kita. Kita menggunakan SQ untuk mencapai perkembangan diri yang lebih utuh karena kita memiliki potensi untuk itu. Kita masing-masing membentuk suatu karakter melalui gabungan antara visi, pengalaman, ketegangan antara apa yang benar-benar kita lakukan, hal-hal yang lebih besar dan lebih baik yang mungkin kita lakukan. Egois adalah besarnya ego asli dalam diri. Ambisius pada materi, serta lainnya. Namun dapat diilustrasikan terkait transpersonal kepada keindahan, kebaikan, kedermawanan, pengorbanan, serta lainnya. SQ memudahkan seseorang menggapai potensi yang tersembunyi dalam dirinya. dan tumbuh melebihi ego terdekat diri kita. Ia membantu kita menjalani hidup pada tingkatan makna yang lebih dalam.

Tanda-tanda dari SQ yang telah berkembang dengan baik mencakup hal-hal berikut:

- a. Rasa sadar yang baik
- b. Kemampuan bersifat fleksibel
- c. Mampu menghadapi serta melampaui rasa sakit
- d. Mampu menghadapi serta memanfaatkan penderitaan
- e. Menghindari kerugian hal yang tidak penting
- f. Mutu hidup yang diilhami dengan visi serta nilai-nilai
- g. Selalu muncul pertanyaan dalam diri “bagaimana jika?” atau “mengapa?” guna menemukan jawaban mendasar.
- h. Selalu melihat hubungan kausalitas diberbagai permasalahan
- i. Memiliki atau menciptakan “bidang mandiri” yakni mempunyai kebiasaan melawan konvensi individu yang

²⁷ Danah Zohar, Dan Marshall, *SQ (Kecerdasan Spiritual)*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2000), 11.

memiliki SQ tinggi pula lebih banyak menjadi pimpinan yang rela mengabdikan, bertanggung jawab serta membawa visi serta nilai yang lebih baik kepada lingkungannya serta memberi arahan. Dapat dikatakan jika individu tersebut dapat menginspirasi lingkungannya.²⁸

Meningkatkan SQ kita dapat meningkatkan penggunaan proses tersier psikologis yaitu kecenderungan kita untuk bertanya mengapa, untuk mencari keterkaitan antara segala sesuatu, untuk membawa ke permukaan asumsi-asumsi mengenai makna di balik atau di dalam sesuatu, sadar diri, lebih jujur terhadap diri sendiri, menjadi lebih suka merenung, sedikit menjangkau di luar diri kita, bertanggung jawab, dan lebih memberani.²⁹

Pada awalnya sekitar permulaan abad ke 20-an, IQ atau kecerdasan intelektual pernah menjadi isu besar. Kecerdasan yang digunakan untuk memecahkan persoalan-persoalan logika maupun strategis yang disebut dengan kecerdasan intelektual. Para psikolog telah berhasil menyusun berbagai tes untuk mengukur IQ dan tes-tes ini menjadi alat untuk memilih manusia dalam berbagai tingkatan kecerdasan.

Kemudian pada pertengahan tahun 1990-an, Emotional Quotient (EQ) atau dalam bahasa Indonesia kecerdasan emosional adalah sama pentingnya dengan kecerdasan intelektual, yang telah dipopulerkan oleh Daniel Goleman. EQ merupakan persyaratan dasar untuk menggunakan IQ secara efektif.³⁰

Kecerdasan Spiritual dibagi menjadi 2 yaitu:

a. Kecerdasan Intelektual (IQ)

Kecerdasan Intelektual (IQ) adalah akal cerdas yang dipakai berfikir logis-rasional, yakni metode berfikir linier yaitu keterampilan melakukan analisis hingga melakukan evaluasi, kemampuan berhitung, dan lainnya. Manusia yang memiliki kecerdasan intelektual tinggi, kecerdasan otaknya kerap diumpamakan dengancanggihnya system komputer. Hingga pola berfikir kecerdasan intelektual ini tertanam

²⁸ Danah, *SQ (Kecerdasan Spiritual)*, 12-13.

²⁹ Danah, *SQ (Kecerdasan Spiritual)*, 14.

³⁰ H. Darmadi, *Kecerdasan Spiritual Anak Dini*, 7.

dalam memori kolektif masyarakat, jika mempunyai kecerdasan intelektual tinggi ada jaminan akan sukses dalam hidupnya, serta kebalikannya. Alhamdulillah, dalam rentan waktu hampir 100 tahun kecerdasan intelektual menjadi parameter tunggal kecerdasan manusia, dengan demikian anak yang mempunyai IQ yang tinggi menjadi kebanggaan orang tua, sesungguhnya kecerdasan itu tidaklah memberi jaminan individu berkembang serta berhasil dalam hidupnya. Hal itu disebabkan kecerdasan intelektual tidak memandang kreativitas, hubungan sosial dan tingkat emosi. Kecerdasan intelektual cuma menyumbang 4 % untuk kesuksesan hidup, penjelasan tersebut menurut Rober Copper dalam Taufik Pasiak. Paling penting, keberhasilan 90 persen ditentukan oleh kecerdasan-kecerdasan lainnya.³¹

Kecerdasan Intelektual pula lazim disebut menjadi intelegensi yang menjadi kemampuan kognitif yang dipunyai individu guna beradaptasi dengan efektif terhadap lingkungannya yang kompleks serta terus berubah. Intelegensi ialah kemampuan bertindak serta menentukan tujuan, guna berfikir secara rasional serta berkaitan dengan lingkungan secara maksimal, menurut Wechsler. Diluar intelegensi bisa dikategorikan atas 2 kategori yakni G faktor yang menjadi keterampilan kognitif serta disebabkan oleh faktor genetik serta S faktor kemampuan khusus yang disebabkan lingkungan.³²

Wiramiharja (2003) menyusun indikator dari kecerdasan intelektual. Ada tiga indikator kecerdasan intelektual terkait tiga dominan kognitif. Ketiga indikator tersebut adalah:

³¹ Rus'an," Spiritual Quotient (SQ): The Ultimate Intelligence," *Jurnal Lentera Pendidikan* 16, (2013): 93.

³² Darudijo Rommel Jachja, "Analisis Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Spiritual Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kinerja Karyawan: Studi Di PT. Multiguna International Persada," 9.

- 1) Kemampuan verbal yakni pemahaman dan nalar di bidang bahasa
 - 2) Kemampuan figur yakni pemahaman dan nalar di bidang bentuk
 - 3) Pemahaman dan nalar di bidang numerik ataupun berhubungan dengan angka biasa yang disebut kemampuan numerik³³
- b. Kecerdasan Emosi (EQ)

Kecerdasan Emosi (EQ) adalah Tentang menjadi lebih sadar akan diri kita emosi dan apa yang mereka isyaratkan kepada kita. Di bawah ini deskripsi dari 4 pilar dasar yang membentuk kecerdasan emosional secara keseluruhan dan bagaimana caranya dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai berikut.³⁴

1) Kesadaran Diri

Memperhatikan untuk emosi diri sendiri adalah pilar pertama kecerdasan emosional. Emosi sering kali terbagi dalam dua bagian utama:

- a) Komponen sikap, psikologis-pikiran, dan keyakinan yang mendasari sebagian besar emosi kita.
- b) Komponen fisik-sensasi tubuh yang selalu menemani keadaan emosi yang berbeda.

Misalnya, emosi seperti kegugupan mungkin sebuah pikiran campuran tertentu.

Dan pasti sensasi tubuh kita “perasaan berdebar di dada”

Terkadang hanya menjadi lebih sadar akan merasakan emosi yang kuat, cobalah melangkah mundur dan mengamati emosi itu apa adanya. Dan hanya keadaan emosional kita dan

³³ Siti Hanah, “Analisis Kesehatan Intelektual, Kecerdasan Emosional, Dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Kinerja Karyawan RS. Pelni Jakarta,” *Journal Of Reflection* 2, no. 3 (2019): 325.

³⁴ Eagle Oseven, *Kecerdasan Emosional: Daniel Goleman Toolkit*, (Jakarta: pinang, 2000), 1-4.

semua komponennya sudah cukup untuk mengelolanya lebih baik. Tanyakan pada diri kita, “Apa yang saya rasakan?” “Apa yang saya pikirkan, sensasi fisik apa yang saya alami dengan emosi ini?”.

2) Pengaturan Diri Sendiri

Setelah lebih sadar akan emosi kita, selanjutnya pilar kecerdasan emosional belajar bagaimana menanggapi untuk diri kita lebih baik. Bergantung pada situasinya, ada banyak perbedaan strategi yang dapat kita gunakan untuk mengatur emosi kita.

Beberapa dari strategi ini meliputi:

- a) Membalikkan emosi dengan melakukan kebalikan dari apa yang kita rasakan.
 - b) Menyalurkan emosi secara baru dan cara konstruktif, seperti melalui latihan, menulis dan melukis.
 - c) Duduk dan mengamati emosi sebagai pengamat pasif, alih-alih menindak lanjuti secara impulsif.
 - d) Menghindari pemicu - seperti orang-orang tertentu, situasi, atau lingkungan – yang lebih mungkin mengeluarkan emosi negatif.
 - e) Mencari pengalaman positif untuk membalikkan hal negatif ritinitas, seperti mendengarkan music yang memotivasi saat kita malas, dan menonton film komedi saat kita merasa sedih.
 - f) Semakin cerdas kita secara emosional, semakin baik kita akan menentukan cara terbaik untuk menanggapi sebuah emosi. Tapi itu akan membutuhkan latihan yang mantap dan kesadaran.
- ## 3) Empati

Memahami emosi kita sendiri adalah setengah dari emosi kecerdasan, separuh lainnya adalah memahami emosi dari orang lain. Saat kita meningkatkan “kesadaran

diri”, kita juga meningkatkan “kesadaran lain”. Kita belajar bahwa terkadang ada perbedaan antara pikiran, perasaan kita sendiri dan pikiran, perasaan orang lain. Empati adalah sejenis “membaca pikiran” tetapi didasarkan pada membuat kesimpulan tentang dunia internal orang berdasarkan atas tindakan eksternal kita. Alat ampuh untuk meningkatkan empati adalah pengambilan perspektif. Ini adalah latihan mental di mana kita secara harfiah bayangkan diri kita mengalami situasi dari perspektif orang lain untuk lebih memahami kita. Lebih berani bertanya pada diri sendiri.

“Berfikir siapa orang ini?”

“Apa yang dirasakan orang ini?”

“Mengapa orang ini bertindak seperti yang kita lakukan?”

Jenis pertanyaan ini akan menjadi titik awal yang bagus untuk membangun lebih banyak empati dalam diri kita dalam hubungan sehari-hari.

4) Keterampilan Sosial

Setelah memahami emosi diri kita dan orang lain, pertanyaan berikutnya adalah:

“Bagaimana saya menanggapi emosi orang lain?”

Di sinilah keterampilan sosial berperan pilar terakhir dari kecerdasan emosional.

Pertama, pahami bahwa banyak dunia emosional kita memiliki file komponen sosial yaitu, misalnya emosi seperti cinta, rasa bersalah, penolakan, dan rasa malu emosi sosial yang ketat. Oleh karena itu, untuk membangun hubungan yang sehat itu penting, kita terbiasa dengan emosi orang lain, khususnya bagaimana mereka menanggapi tindakan dan ucapan kita sendiri, jika tindakan kita menyebabkan emosi negatif kepada orang lain, maka tersebut bisa merusak hubungan dan

kemampuan kita terhubung dengan orang lain dengan cara yang berarti. Menumbuhkan emosi positif—seperti kegembiraan, optimisme, dan humor adalah kunci menuju ikatan orang lain dengan cara yang kuat dan abadi. Aspek keterampilan sosial dari kecerdasan emosional adalah tentang menjadi semacam “pemimpin emosional”. Tapi kita butuh untuk berlatih membalikkan orang negatif menjadi makhluk pertama positif dalam diri kita.³⁵

Tabel 2.1

Kerusakan Otak Depan dan Keterampilan Sosial
(Taufiq Pasiak, 2006: 38)

SINDROMA	LOKASI KERUSAKAN	GEJALA
Disinhibisi	Otak depan (Frontal) Bagian ventromedial	Hilangnya tata krama sosial, tidak bisa mendudukkan diri pada posisi semstinya.
Diseksekutif	Otak depan Bagian dorsolateral	Keterampilan mental berkurang.
Apatetis	Otak bagian dalam, lekukan di antara dua belahan otak	Tidak menghiraukan diri sendiri dan lingkungan tanpa merasa tertekan.

6. Ciri-Ciri Kecerdasan Spiritual

Jalaludin Rakhmat mengutip lima karakteristik orang yang cerdas secara spiritual menurut Roberts A. Emmons dalam bukunya “*The Psychology of Ultimate Concerns*”:

- Memiliki rasa kasih sayang yang tinggi kepada sesama makhluk Allah.
- Kemampuan untuk mensakralkan pengalaman sehari-hari.
- Kemampuan untuk mentrandensikan yang fisik dan material.
- Kemampuan untuk mengalami tingkat kesadaran yang memuncak.

³⁵ Eagle Oseven, *Kecerdasan Emosional: Daniel Goleman Toolkit*, (Jakarta: pinang, 2000), 4.

- e. Kemampuan untuk menggunakan sumber-sumber spiritual untuk menyelesaikan masalah dan kemampuan untuk berbuat baik.³⁶

Untuk mengetahui lebih jauh tentang keberadaan kecerdasan spiritual (*spiritual quotient*) yang sudah bekerja secara efektif atau bergerak ke arah perkembangan yang positif di dalam diri seseorang. Maka ada beberapa ciri yang bisa diperhatikan:

- a. Memiliki prinsip dan pegangan hidup yang jelas dan kuat yang berpijak pada universal baik yang berupa cinta, kasih sayang, keadilan, kejujuran, toleransi, integritas dan lain-lain.
- b. Mampu memaknai semua pekerjaan dan aktifitasnya dalam kerangka dan bingkai yang luas dan bermakna, tetapi lebih jauh lagi, bahwa semua yang dilakukan ini karena Allah. Dengan demikian, semua aktifitas yang dilakukan akan memiliki makna yang dalam dan luas, apapun bentuk aktifitas tersebut.
- c. Memiliki kesadaran diri (*self-awareness*) yang tinggi. Apapun yang dilakukan itu dengan penuh kesadaran. Seperti ditegaskan oleh Lan Marshall dan Danar Zohar bahwa manusia berbeda dengan mesin. Manusia adalah makhluk yang memiliki kesadaran (*human being are conscious*).
- d. Memiliki kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit (*tranced pain*).³⁷

7. Kecerdasan Spiritual Dalam Tasawuf Islam

Kecerdasan tertinggi, dan kecerdasan ruhaniah dimana kecerdasan spiritual itu butuh untuk ditumbuhkan dan dikembangkan menjadi lebih baik agar hidup menjadi lebih baik dan bermanfaat di dunia dan diakhirat, merupakan pengertian dari SQ (Kecerdasan Spiritual). Kecerdasan manusia yang menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih kaya dan luas, kecerdasan untuk menilai bahwa jalan hidup atau tindakan seseorang lebih bermakna

³⁶ Ulfah Rahmawati, "Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Santri: Studi Terhadap Kegiatan Keagamaan Di Rumah TahfizQu Deresan Putri Yogyakarta," *Jurnal Penelitian* 10, no. 1, (2016), 10^v-10[^].

³⁷ Ulfah Rahmawati, "Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Santri: Studi Terhadap Kegiatan Keagamaan Di Rumah TahfizQu Deresan Putri Yogyakarta," *Jurnal Penelitian* 10, no. 1, (2016), 10[^]-10[^].

dibandingkan dengan yang lain. Maka dengan itu cara menumbuhkannya dan mengembangkannya yaitu dengan berfikir sesuatu yang harus dilakukan atau sebelum dilakukan itu benar-benar menghasilkan kebaikan bukan keburukan. Dan dibantu dengan mensucikan jiwanya dengan cara mendekatkan diri kepada Allah SWT, dengan cara menjauhi perbuatan dosa dan mengisi atau melakukan perbuatan yang baik.

Kecerdasan Intelektual yang tinggi akan menimbulkan kesombongan bagi setiap orang yang memilikinya. Maka dari itu, jangan sampai berbuat kesombongan yang bisa merugikan diri sendiri maupun orang lain, dan dihadapan Allah perbuatan itu yang dibenci oleh Allah SWT. Pertahankan keinginan yang tidak baik baik diri, karena akan mengganggu dalam jiwa manusia.

Kecerdasan ada pada diri manusia, yang disebut dengan kecerdasan emosi. Ada manusia yang tidak bisa mengendalikan emosinya, yaitu tanpa menggunakan kesadarannya, ada juga yang bisa mengendalikan emosinya, dengan menggunakan kesadarannya. Sedangkan yang bisa mengendalikan emosinya dengan kesadarannya, itu termasuk kecerdasan emosi.. Pertahankan emosi itu dengan ketenangan, kesabaran, dan kuat dalam melaluinya. Kita harus bisa meningkatkan sifat yang baik untuk dilakukan dalam mengendalikan emosi yaitu dengan berbuat lemah lembut, contohnya dalam kegiatan sehari-hari yang dilandasi dengan kemarahan yaitu ketika mempunyai masalah yang belum terselesaikan maka cara menyikapi hal tersebut yaitu dengan bersikap lemah lembut, tenang, dan sabar. Dalam muncul sikap tersebut, maka yang terjadi hidup akan taat dan merasa lebih dekat kepada Allah SWT dan terbiasa berbuat baik. Kenapa harus mengembangkan kecerdasan spiritual dengan bertasawuf?. Berikut ini pengertian tasawuf Islam.

Istilah *ahlu* suffah yang berarti sekelompok orang pada masa Rasulullah SAW yang hidupnya berdiam diserambi-serambi masjid, dan mereka mengabdikan hidupnya untuk beribadah kepada Allah SWT, pengertian tasawuf tersebut secara bahasa. Tasawuf juga bisa diartikan bersih; suci (*shafa*). Maksudnya adalah orang-orang yang mensucikan dirinya di hadapan Allah SWT, sehingga dikenal dengan istilah sufi (orang-orang suci). Bisa diartikan orang-orang yang ketika shalat selalu berada di depan (*shaffun*), ada juga yang mengatakan bahwa tasawuf istilah dari bani Shuffah. Terakhir,

tasawuf diartikan sebagai *al hikmah* yakni kebijaksanaan. Kata tasawuf diambil dari kata *shuffah* (kaum *shuffah*), yaitu segolongan sahabat Rasulullah SAW yang memisahkan di satu tempat tersendiri di samping masjid Nabawi, yang mereka ini mempunyai pola hidup menjauhi dunia, yakni menurut pandangan tokoh Sufi Modern Nusantara Buya Hamka. Ada juga yang mengatakan bahwa tasawuf berasal dari bahasa Yunani yang diartikan yakni *theosofie* yang berarti ilmu ketuhanan, yang kemudian diartikan dan diucapkan oleh lidah orang Arab menjadi tasawuf. Kemudian, tasawuf secara istilah jalan menuju kedekatan kepada Allah SWT dengan cara melepaskan diri dari segala sesuatu yang rendah dan hina serta berpegang teguh kepada sunnah Rasulullah SAW. Tasawuf juga merupakan usaha untuk membangun manusia dalam hal tutur kata, perbuatan, serta gerak hati baik dalam skala kecil maupun besar, dengan menjadikan hubungan kepada Allah SWT sebagai dasar bagi semua itu.³⁸

Tasawuf adalah mengambil hakikat dan meninggalkan apa yang ada di tangan manusia (makhluk), penjelasan dari Ma'ruf Al Karkhi sebagaimana yang dikutip oleh Umar As Suhrawardi. Ini sebagai isyarat bahwa jalan menuju Allah harus pada hakikat (inti; maksud) dalam proses '*ubudiyah ilallah*'. Dan juga menghilangkan rasa tertariknya pada kehidupan duniawi yang serba gemerlap, penuh tipu daya dan fana', Hal tersebut, sebagai langkah untuk memudahkannya dalam mengarungi perjalanan ruhaniah agar dapat sampai pada puncak penantian (*ma'rifat ilallah*). Penjelasan tersebut diperjelas oleh Abu Bakar Al Kattani yang dikutip oleh Al Imam Al Ghazali, berkata bahwa tasawuf adalah budi pekerti. Barang siapa yang memberikan bekal bagimu atas dirimu dalam tasawuf, maka hamba yang jiwanya menerima (perintah) untuk beramal, karena sesungguhnya mereka melakukan suluk dengan petunjuk (nur) Islam. Dan orang-orang zuhud yang jiwanya menerima perintah untuk melakukan sebagian akhlak, karena mereka telah melakukan suluk dengan petunjuk imannya. Pada pendidikan moral, akhlak dan perilaku melalui tasawuf, difokuskan oleh Abu Bakar Al Kattani. Jadi, tasawuf sebagai usaha yang tepat untuk membina manusia menjadi insan dan kamil. Sehingga pengertian tasawuf tidak hanya

³⁸ Muhammad Basyrul Muvid, *Tasawuf Sebagai Revolusi Spiritual Di Abad Global*, (Malang: Literasi Nusantara, 2019), 1-2.

tentang perjalanan spiritual semata, namun juga sebagai usaha membersihkan diri dari segala kotoran yang menghalanginya menuju Allah dan usaha memperbaikinya. Kiranya tepat, jika Al Ghazali sebagai tokoh tasawuf akhlaqi mengutip pendapat Abu Bakar Al Kattani tersebut.³⁹

Kemudian pengertian tersebut diperjelas lagi oleh Syaikh Amin Al Kurdi, ia mengatakan bahwa tasawuf adalah ilmu yang dengannya diketahui hal ihwal kebaikan dan keburukan jiwa, cara membersihkannya dari yang tercela dan mengisinya dengan sifat-sifat yang terpuji, cara melakukan suluk dan perjalanan menuju keridhaan Allah dan meninggalkan segala larangan-larangan-Nya untuk menuju kepada perintah-Nya. Senada dengan hal tersebut, Abdul Halim Mahmud Menjelaskan dari segi istilah bahwa tasawuf adalah ajaran bagaimana berakhlak dengan akhlak *rabbaniyah*, seperti iman, dakwah, amal shalih, ibadah, akhlak, baik kepada kedua orang tua, orang lain, alam, untuk mencapai *maqam* yang tinggi, yakni dekat dengan Allah dan keridhaan-Nya. Atau dengan ungkapan lain, tasawuf pada dasarnya adalah takhalluq, dan takhalluq pada dasarnya berakhlak mulia kepada sesama dengan meneladani Rasulullah SAW dan mengharap kecintaan dengan meninggalkan nafsu duniawi.

Dari beberapa pengertian tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa tasawuf adalah sebuah perjalanan spiritual menuju kedekatan dengan sang Pencipta melalui serangkaian proses, latihan dan perjuangan *batiniyah* dengan meninggalkan segala macam bentuk kesenangan duniawi yang berlebihan, rayuan hawa nafsu yang menghinakan dan bisikan *syaitan* yang menyesatkan serta menjauhkan diri dari perbuatan buruk yang dilarang oleh Allah SWT dengan meningkatkan rasa taat, tunduk, patuh kepada-Nya dan menghiasinya dengan perbuatan-perbuatan mulia sebagai *wasilah* dalam mensucikan jiwanya agar hubungan dengan Tuhan semakin dekat sampai terhubung kepada-Nya. Tasawuf adalah aspek ruhani dalam Islam. Aspek ruhaniah; batiniyah untuk dibina, diperbaiki, dan diarahkan ke jalan Allah agar dapat sedekat mungkin dengan-Nya. Sehingga cara mendekatinya pun harus dengan pendekatan ruhaniah. Di antara unsur ruhani yang terdapat pada

³⁹ Muhammad Basyrul Muvid, *Tasawuf Sebagai Revolusi Spiritual Di Abad Global*, 3-4.

diri manusia adalah ruh, akal, dan jasad (hati). Kemuliaan manusia dibanding dengan makhluk lainnya adalah karena manusia memiliki unsur ruh ilahi. Ruh yang dinisbahkan kepada Allah SWT. Sebagaimana firman-Nya: “*Maka apabila Aku menyempurnakan kejadiannya, dan telah meniupkan ruh (ciptaan)-Ku, maka tunduklah kamu kepadanya dengan bersujud.*”(QS. Al Hijr: 29).⁴⁰

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian tentang metode tazkiyatun nafs telah banyak dikerjakan oleh para rasul, kyai, ulama, juga banyak pihak. Hal tersebut ditunjukkan dari banyaknya tulisan mengenai *Tazkiyatun Nafs*. Sejauh pengetahuan peneliti, terdapat sejumlah karya tulis ilmiah yang memiliki kaitan dengan riset ini beberapa diantaranya yakni:

1. Riset yang dikerjakan Farid Zajuli, berjudul “*Implementasi Manajemen Qalbu Dalam Peningkatan Kecerdasan Spiritual Santri Pada Santri Tahfidzul Qur’an Di Pondok Pesantren Al-Fatah Temboro Karas Magetan.*” Riset ini merupakan penelitian lapangan dengan analisis yang dipakai ialah mereduksi data serta penyajian data. Temuan riset ini menyatakan pelaksanaan *Implementasi Manajemen Qalbu* di pondok pesantren Al-Fatah Temboro Karas Magetan yang diawali latihan dan usaha untuk membersihkan hati dan membentengi potensi diri menggunakan amal sholih serta akhlaq mulia ternyata memberikan dampak terhadap penerapan pengelolaan qalbu untuk memperbaiki kecerdasan spiritual santri di pesantren Al-Fatah Temboro, dimana hal itu bisa difahami melalui perubahan kejiwaan individu yang berdampak pada perilaku: rasa kesadaran yang tinggi untuk bertanggung jawab, dan keterampilan yang bersifat fleksibel.
2. Riset yang dikerjakan Erna Puspita Sari, dengan judul “*Metode Tazkiyatun Nafs Melalui Ibadah Shalat Dalam Kitab Ihya Ulumuddin.*” Penelitian ini ialah riset *library research* serta melakukan analisis data. Hasil penelitian ini dalam kitab *Ihya Ulumuddin*, menunjukkan pelaksanaan ibadah shalat yang diawali dengan takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam yang mesti dikerjakan dengan

⁴⁰Muhammad Basyrul Muvid, *Tasawuf Sebagai Revolusi Spiritual Di Abad Global*, 5-6.

hususy' supaya akhlaqul karimah tumbuh dalam kepribadian kita dimana hal itu bisa difahami melalui timbulnya perubahan karakter individu yang berdampak pada perilaku: menjauhkan manusia dari perbuatan yang tidak terpuji seperti maksiat, jahat, dan sebagainya.

Dapat dikatakan kedua riset diatas mempunyai kesamaan dengan riset yang hendak dikerjakan. Namun setiap penelitian mempunyai perbedaan khas dengan riset lainnya. Pertama, riset ini ialah riset yang memakai pendekatan kualitatif studi kasus. Kedua, riset ini adalah terfokus pada Metode *Tazkiyatun Nafs* untuk mengembangkan tingkat spiritual santriwati. Ketiga, riset ini lebih menunjuk lokasi riset pada pesantren Al-Qur'an dan salaf. Sehingga nampak jelas perbedaan karya ini dengan karya lainnya yakni Metode *Tazkiyatun Nafs* dalam mengembangkan kecerdasan spiritual santriwati di pondok pesantren Mu'allimat NU Kudus yang belum banyak diulas, pada poin itu sisi keoriginalan skripsi ini.

C. Kerangka Berfikir

Bagi mzurid yang mengikuti pendidikan di pondok pesantren, bahwa untuk menjadi murid yang mempunyai kecerdasan spiritual yang berkembang, murid atau santriwati harus menjalankan apa yang disebut dalam Al-Qur'an yaitu *tazkiyatun nafs*. Karena salah satu ciri dari santriwati yang ingin mengembangkan kecerdasan spiritual, selain usaha yaitu melakukan *tazkiyatun nafs*. Dengan melihat diskripsi di atas, santriwati perlu dijelaskan atau dipahamkan kembali bahwa makna dari *tazkiyatun nafs* adalah menyucikan hati dan jiwa dari berbagai dosa dan sifat-sifat tercela yang mengotorinya, dan begitu pentingnya *tazkiyatun nafs*, yang mana *tazkiyatun nafs* termasuk misi para rasul, sasaran orang-orang yang bertakwa, dan menentukan keselamatan atau kecelakaan di sisi Allah.

Dengan menggunakan metode *tazkiyatun nafs* yang efektif dan benar dapat dipastikan mencapai tujuan *bertazkiyatun nafs* dengan benar dan baik. Adapun metodenya adalah *riyadhoh* dan *mujahadah*.

Gambar 2.1
Kerangka Berfikir

