

BAB II

LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS

A. Kecerdasan ESQ

1. Kecerdasan EQ (Emotional Quotient)

a. Definisi Kecerdasan EQ (Emotional Quotient)

Pada tahun 1948, peneliti Amerika R.W. Leeper memperkenalkan gagasan tentang “pemikiran emosional”, yang diyakininya sebagai bagian dari pemikiran logis. Akan tetapi, hanya sebagian kecil psikolog atau pendidik yang melanjutkan pemikiran ini sampai 30 tahun. Kemudian pada tahun 1989, Howard Gardner dari Universitas Harvard menulis tentang kemungkinan adanya kecerdasan yang bermacam-macam, termasuk yang disebutkannya kemampuan dalam tubuh” pada pokok adalah kemampuan melakukan introspeksi dan kecerdasan pribadi.¹²

Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan.¹³ Dan kemudian, dipublikasikan dan dipopulerkan pada tahun 1995 oleh Daniel Goleman. Berdasarkan hasil penelitian para neurolog dan psikolog, Goleman berkesimpulan bahwa setiap manusia memiliki dua potensi pikiran, yaitu pikiran rasional dan pikiran emosional. Pikiran rasional digerakkan oleh kemampuan intelektual atau “*Intelligence Quotient*” (IQ), sedangkan pikiran emosional digerakkan oleh emosi.¹⁴

Kecerdasan emosional merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri

¹²Steven S. Stein, dan Howard E. Book, *Ledakan EQ:15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional meraih Sukses*, Terj. Trinada Rainy Januarsari dan Yudha Murtanto, Bandung: Kaifa, cet: 4, 2003, h. 32.

¹³*Ibid.*, h. 32.

¹⁴Sukidi, *Rahasia Sukses, Hidup Bahagia: Kecerdasan Spiritual*, h. 39-40.

sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda tetapi saling melengkapi dengan kecerdasan akademik, yaitu kemampuan-kemampuan kognitif murni yang diukur dengan IQ.¹⁵ Keterampilan EQ bukanlah lawan keterampilan IQ atau keterampilan kognitif, namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Selain itu, EQ tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan. Banyak orang-orang yang memiliki kecerdasan IQ tinggi, tidak menjadi jaminan sukses. Akan tetapi orang yang mempunyai kecerdasan IQ yang sedang-sedang justru menjadi sukses, dan banyak yang menempati posisi kunci di dunia.

Maka dari itu Daniel Goleman, menyatakan bahwa kontribusi IQ bagi keberhasilan seseorang hanya sekitar 20% dan sisanya 80% ditentukan Oleh faktor-faktor yang disebut kecerdasan Emosional.¹⁶ Bisa dikatakan juga IQ mengangkat fungsi pikiran seseorang, sedangkan EQ mengangkat fungsi perasaan. Orang yang memiliki EQ tinggi akan berupaya menciptakan keseimbangan dalam dirinya; bisa mengusahakan kebahagiaan dari dalam dirinya sendiri dan bisa mengubah sesuatu yang buruk menjadi yang positif dan bermanfaat.

Menurut Goleman, kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial, dan kecakapan dalam membina hubungan dengan orang lain. Kecakapan emosi kita menunjukkan berapa potensi itu yang mampu kita terjemahkan ke dalam kemampuan di tempat kerja.¹⁷ Kecerdasan emosi dapat juga diartikan sebagai kemampuan Mental yang membantu kita

¹⁵Desmita, *Psikologi Perkembangan*, h. 170.

¹⁶Daniel Goleman, *Emotional Intelligence : Kecerdasan Emosional*, h. 46.

¹⁷Daniel Goleman, *Working With Emotional Intelligence*, h. 39.

mengendalikan dan memahami perasaan-perasaan kita dan orang lain yang menuntun kepada kemampuan untuk mengatur perasaan-perasaan tersebut.

Kecerdasan emosi merupakan sebuah wacana baru yang teramat menarik. Masyarakat mulai mengenal begitu besar perannya dalam menentukan kesuksesan. Dalam mempertahankan kehidupan saat ini memerlukan berbagai keterampilan yang tidak diajarkan pada bangku sekolah dulu. Bagaimana menjalin komunikasi yang baik dengan pelanggan, cara mempertahankan pendapatan tanpa membuat orang lain tersinggung, kesabaran mencuri peluang dalam memasarkan produk, hingga keuletan untuk bangkit kembali manakala mengalami kejatuhan. Kesemuanya membutuhkan keterampilan pengolahan emosi yang prima.¹⁸

Emosional Quotient (EQ) adalah serangkaian kecakapan yang memungkinkan kita melapangkan jalan di dunia yang rumit dalam aspek pribadi, sosial, dan pertahanan dari seluruh kecerdasan, akal sehat yang penuh misteri, dan kepekaan yang penting untuk berfungsi secara efektif setiap hari. Dalam bahasa sehari-hari kecerdasan emosional biasanya kita sebut sebagai “*street smart* (pintar)” atau kemampuan khusus yang kita sebut “akal sehat. Ini terkait dengan kemampuan membaca lingkungan politik dan sosial, dan menatanya kembali; kemampuan memahami dengan spontan apa yang diinginkan dan dibutuhkan orang lain, kelebihan dan kekurangan mereka. Kemampuan untuk tidak terpengaruh oleh tekanan; dan kemampuan untuk menjadi orang menenangkan, yang kehadirannya didambakan orang lain.¹⁹

Menurut Lawrence E. Shapiro mengatakan bahwa kecerdasan emotional bukan berdasarkan pada kepintaran seorang anak, melainkan pada sesuatu yang dahulu disebut karakteristik pribadi atau “karakter”. Emosional mungkin bahkan lebih penting bagi keberhasilan hidup ketimbang kemampuan intelektual. Dengan kata lain, EQ tinggi mungkin lebih penting

¹⁸Ahmad Al-Jada', *Meneladani Kecerdasan Emosi Nabi*, Jakarta: Pustaka Inti, cet: 2, 2005, h. Xi.

¹⁹Steven S. Stein. Dan Howard E. Book, *ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional*, h.31-32.

dalam pencapaian keberhasilan ketimbang IQ tinggi yang diukur berdasarkan uji standar terhadap kognitif verbal dan non verbal.²⁰

Kecerdasan emosional bukanlah muncul dari pemikiran intelektual yang jernih, tetapi dari pekerjaan hati manusia. EQ bukanlah tentang trik-trik penjualan atau cara menata sebuah ruang. EQ bukanlah topeng kemunafikan atau penggunaan psikologi untuk mengendalikan, mengeksploitasi, atau memanipulasi seseorang. Kata emosi bisa secara sederhana didefinisikan sebagai menerapkan “gerakan”, baik secara metafora maupun harfiah, untuk mengeluarkan perasaan. Kecerdasan emosional yang memotivasi seseorang untuk mencari manfaat dan potensi unik dalam dirinya, dan mengaktifkan aspirasi dan nilai-nilai dalam diri seseorang yang paling dalam, mengubahnya dari apa yang dipikirkan menjadi apa yang dijalani. Emosi sejak lama dianggap memiliki kedalaman dan kekuatan sehingga dalam bahasa latin , *motus anima* yang arti harfiahnya jiwa yang menggerakkan kita.²¹

Inteligensi emosional dibutuhkan oleh semua pihak untuk dapat hidup bermasyarakat termasuk di dalamnya menjaga keutuhan hubungan sosial, dan hubungan sosial yang baik menuntun seseorang untuk memperoleh sukses di dalam hidup seperti yang diharapkan. Di samping itu, kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosinya dengan baik akan mempengaruhi proses berpikirnya secara positif pula. Sebagai contoh, apabila cepat merasa resah maka konsentrasinya mudah terganggu. Sebaliknya, jika ia dapat menenangkan dirinya dalam menghadapi tekanan sosial, konsentrasinya tidak mudah goyah dan akan lebih mampu mempertahankan efektivitas kerjanya. Seseorang dengan taraf inteligensi emosional yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan amarah dan bahkan mengarahkan energinya ke arah yang lebih positif, bukan ke arah ekspresi yang negatif atau destruktif. Misalnya, akibat rasa kecewa ia justru berusaha memperbaiki langkah-langkah di dalam hidupnya agar kekecewaannya tidak lagi terulang. Sebaliknya, seseorang dengan taraf inteligensi emosional yang rendah mungkin bertindak eksplosif dan destruktif merasa kecewa.²²

²⁰Lawrence E. Shapiro, *Mengajarkan Emotional Intelligence pada anak*, Terj. Alex Tri Kantono, Jakarta: PT Gramedia Utama, cet; 6, 2003, h. 4.

²¹Robert K. Cooper, Ph. D. Dan Ayman Sawaf, *Executive EQ (Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi)*, Terj. Alex Tri Kantjono Widodo, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, cet; 5, 2002, h. Xiv.

²²Monty P. Satiadarma, dan Fidelis E. Waruwu, *Mendidik Kecerdasan*, Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003, h. 36.

Inteligensi emosional tidak sekedar kemampuan untuk mengendalikan emosi dalam kaitannya dengan hubungan sosial tetapi juga mencakup untuk mengendalikan emosi dalam kaitannya pemenuhan kebutuhan Psikofisik. Inteligensi emosional berperan besar dalam diri seseorang untuk mengendalikan perilaku termasuk gaya hidupnya seenaknya menjadi lebih baik. Hasilnya, gaya hidupnya dapat menjadi sehat, hemat, serta efisien.²³

b. Unsur-Unsur Kecerdasan Emosional

Goleman mengutip Salovey menempatkan kecerdasan pribadi Gardner dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicetuskannya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi lima unsur kemampuan utama yang membangun kecerdasan emosi, yaitu :

a. Mengenal Emosi Diri

Mengenal emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional, para ahli psikologi menyebutkan kesadaran diri sebagai metamood, yakni kesadaran seseorang akan emosinya sendiri. Menurut Mayer kesadaran diri adalah waspada terhadap suasana hati maupun pikiran tentang suasana hati, bila kurang waspada maka individu menjadi mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi.²⁴ Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi.

b. Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap

²³*Ibid.*, h. 37.

²⁴Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, h. 64.

terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi berlebihan, yang meningkat dengan intensitas terlampau lama akan mengoyak kestabilan kita.²⁵ Jadi kemampuan mengelola emosi adalah kemampuan menyelaraskan perasaan (emosi) dengan lingkungannya sehingga dapat memelihara harmoni kehidupan individunya dengan lingkungannya atau orang lain.

Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang ditimbulkannya serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan.

c. Memotivasi Diri Sendiri

Kemampuan memotivasi diri merupakan kemampuan mendorong dan mengarahkan segala daya upaya dirinya bagi pencapaian tujuan, keinginan dan cita-citanya. Peran memotivasi diri yang terdiri atas antusiasme dan keyakinan pada diri seseorang akan sangat produktif dan efektif dalam segala aktivitasnya. Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

d. Mengenali Emosi Orang Lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Kemampuan mengenal emosi orang lain yaitu kemampuan memahami emosi orang lain (empati) serta mampu mengomunikasikan pemahaman tersebut kepada orang lain yang dimaksud. Kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan kemampuan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka

²⁵*Ibid.*, h. 77-78.

terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.²⁶

Rosenthal dalam penelitiannya menunjukkan bahwa orang-orang yang mampu membaca perasaan dan isyarat non verbal lebih mampu menyesuaikan diri secara emosional, lebih populer, lebih mudah bergaul, dan lebih peka. Nowicki, ahli psikologi menjelaskan bahwa anak-anak yang tidak mampu membaca atau mengungkapkan emosi dengan baik akan terus menerus merasa frustrasi. Seseorang yang mampu membaca emosi orang lain juga memiliki kesadaran diri yang tinggi. Semakin mampu terbuka pada emosinya sendiri, mampu mengenal dan mengakui emosinya sendiri, maka orang tersebut mempunyai kemampuan untuk membaca perasaan orang lain.²⁷

e. Membina Hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan. Individu sulit untuk mendapatkan apa yang diinginkannya dan sulit juga memahami keinginan serta kemauan orang lain.

Orang-orang yang hebat dalam keterampilan membina hubungan ini akan sukses dalam bidang apapun. Orang berhasil dalam pergaulan karena mampu berkomunikasi dengan lancar pada orang lain. Orang-orang ini populer dalam lingkungannya dan menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuannya berkomunikasi. Ramah tamah, baik hati, hormat dan disukai orang lain dapat dijadikan petunjuk positif bagaimana siswa mampu membina hubungan dengan orang lain. Sejauh mana kepribadian siswa berkembang dilihat dari banyaknya hubungan interpersonal yang dilakukannya.²⁸

²⁶*Ibid.*, h. 54.

²⁷*Ibid.*, h. 172.

²⁸*Ibid.*, h. 59

Berdasarkan uraian tersebut di atas, penulis mengambil komponen-komponen utama dan prinsip-prinsip dasar dari kecerdasan emosional sebagai faktor untuk mengembangkan instrumen kecerdasan emosional.

2. Definisi SQ (Spiritual Quotient)

Setelah Daniel Goleman dengan konsep “*Emotional Quotient* (EQ)”nya mengguncang tradisi pemikiran lama yang menempatkan kecerdasan intelektual atau rasional sebagai satu-satunya kecerdasan yang menentukan keberhasilan hidup seseorang, baru-baru ini muncul pula suatu istilah yang dikenal dengan “*Spiritual*²⁹ *Quotient* (SQ)”.³⁰ *Spiritual Quotient* atau kecerdasan spiritual merupakan temuan mutakhir secara ilmiah yang pertama kali digagas oleh Danah Zohar dan Ian Marshall, masing-masing dari Harvard University dan Oxford University melalui serangkaian penelitian yang sangat komprehensif. Dalam bukunya berjudul “*Spiritual Intelligence*:

²⁹Kata ‘*spirit*’ berasal dari kata benda bahasa latin ‘*spiritus*’ yang berarti napas dan kata kerja ‘*spirare*’ yang berarti untuk berkapas. Melihat asalnya, untuk hidup adalah untuk bernapas, dan memiliki napas artinya memiliki spirit. Menjadi spiritual berarti memiliki ikatan yang lebih kepada hal yang bersifat kerohanian atau kejiwaan dibanding hal yang bersifat fisik atau material. Spiritualitas merupakan kebangkitan atau pencerahan diri dalam mencapai tujuan dan makna hidup. Spiritualitas merupakan bagian esensial dari keseluruhan kesehatan dan kesejahteraan seseorang. Spiritualitas menunjukkan berbagai kata kunci yang dapat dipertimbangkan: makna (*meaning*), nilai-nilai (*values*), transendensi (*transcendence*), bersambung (*connecting*), dan menjadi (*becoming*). Makna merupakan sesuatu yang signifikan dalam kehidupan, merasakan situasi, memiliki dan mengarah pada suatu tujuan. Nilai-nilai adalah kepercayaan, standar dan etika yang dihargai. Transendensi merupakan pengalaman, kesadaran dan penghargaan terhadap dimensi transendental terhadap kehidupan di atas diri seseorang. Bersambung adalah meningkatkan kesadaran terhadap hubungan dengan diri sendiri, orang lain, Tuhan dan alam. Menjadi adalah membuka kehidupan yang menuntut refleksi dan pengalaman, termasuk siapa seseorang dan bagaimana seseorang mengetahui. (Ali B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islam (Menyingkap Ruang Kehidupan Manusia dari Pra Kelahiran hingga Pasca Kematian)*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006, h. 288-289).

Dalam pengertian yang luas, spiritualitas merupakan hal yang berhubungan dengan spirit. Sesuatu yang spiritual memiliki kebenaran abadi yang berhubungan dengan tujuan hidup manusia, sering dibandingkan dengan sesuatu yang bersifat duniawi dan sementara. Di dalamnya mungkin terdapat kepercayaan terhadap kekuatan supernatural seperti dalam agama, tetapi memiliki penekanan terhadap pengalaman pribadi. Spiritual adalah memiliki arah tujuan, yang secara terus menerus meningkatkan kebijaksanaan dan kekuatan berkehendak dari seseorang, mencapai hubungan yang lebih dekat dengan ketuhanan dan alam semesta, dan menghilangkan ilusi dari gagasan salah yang berasal dari indra, perasaan, dan pikiran. Spiritualitas memiliki dua proses, pertama, proses ke atas, yang merupakan tumbuhnya kekuatan internal yang mengubah hubungan seseorang dengan Tuhan. Kedua, proses ke bawah yang ditandai dengan peningkatan realitas fisik seseorang akibat perubahan internal. (*ibid.*, h. 289-290).

³⁰Desmita, *Psikologi Perkembangan*, h. 171.

the Ultimate Intelligence, Danah Zohar dan Ian Marshall menjelaskan bahwa SQ adalah inti dari segala *Intelligence*. Kecerdasan ini digunakan untuk menyelesaikan masalah makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibanding dengan orang lain.³¹ Dengan adanya kecerdasan ini, akan membawa seorang untuk mencapai kebahagiaan hakiki. Karena adanya kepercayaan di dalam dirinya, dan juga bisa melihat apa potensi dalam dirinya. Karena setiap manusia pasti mempunyai kelebihan dan juga ada kekurangan. Intinya, bagaimana kita bisa melihat hal itu. Kecerdasan spiritual membawa seseorang untuk mendapat menyeimbangkan pekerjaan dan keluarga, dan tentu saja dengan Sang Maha Pencipta.

Untuk membuktikan secara tentang kecerdasan spiritual (SQ), Zohar dan Marshall mengacu pada hasil penelitian psikolog dan neurolog. Di antaranya adalah pertama, riset ahli psikologi atau syaraf (neuropsikologi), Michael Persinger pada awal tahun 1990-an, dan lebih mutakhir lagi tahun 1997 oleh ahli syaraf V.S. Raachandran dan timnya dari California University, yang menemukan eksistensi *God-Spot* dalam otak manusia. Ini sudah *built-in* sebagai pusat spiritual (*spiritual center*) yang terletak di antara jaringan syaraf dan otak.³²

Kedua, riset ahli syaraf Austria, Wolf Singer pada era 1990-an atas *The Binding Problem*, yang menunjukkan ada proses syaraf dalam otak manusia yang berkonsentrasi pada usaha yang mempersatukan dan memberikan makna dalam pengalaman hidup. Suatu jaringan syaraf yang secara literatur mengikat pengalaman manusia secara bersama untuk hidup lebih bermakna.³³

³¹Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ (Kecerdasan Spiritual)*, Terj. Rahmani Astuti dan Ahmad Nadjib Burhani, Bandung: PT Mizan Pustaka, cet: 11, 2007, h. 4.

³²Ary Ginanjar Agustian, *ESQ: Berdasarkan Rukun Iman*, h. Xxxix.

³³*Ibid.*, h. Xxxix.

Danah Zohar dan Ian Marshal mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna atau *Value*, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup seseorang dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain. Kecerdasan Spiritual (SQ) diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif. SQ merupakan kecerdasan tertinggi manusia yang memberikan makna spiritual terhadap pemikiran, perilaku, dan kegiatan.³⁴

SQ merupakan sesuatu yang dapat diubah atau ditingkatkan. SQ merupakan cara untuk melakukan integrasi, memahami dan beradaptasi dengan perspektif baru. Bagian dalam diri manusia, pikiran dan spiritualitas, merupakan sesuatu yang elastis. Manusia dapat meningkatkan SQ yang dimilikinya sampai usia tua. Di antara tahap kelemahan dan pencerahan terdapat sudut kepanikan yang membuat seseorang dapat meningkatkan diri. Individu memiliki kemampuan organisasi diri ketika menghadapi tepian yang merupakan batas kekacauan. Tempat ini merupakan daerah orang merasa nyaman ketika seharusnya merasakan ketidaknyamanan.³⁵

Orang yang memiliki SQ yang tinggi memiliki ciri-ciri tertentu. Mereka adalah orang fleksibel. Tidak ada orang yang dapat mengubah paradigma yang mereka miliki tanpa fleksibel internal. Dunia merupakan tempat dengan realitas majemuk, dan manusia hidup di dalamnya. Mereka juga memiliki kesadaran diri. Orang-orang terkadang tidak merasa nyaman dengan ruang yang kosong dan keheningan, mungkin karena hal ini memaksa mereka melihat ke dalam, yang membuat mereka takut untuk menemukan sesuatu. Mereka yang memiliki SQ tinggi juga memiliki visi dan arah oleh nilai-nilai yang mereka miliki. Mereka dapat mengambil hikmah dari suatu musibah. Mereka juga mampu memikirkan apa yang mereka lihat dengan konteks yang lebih luas. Kepemimpinan yang mereka miliki didasarkan

³⁴Ary Ginanjar Agustian, *ESQ: The ESQ Way 165 (Berdasarkan 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam)*, Jakarta: Arga, 2005, h. 46-47.

³⁵Ali B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan*, h. 313-314.

keinginan untuk mengabdikan.³⁶ Posisi dan status dalam sosial sudah tidak mempengaruhi dalam pemikiran mereka dalam masyarakat.

3. Kecerdasan ESQ (Emotional Spiritual Quotient)

Di Indonesia belakangan ini muncul istilah yang menggabungkan kekuatan EQ (*Emotional Quotient*) dengan SQ (*Spiritual Quotient*) menjadi ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*). Berbeda dengan pendapat Zohar dan Marshall, pendekatan ESQ ini yang diterapkan di Indonesia mencoba menggunakan jalur agama, khususnya agama Islam.³⁷

Menurut Ali Shariati, bahwa manusia adalah makhluk dua dimensional yang membutuhkan penyalarsan kebutuhan akan kepentingan dunia dan akhirat. Oleh sebab itu, manusia harus memiliki konsep dunia atau kepekaan emosi dan *Intelligence* yang baik (EQ dan IQ) dan penting pula penguasaan ruhiyah vertikal atau SQ (*Spiritual Quotient*). Hanya saja SQ dari barat itu belum atau bahkan tidak menjangkau ke-Tuhanan. Pembahasannya baru sebatas tatanan biologis atau psikologis semata, tidak bersifat transendental.³⁸ Dan merujuk pada istilah di-dimensional tersebut, Ary Ginanjar melakukan sebuah upaya penggabungan terhadap ketiga konsep tersebut dilakukan. Lewat sebuah perenungan yang panjang, ia mencoba untuk melakukan sebuah usaha penggabungan dari ketiganya dalam konsep ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*), yang dapat memelihara keseimbangan antara kutub keakhiratan dan kutub keduniaan.³⁹

Maka model ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*), adalah sebuah mekanisme sistematis untuk mengatur dari ketiga dimensi manusia, yaitu *body*, *mind*, dan *soul*, atau dimensi fisik, mental, dan spiritual dalam satu kesatuan yang integral. Sesederhananya ESQ berbicara tentang bagaimana

³⁶*Ibid.*, h. 313.

³⁷Syahmuharnis, dan Harry Sidharta, *Transcendental Quotient (Kecerdasan diri terbaik)*, Jakarta: Republika, 2006, h. 20.

³⁸Rohalayah, *Skripsi: SQ dan Tasawuf*, h. 3.

³⁹Ary Ginanjar Agustian, *ESQ: Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, Jakarta: 2001, h. Xx.

mengatur tiga komponen utama: Iman, Islam, dan Ihsan dalam keselarasan dan kesatuan tauhid. Seperti kita ketahui bahwa dalam setiap diri seorang manusia ada titik Tuhan (*God Spot*) yang di dalamnya terdapat energi berupa percikan sifat-sifat Allah Sang Pencipta. Dalam *God Spot* ini bermuara pada suara hati Illahiah atau *self* yang merupakan *collective unconscious*, yang kemudian berpotensi besar sebagai spiritual (SQ). Pada titik inilah terjadi komunikasi Illahiah, yang senantiasa memberi tahu, apa saja yang diinginkan-Nya. Melalui titik inipun ia memberi tahu larangan-larangan-Nya, agar manusia selaras dengan ketentuan alam semesta. Namun *inner value* (nilai bagian dalam) dan *drive* yang terdapat dalam *God Spot* ini, sering tertutup oleh lingkaran hitam yang di dalamnya dipenuhi oleh persepsi atau paradigma dunia.⁴⁰

Jadi kecerdasan ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*) bagi umat Muslim, bermakna untuk kembali kepada Al-Qur'an dan al-Hadis (sunah Nabi Muhammad), karena keduanya adalah panduan hidup bagi umat Islam. Sebagai makhluk ciptaan Allah, manusia harus tunduk, patuh atau *tawanduh* (sopan santun) kepada-Nya. Allah telah menganugerahkan aturan-Nya di dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memahami hal ini, Allah adalah sentral dari ciptaan-Nya, termasuk kehidupan manusia.⁴¹

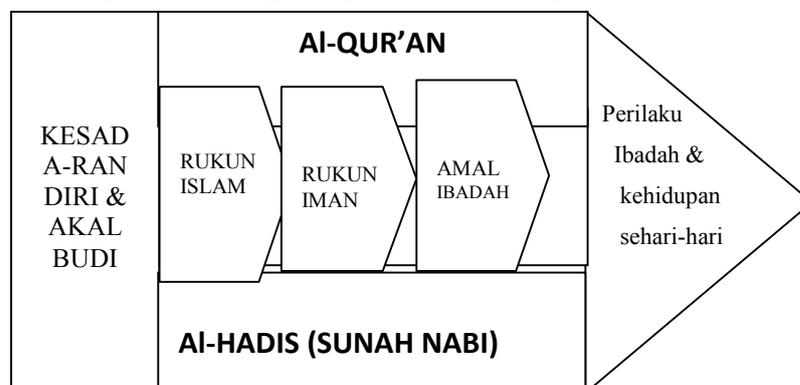
Manusia diciptakan dengan tujuan-tujuan jelas yang telah ditetapkan Allah. Hanya manusialah yang dilengkapi dengan akal-pikir dan hati nurani di antara seluruh makhluk ciptaan-Nya. Atas Anugrah itu, Allah menjadikan manusia sebagai khalifah (pemimpin) di muka bumi. Tidak seperti pandangan pakar dari barat atau ahli agama lain, kebahagiaan spiritual dalam Islam diperoleh dengan selalu berkomunikasi dan menyebut nama Allah. Di sini definisi spiritual menurut teori kecerdasan ESQ (*Emotional Spiritual*

⁴⁰Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Power*, h. 28.

⁴¹Syahmuharnis, dan Harry Sidharta, *Transcendental Quotient*, h. 57.

Quotient) mendapat pembenaran sekaligus membedakannya dengan definisi spiritual menurut pandang Danah Zohar dan Ian Marshall.⁴²

Konsep tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:



Kecerdasan tersebut sesungguhnya telah jauh-jauh diisyaratkan A-Qur'an. Al-Qu'an banyak menyebutkan kata *qalb* atau *qulub* (hati)⁴³ dan juga medan semantiknya sebagaimana telah disebutkan di muka. Hal ini menunjukkan bahwa hati dan wujudnya dan memiliki kecerdasan praktis sebagaimana otak dan anggota tubuh lainnya, kecerdasan hati disebut dengan kecerdasan spiritual (SQ (*Spiritual Quotient*)) dan kecerdasan emosional (EQ (*Emotional Quotient*)). Kecerdasan otak disebutkan dengan kecerdasan intelektual (IQ (*Intelligence Quotient*)). Kecerdasan tubuh biasanya disebut dengan keterampilan atau skill (*Psikomotor*). Nabi Muhammad saw. dengan kecerdasan spiritual, intelektual dan emosionalnya telah meninggalkan warisan yang sangat berharga bagi peradaban manusia, yaitu Al-Qu'an dan Hadis yang penafsirannya tertulis dalam berjilid-jilid buku dan berjuta-juta lembar dengan berbagai pendekatan yang dilakukan oleh beribu-ribu orang sepanjang masa Plato, Aristoteles, Ibn Sina, al-Farrabi, Ibn Khaldun, Thomas Alpa Eddison, James Watt, Mr. Bell, Albert Einstein, Sir Issac Newton dan ilmuwan

⁴²*Ibid.*, h. 57-58.

⁴³ Kata ini digunakan untuk menyebutkan dua hal, *pertama*, sepotong daging lembek dan lembut yang berada di sebelah kiri dada, yaitu sepotong daging yang khusus. Di bagian dalamnya, terdapat rongga-rongga tempat darah mengalir. Itulah tempat bersemayam ruh. Dalam hal ini bukan menggambarkan tentang bentuk dan mekanisme kerjanya, karena hal itu terkait dengan ilmu kedokteran dan tidak memiliki keterkaitan erat dengan masalah keagamaan. *Al-qalb* atau hati yang seperti ini juga dimiliki oleh semua hewan.

Pengertian *kedua*, *al-qalb* adalah suatu rahasia yang halus (*Lathifah*) yang bersifat *rabbaniyah* dan *ruhaniyah* yang memiliki keterkaitan dengan *al-qalb* yang bersifat jasmaniah., *Lathifah* tersebut adalah hakikat manusia itu sendiri. Itulah bagian dari manusia yang bisa memahami, mengetahui dan menyadari. *Al-qalb* itulah yang bisa berperan sebagai *mukhthab* (pihak yang diajak bicara), yang bisa merasakan kesusahan, bisa merasa akibat dan dituntut. *Al-qalb* atau hati ruhani ini memiliki keterkaitan dengan hati yang bersifat jasmani. (Sa'id Hawa, *Pendidikan Spiritual*, Terj. Abdul Munip, Yogyakarta: Mitra Pustaka, 2006, h. 27).

lainnya, dengan kecerdasan otaknya, mereka menemukan hal-hal yang sangat berharga kini kehidupan manusia dan dijadikan rujukan hingga kini. Mike Tyson dan Muhammad Ali dengan keterampilan tangan dan tubuhnya menjadi manusia terkenal di dunia. Kita juga tidak bisa menampilkan keberadaan Abu Nawas, Kahlil Gibran, Iwan Fals, Rhoma Irama, dan sebagainya juga memiliki kecerdasan khusus.

Setelah membandingkan kecerdasan hati dan akal dalam hal pembelajaran, dapat disimpulkan bahwa akal (pemikiran) yang berpusat di otak hanya mampu menggapai ilmu melalui refleksi (*nazhar*) saja. Sedangkan hati (*qalb*) mampu memperoleh ilmu secara langsung dari Tuhan. Karena itu, selaras dengan isyarat Al-Qur'an bahwa hati (*qalb*) melebihi potensi otak. Hati dapat memahami realitas (*faqih*), dapat berpikir logis (*'aqala*), dapat menerima wahyu atau ilham, dan dapat merasa takut kepada Allah⁴⁴

Jadi dalam spiritualitas Islam (Al-Qur'an), kecerdasan intelektual (IQ) dapat dihubungkan dengan kecerdasan akal-pikir (*'aql*)⁴⁵; sementara kecerdasan emosional lebih dihubungkan dengan emosi diri (*nafs*)⁴⁶. Dan akhirnya, kecerdasan spiritual mengacu pada kecerdasan jiwa, yang menurut

⁴⁴ M. Yaniyullah Delta Auliya, *Melejitkan Kecerdasan Hati & Otak*, h. 14-15.

⁴⁵ Kata *al-'aql* ini juga memiliki makna yang berbeda dalam hal ilmu. Tetapi menurut tujuan, bisa diartikan menjadi dua makna. *Pertama*, sering kali kata *al-'aql* digunakan dan diartikan dengan 'mengetahui tentang hakikat sesuatu', sehingga menjadi satu ungkapan mengenai sifat ilmu yang tempatnya di dalam *al-qalb* atau hati. *Kedua*, kata *al-'aql* digunakan dengan pengertian 'pengetahuan yang mampu mengetahui berbagai ilmu' yang tidak lain adalah *al-qalb*, yakni yang berupa *lathifah*.

Jadi setiap orang yang mengetahui (*al-'alim*) memiliki wujud dalam dirinya yang merupakan asal yang mandiri, sedangkan ilmu adalah suatu sifat keadaan yang berbeda dengan yang disifati. Kata *al-'aql* sering digunakan dan dimaksud sebagai sifat orang yang mengetahui tadi, sering pula digunakan untuk menyebutkan tempat untuk mengetahui, yang tidak lain adalah orang yang mengetahui itu sendiri. (Sa'id Hawa, *Pendidikan Spiritual*, h. 32).

⁴⁶ *Nafs* (psikis) merupakan gejala psikologis yang dapat disaksikan dan diinderai, jika netlah terakumulasi dalam bentuk tingkah laku, baik yang disengaja ataupun pada gerak refleks, yaitu gerakan yang terjadi tanpa disadari. Hal positif dari psikis adalah rasa kasih sayang dan ramah, sedangkan negatifnya akan ditemukan sifat emosi, marah, dengki, dan sebagainya. Dan al-Ghazâlî mengungkapkan bahwa kebanyakan gangguan mental disebabkan oleh masalah emosi.

Berkenaan dengan pembahasan tentang psikis, maka menopang bentuk istilah akal, suatu istilah yang tergambarkan jika telah berbentuk perilaku. Psikologi barat yang selama ini dikenal sebenarnya berpusat (*centered*) pada pembahasan akal (*brain*) yang munculkan peristilahan *reasoning* (berpikir dengan argumentasi) dan *meaning* (pemaknaan). Tak terlalu berlebihan kiranya jika para sarjana Muslim mengklaim bahwa psikologi (ilmu jiwa) benar-benar belum menyentuh konsep jiwa itu sendiri dalam pembahasannya. Ada beberapa fungsi dari akal, yaitu menerima (*receive*), mengatur (*organize*) dan menyampaikan (*distribute*) informasi untuk membimbing (*guide*) segala tingkah laku dan juga menyimpan (*store*) informasi-informasi penting untuk digunakan di masa depan. (Rafy Sapuri, *Psikologi Islam (Tuntunan Jiwa Manusia Modern)*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2009, h. 165-166).

terminologi Al-Qur'an disebut dengan (*qalb*⁴⁷).⁴⁸ Jika mempergunakan istilah dalam tasawuf, maka kecerdasan intelektual termasuk ke dalam *nafs amarah*, lalu kecerdasan emosi termasuk dalam *nafs lawwamah*. Sedangkan suara hati spiritual (SQ) termasuk dalam kategori *nafs muthmainah*.

Kecerdasan ESQ bertumpu kepada ajaran cinta (*mahabbah*). Dan, cinta yang maksud adalah keinginan untuk memberikan dan tidak memiliki pamrih untuk memperoleh imbalan. Cinta bukan komoditas, tetapi sebuah kepedulian yang sangat kuat terhadap moral dan manusia. Cinta berarti tenang (*nafsul muthmainah*), karena mereka sadar bahwa hidup hanyalah kedipan mata, bergerak, kemudian diam, gemuruh lantas senyap, hidup untuk mengabdikan untuk kemudian mati abadi. Dengan demikian, mereka senantiasa menampilkan sosok dirinya yang penuh moral cinta dan kasih sayang, mencintai dan dicintai Allah, sehingga di mana pun mereka berada, mereka merasa dimonitor oleh kamera Illahiah.⁴⁹

Table 1. Perbedaan kecerdasan IQ, EQ, dan SQ⁵⁰

perspektif	Jenis Kecerdasan		
	IQ	EQ	SQ
Psikologi Sekarang	Otak (<i>mind</i>)	Emosi (<i>body</i>)	Jiwa (<i>soul</i>)
Model Berpikir	Seri	Asosiatif	Unitif

⁴⁷ *Qalb* adalah istilah rasio *qalbani* yang ada dalam *nafs*, sebagai penjelmaan *selfish self*, yaitu tempat mengaktualisasikan segala potensi yang ada pada *qalb* berupa kekuatan rohani sehingga berdampak pada tindakan atau perilaku. Lalu tindakan fisik secara kreatif adalah untuk mengekspresikan spirit (rohani).

Dengan demikian, *qalb* adalah bagian spiritual manusia. Ia ada, tapi keberadaannya hanya dapat dirasakan, seperti tiupan angin yang semilir terasa menyejukkan. Untuk dapat merasakannya dibutuhkan seni tersendiri, yaitu menghaluskan segala gerak dan daya, baik dengan berdzikir, i'tikaf, *mahasabah*, shalat atau dapat juga melalui meditasi dengan memusatkan perhatian pada sentuhan-sentuhan kasih sayang Tuhan. Sebagaimana halnya bagian fisik, *qalb* juga memiliki kebutuhan antara lain: ketenangan, kedamaian, ketenteraman, keindahan dan cinta, gerak *qalb* amat halus, lembut tapi memiliki kekuatan yang tak terbandung oleh apa pun. (*Ibid.*, h. 160-161).

⁴⁸ Sukidi, *Rahasia Sukses, Hidup Bahagia: Kecerdasan Spiritual*, h. 62.

⁴⁹ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Intelligence)*, Jakarta: Gema Insani Press, cet:2, 2001, h. xvii.

⁵⁰ Diadaptasi dari tabel "Struktur Kecerdasan: IQ, EQ, dan SQ" dalam buku yang berjudul "*Rahasia Sukses, Hidup Bahagia: Kecerdasan Spiritual*" yang ditulis oleh Sukidi.

Al-Qur'an (Islam)	<i>'Aql</i>	<i>Nafs</i>	<i>Qalb</i>
Kebahagiaan	Material	Instingtif	Rohaniah
Produk Kecerdasan	Rasional	Emosional	Spiritual
Tasawuf	<i>Nafs Amarah</i>	<i>Nafs</i> <i>Lawwamah</i>	<i>Nafs</i> <i>Muthmainnah</i>

Jadi ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*) adalah sinergi dari tiga konsep, yaitu IQ, EQ, dan SQ dalam sebuah kesatuan yang membentuk keseimbangan dalam kehidupan seseorang di dunia maupun di akhirat. ESQ adalah sebuah icon yang menggunakan paradigma baru yang berdasarkan pada ajaran Islam dalam bidang apapun. ESQ membantu seseorang dalam menjalani kehidupan yang modern ini, dan juga sebuah *Training* (pelatihan) untuk mengenal penciptaan alam ini dan lebih mengenal dirinya sendiri. ESQ bukan hanya mempelajari ibadah yang semata-mata hanya sebuah ritual yang dilakukan oleh raga, tetapi dilakukan dengan jiwa yang penuh dengan keikhlasan. Tidak hanya itu, ESQ mampu menjawab persoalan-persoalan yang terjadi saat ini, yaitu kekosongan batin dan jiwa yang mengakibatkan seseorang sering merasa kurang bersyukur apa yang telah dimiliki. Sedangkan ilmu ESQ adalah ilmu pengetahuan yang menjabarkan tentang fenomena pada manusia, di sini bertujuan agar manusia memiliki mata hati yang mampu melihat kaca mata dunia. Sehingga manusia dapat hidup dengan perasaan aman, yang mana merupakan bagian di dalam ajaran Islam, yang berupa ajaran akhlak moral atau akal budi.

4. Manfaat Kecerdasan ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*)

a. Kesehatan Spiritual

Mengembangkan IQ dan EQ, memang menjadikan kita sehat secara pikiran (intelektual) dan sehat secara emosional sekaligus. Akan tetapi dewasa ini manusia modern justru jauh lebih banyak terjangkit penyakit

spiritual dengan segala variasinya: mulai dari krisis spiritual (*spiritual crisis*), penyakit jiwa (*soul pain*), penyakit Eksistensial (*eksistensial illness*), darurat spiritual (*spiritual emergency*), dan banyak lagi, seperti patologi spiritual.

Jawaban atas penyakit jiwa spiritual yang dewasa ini justru lebih banyak diderita manusia modern tentu tidak dapat kita peroleh dari IQ maupun EQ. Sebaliknya, kecerdasan spiritual (ESQ) bukan saja menyentuh segi spiritual kita, melainkan lebih dari itu: menyajikan beragam resep, mulai dari pengalaman spiritual (*spiritual experience*) sampai penyembuhan spiritual (*spiritual healing*), sehingga kita benar-benar mengalami segi kesehatan spiritual.⁵¹

b. Kedamaian Spiritual

Kecerdasan ESQ membimbing kita meraih kedamaian hidup secara spiritual. Ini secara filosof spiritual dilukiskan oleh FR. Paul Edwards “kecerdasan spiritual adalah bukti ilmiah. Ini adalah benar ketika seseorang merasakan keamanan (*secure*), kedamaian (*peace*), penuh cinta (*Love*) dan bahagia (*happy*). Ketidak dibedakan dengan suatu kondisi di mana kita merasakan ketidakamanan (*insecure*), ketidakbahagiaan (*unhappy*), dan ketidakcintaan (*unloved*).⁵²

c. Kebahagiaan Spiritual

Kecerdasan ESQ tidak hanya mengajak kita memaknai hidup secara lebih bermakna (*meaningful*), melainkan lebih dari itu: meraih kebahagiaan sejati, yakni kebahagiaan spiritual. Mungkin justru asumsi terakhir itu banyak benarnya, karena memang selama ini *state of mind* (segi pandang) kita dibelenggu oleh kebahagiaan yang serba intelektual atau material (IQ) dan emosional (EQ). Jarang kita diperkenalkan dengan kebahagiaan spiritual (SQ) ini, padahal kebahagiaan sejati (*the true happiness*) justru terletak pada kebahagiaan spiritual (*spiritual happiness*): suatu jenis kebahagiaan yang

⁵¹Sukidi, *Rahasia Sukses, Hidup Bahagia: Kecerdasan Spiritual*, h. 71.

⁵²*Ibid.*, h. 72.

membuat hati dan jiwa kita menjadi bahagia, tenteram, dan penuh kedamaian.⁵³

d. Kearifan Spiritual

Kecerdasan ESQ mengarahkan seseorang ke puncak tangga, yakni kearifan spiritual (*spiritual wisdom*). Kearifan spiritual adalah sikap hidup arif dan bijak secara spiritual, yang cenderung mengisi lembaran hidup ini dengan sepenuhnya autentik dan *genuine: truh* (kebenaran), *beuty* (keindahan), dan *perfection* (kesempurnaan) dalam keseharian hidupnya. Inilah autentisitas kearifan hidup secara spiritual, yang sebenarnya juga sederhana saja: hanya *to be sensitive to the reality*. Yakni, kepekaan diri spiritual terhadap seluruh realitas sekitar kita, yang sebenarnya justru merupakan sebuah komitmen spiritual.⁵⁴

e. Pengasahan AQ (*Adversity Quotient*)

AQ (*Adversity Quotient*) adalah kecerdasan yang dimiliki seseorang dalam mengatasi kesulitan dan sanggup bertahan. Dengan AQ, seseorang bagai diukur kemampuannya mengatasi setiap persoalan hidup untuk tidak putus asa.⁵⁵

Dalam bukunya Ary Ginanjar menjelaskan bahwa pada saat umat manusia ketika bersa'i. Ini menjelaskan bahwa ketika kemampuan logika sudah habis (putus asa), atau bisa dikatakan sudah kehabisan akal di tengah-tengah padang pasir. Tetapi Siti Hajar tidak menyerah untuk mencari air di tengah-tengah padang pasir, setelah itu Allah memberi setitik cahaya pencerah dengan lewat kaki Nabi Ismail kecil, Allah memberi sumber air (sekarang disebut sumur zam-zam).⁵⁶ Dari sini bisa diambil untuk melatih seseorang agar tidak mudah putus asas dalam menghadapi kesulitan yang sedang melanda, karena Tuhan akan memberi jalan keluar dari setiap kesulitan yang Tuhan berikan.

⁵³ *Ibid.*, h. 74.

⁵⁴ *Ibid.*, h. 75-76.

⁵⁵ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ: Berdasarkan 6*, h. 271.

⁵⁶ *Ibid.*, h, 272.

f. Segi Perennial ESQ

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna atau value, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, dibandingkan dengan yang lain. ESQ adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ, dan SQ secara efektif. ESQ adalah kemampuan untuk memberi makna ibadah setiap perilaku dan kegiatan, melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah, menuju manusia yang seutuhnya (hanif), dan memiliki pola pemikiran tauhidi (integralistik), serta berprinsip “hanya karena Allah”.⁵⁷

5. Aspek Kecerdasan ESQ(*Emotional Spiritual Quotient*)

Ary Ginanjar mengemukakan bahwa Ihsan, rukun Iman dan rukun Islam, di samping sebagai petunjuk bagi umat Islam; sejatinya pokok pikiran dalam Ihsan, Rukun Iman dan rukun Islam tersebut merupakan pembimbing dalam mengenali ataupun memahami perasaan kita sendiri; perasaan orang lain; memotivasi diri; serta mengelola emosi dalam berhubungan dengan orang lain. Hal inilah yang mendasari bahwa Rukun Iman dan Rukun Islam adalah sebuah metode pembangunan *emotional intelligence* (EQ) yang didasari oleh hubungan antara manusia dengan Tuhannya (SQ), sehingga dinamakan dengan *Emotional and Spiritual Quotient* (ESQ).⁵⁸

Sedangkan menurut Zohar dan Marshal, untuk menguji kecerdasan spiritual seseorang dalam menjalani hidup sehari-hari sebagaimana menggambarkan segi-segi kearifan hidup secara *meaningful* dan spiritual, yang menjadi dasar dan basis kecerdasan spiritual (SQ), seperti kesadaran diri yang tinggi, fleksibilitas, kaya dengan visi dan nilai, dan berpandangan secara holistik, tidak persial.⁵⁹

⁵⁷*Ibid.*, h. 57.

⁵⁸Ary Ginanjar Agustian, *ESQ: Berdasarkan 6 Rukun*, h. 384.

⁵⁹Sukidi, *Rahasia Sukses, Hidup Bahagi*, h. 76-77.

Berdasarkan dua teori di atas maka peneliti dapat menentukan aspek karakteristik seseorang yang memiliki kecerdasan ESQ, yaitu:

- a. Memiliki sikap dan perilaku yang positif terhadap orang lain.
- b. Memiliki kemampuan mengatasi permasalahan dalam hidup.
- c. Memiliki kemampuan untuk berbuat baik.
- d. Memiliki kesadaran diri yang tinggi.
- e. Berusaha memanfaatkan segala sesuatu dengan baik dan tidak merugikan orang lain
- f. Mengembangkan sikap berpikir yang rasional
- g. Mempunyai kemampuan berkomunikasi dan beradaptasi dengan baik.

B. Motivasi Beragama

1. Motivasi

a. Definisi Motivasi

Motivasi (*motivation*) berasal dari kata motif yang berarti keseluruhan dorongan, keinginan, kebutuhan, dan daya yang sejenis yang mengarahkan perilaku.⁶⁰ Motivasi juga dapat diartikan sebagai suatu kekuatan yang terdapat dalam diri organisme yang menyebabkan organisme itu bertindak atau berbuat. Dorongan ini biasanya tertuju kepada suatu tujuan yang tertentu.⁶¹ Dalam diri seseorang, motivasi berfungsi sebagai pendorong kemampuan, usaha, keinginan, menentukan arah, dan menyelesaikan tingkah laku. Kemampuan adalah tenaga, kapasitas atau kesanggupan untuk melakukan sesuatu perbuatan, yang dihasilkan dari bawaan sejak lahir atau merupakan hasil dari pengalaman. Usaha adalah penyelesaian suatu tugas untuk mencapai keinginan. Sedangkan keinginan adalah satu harapan, kemauan, atau dorongan untuk mencapai sesuatu atau untuk membebaskan diri dari suatu perangsang yang tidak menyenangkan.⁶² Jadi motif tersebut merupakan suatu *driving force* yang menggerakkan manusia untuk bertingkah laku, dan di dalam

⁶⁰Abdul Mujib, dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2001, h. 243.

⁶¹Rafy Sapuri, *Psikologi Islam*, h. 218.

⁶²Abdul Mujib, dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam*, h. 243.

perbuatannya itu mempunyai tujuan tertentu. Tidak dipungkiri, setiap tindakan yang dilakukan oleh manusia selalu di mulai dengan motivasi (niat).

Untuk lebih memahami pembahasan tentang motivasi, berikut definisi motivasi menurut beberapa para ahli manajemen sumber daya manusia, di antaranya yaitu:

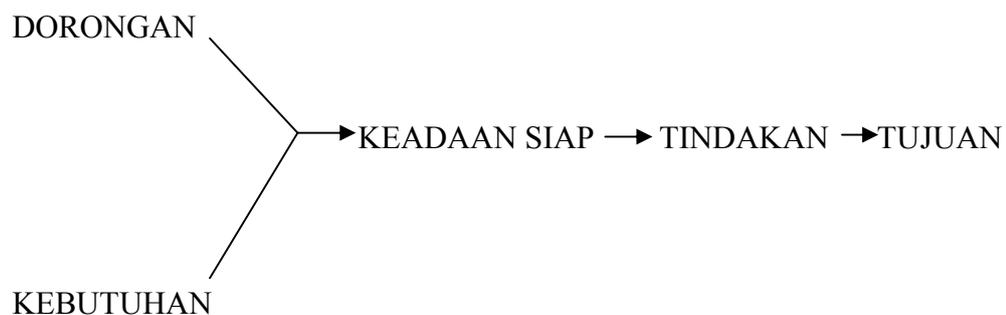
- Definisi motivasi menurut Muhibbin Syah adalah keadaan internal organisme baik manusia ataupun hewan yang mendorongnya untuk berbuat sesuatu. Dalam definisi ini, motivasi termasuk dalam (*energizer*) untuk bertingkah laku secara terarah. Dalam perkembangan motivasi, ia membagi motivasi menjadi 2 macam. Pertama, motivasi intrinsik adalah hal dan keadaan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat mendorongnya melakukan tindakan. Kedua, motivasi ekstrinsik adalah hal dan keadaan yang datang dari luar yang juga mendorongnya untuk melakukan kegiatan.
- Prof. Dr. Sondang P. Siagian, motivasi adalah keinginan, harapan, kebutuhan, tujuan, sasaran, dorongan, dan intensif. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa suatu motif adalah keadaan kejiwaan yang mendorong, mengaktifkan atau menggerakkan dan tindak tanduk seseorang yang selalu dikaitkan dengan pencapaian tujuan, baik tujuan organisasi maupun tujuan pribadi masing-masing anggota organisasi yang bersangkutan.
- Anwar Prabu Mangkunegara, memberikan pengertian motivasi dengan kondisi yang berpengaruh membangkitkan, mengarahkan dan memelihara perilaku yang berubungan dengan lingkungan kerja.
- H. Hadari Nawawi mendefinisikan motivasi sebagai suatu keadaan yang mendorong atau menjadi sebab seseorang melakukan sesuatu perbuatan atau kegiatan yang berlangsung secara sadar.
- Lain lagi dengan Henry Simamora, pengertian motivasi menurutnya adalah Sebuah fungsi dari pengharapan individu bahwa upaya tertentu

akan menghasilkan tingkat kinerja yang pada gilirannya akan membuahkan imbalan atau hasil yang dikehendaki.

- Soemanto secara umum mendefinisikan motivasi sebagai suatu perubahan tenaga yang ditandai oleh dorongan efektif dan reaksi-reaksi pencapaian tujuan. Karena kelakuan manusia itu selalu bertujuan, kita dapat menyimpulkan bahwa perubahan tenaga yang memberi kekuatan bagi tingkah laku mencapai tujuan, telah terjadi di dalam diri seseorang.

Dari definisi-definisi motivasi di atas maka dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan suatu keadaan atau kondisi yang mendorong, merangsang atau menggerakkan seseorang untuk melakukan sesuatu atau kegiatan yang dilakukannya, sehingga ia dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Kebutuhan yang dirasakan oleh individu ditimbulkan oleh suatu dorongan tertentu, dan kebutuhan yang terdapat dalam diri individu tersebut menimbulkan keadaan siap untuk berbuat memenuhi kebutuhan. Keadaan siap itu diarahkan pada suatu tujuan konkret yang diduga dapat memuaskan kebutuhan yang dirasakan. Setelah melihat tujuan konkret, maka individu berbuat sesuatu untuk mencapai tujuan konkret itu.⁶³

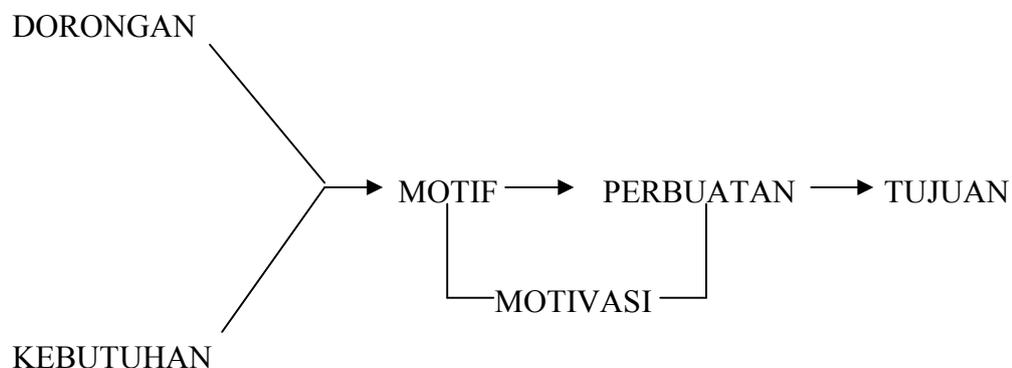


Keadaan siap untuk berbuat memenuhi kebutuhan atau mencapai tujuan itulah yang disebut motif. Mengenai intensitas tindakan individu sangat tergantung pada usaha untuk menggerakkan motif-motif tersebut menjadi tingkah laku konkret. Itulah yang disebut motivasi.⁶⁴ Kalau digambarkan

⁶³Martin Handoko, *Motivasi (Daya Penggerak Tingkah Laku)*, Yogyakarta: Kanisius, cet: 9, 2002, h. 50.

⁶⁴*Ibid.*, h. 51.

secara lain dengan menggunakan istilah motif dan motivasi di dalamnya, maka akan terjadi diagram sebagai berikut:



b. Konflik dan Frustrasi dalam Motivasi

1) Motivasi dan Konflik

Keadaan sehari-hari menunjukkan bahwa kadang-kadang orang menghadapi beberapa macam motif yang saling bertentangan satu dengan yang lain. Misalnya pada suatu waktu seseorang mempunyai motif untuk membaca buku, tetapi juga mempunyai motif untuk memperbaiki komputer. Dengan keadaan ini maka akan terjadi pertentangan atau konflik dalam diri orang tersebut antara motif yang satu dengan motif yang lain.⁶⁵ Jadi konflik motivasi akan terjadi bila adanya beberapa tujuan, dorongan atau keinginan yang ingin dicapai sekaligus secara berbarengan.

Berdasarkan akibat yang ditimbulkan dari tindakan yang dilakukan, Kurt Lewin, seorang psikolog sosial yang terkenal, membedakan tiga macam konflik⁶⁶, yaitu:

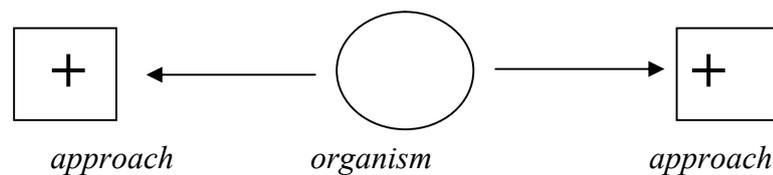
- a) Konflik *approach-approach*, yaitu apabila individu menghadapi dua motif atau lebih yang kesemuanya mempunyai nilai positif bagi individu yang bersangkutan, dan individu harus mengadakan pemilihan di antara motif-motif yang ada.⁶⁷ Misalnya, seorang ibu yang harus memilih antara

⁶⁵ Dimo Walgito, ed: Revisi, *Pengantar Psikologi Umum*, Yogyakarta: Andi Offset, 1987, h. 154.

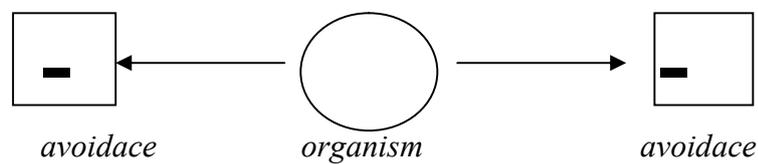
⁶⁶ Irwanto, *Psikologi Umum*, Jakarta: PT Prehalindo, 2002, h. 209.

⁶⁷ Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, Yogyakarta: Andi Offset, 2004, h. 237.

membelikan sepatu untuk anaknya atau membelikan kemeja untuk suaminya, tetapi yang di bawah terbatas. Keadaan ini dapat digambarkan sebagai berikut:

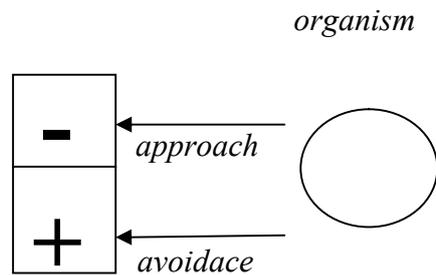


- b) Konflik *avoidance-avoidance*, yaitu apabila individu menghadapi dua motif atau lebih yang kesemuanya mempunyai nilai negatif bagi individu yang bersangkutan, dan individu tidak boleh menolak semuanya, tetapi harus memilih salah satu dari motif-motif yang ada. Misalnya, seorang murid enggan ke sekolah karena takut kepada gurunya, tetapi tidak pula tinggal di rumah, karena takut dimarahi orang tuanya. Keadaan ini dapat digambarkan sebagai berikut:

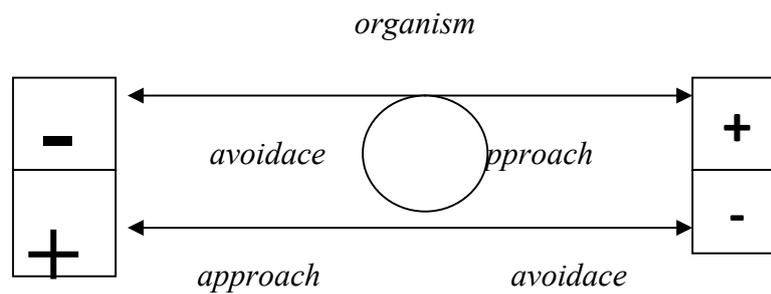


- c) Konflik *approach-avoidance*, yaitu apabila individu menghadapi dua motif atau lebih yang mengandung nilai positif dan negatif bagi individu yang bersangkutan, dan muncul secara sekaligus atau berbarengan. Misalnya, pemuda yang mencintai seorang gadis tetapi orang tua gadis tersebut terlalu galak, sehingga pemuda ragu-ragu untuk mengunjungi rumah gadis tersebut atau tidak.⁶⁸ Keadaan ini dapat digambarkan sebagai berikut:

⁶⁸ Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Umum Psikologi*, h. 60.



Di samping ketiga jenis konflik di atas Hovland dan Sears mengajukan satu jenis konflik lagi yaitu disebut *double approach- avoidance conflict* atau *multiple approach- avoidance conflict*. Konflik ini timbul apabila organisme atau individu menghadapi dua objek atau lebih yang mengandung baik nilai yang positif maupun nilai yang negatif, dan individu harus mengadakan pemilihan.⁶⁹ Keadaan ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Apabila individu mengalami bermacam-macam motif, ada beberapa kemungkinan respons yang dapat diambil oleh individu yang bersangkutan:

a) Pemilihan atau penolakan

Dalam menghadapi bermacam-macam motif atau objek individu dapat mengadakan pemilihan tegas, yaitu apabila beda antara motif satu dengan yang lain begitu tipis, sehingga seakan-akan keduanya sama, hal ini akan menimbulkan konflik dalam diri individu yang bersangkutan.⁷⁰

⁶⁹ Bimo Walqito, *Pengantar Psikologi Umum*, h. 238.

⁷⁰ *Ibid.*, h. 239.

b) Kompromi

Jika individu menghadapi dua macam objek atau situasi, adanya kemungkinan individu dapat mengambil respons yang bersifat kompromis, yaitu menggabungkan kedua macam objek tersebut. Tetapi tidak semua objek atau situasi dapat diambil respons atau keputusan yang kompromis. Dalam hal ini yang akhir ini individu harus mengambil pemilihan atau penolakan dengan tegas.⁷¹

Misalnya seorang anak SMA yang baru saja lulus, ia ingin melanjutkan lagi ke perguruan tinggi, tetapi juga bekerja. Karena orang tua sudah tidak dapat memberikan biaya untuk belajar.

c) Ragu-Ragu

Jika individu diharuskan mengadakan pemilihan atau penolakan antara dua objek atau dua motif, maka kadang-kadang timbul kebimbangan atau keragu-raguan pada individu dalam mengadakan pemilihan tersebut, ini terjadi dalam keadaan konflik. Seakan-akan individu berayun dari satu pohon ke pohon yang lain. Individu mampir memutuskan mengambil yang satu, tetapi yang lain juga akan diambil, sebagai pemilihan bersih dari satu ke yang lainnya. Kebimbangan atau keragu-raguan terjadi karena masing-masing objek atau motif itu mempunyai nilai yang sama atau hampir sama satu dengan yang lainnya, yang perbedaannya sangatlah tipis seperti telah dijelaskan di depan.⁷²

2) Motivasi dan Frustrasi

Dalam rangka individu mencapai tujuan kadang-kadang atau justru sering individu menghadapi kendala, sehingga ada kemungkinan tujuan tersebut tidak dapat dicapai. Apabila individu tidak dapat mencapai tujuan dan tidak dapat mengerti dengan cara baik, mengapa tujuan tidak dapat dicapai

⁷¹ Walgito, ed: Revisi, *Pengantar Psikologi Umum*, h. 156.

⁷² Bimo Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*, h. 240-241.

maka individu mengalami frustrasi atau kecewa.⁷³ Jadi frustrasi dapat diartikan suatu keadaan dalam diri individu yang disebabkan oleh tidak tercapainya kepuasan atau suatu tujuan akibat adanya halangan atau rintangan dalam usaha mencapai kepuasan atau tujuan tersebut.⁷⁴

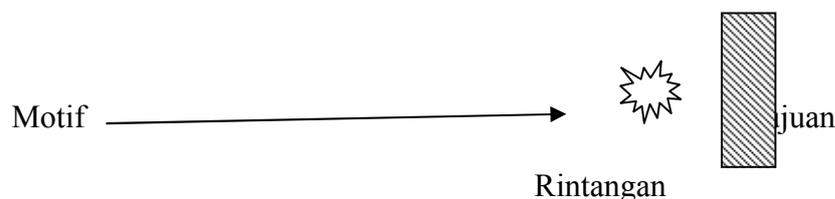
Faktor-faktor yang menyebabkan frustrasi adalah:

- a) Hambatan fisik individu. Ini biasa terjadi karena untuk memenuhi kebutuhan itu fisik terlalu lemah, atau karena hal-hal lain (misalnya cacat) keadaan fisik tidak mendukung perilaku individu.
- b) Hambatan fisik luar diri individu. Misalnya ada larangan tertentu, atau hal-hal sederhana seperti terkunci dalam ruang, dan sebagainya.
- c) Hilangnya rangsangan memperkuat timbulnya kebutuhan.
- d) Dilakukan tindakan yang kurang tepat sehingga tidak terpenuhi.

Reaksi seseorang terhadap frustrasi dapat berbeda-beda, hal ini disebabkan oleh perbedaan-perbedaan pada struktur psikis maupun fisik, serta perbedaan-perbedaan sosial kultural di mana orang itu hidup.⁷⁵ Individu dalam ikhtiarnya mengatasi keadaan frustrasi ini dapat menempuh beberapa cara, yaitu:

- a) Bertindak Secara Eksplosif

Untuk mengatasi frustrasi individu melakukan tindakan eksplosif, yaitu meledakkan atau menghabiskan semua energi yang ada dalam dirinya, dengan jalan melakukan perbuatan-perbuatan atau ucapan-ucapan yang bersifat eksplosif. Setelah melakukan ini, biasanya individu merasa ketegangan dalam dirinya berkurang atau hilang.



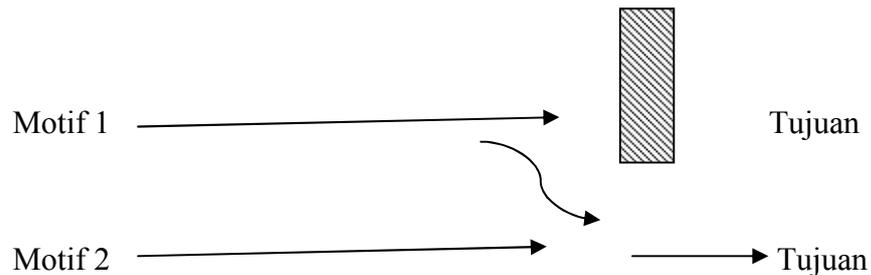
⁷³ *Ibid.*, h. 236.

⁷⁴ Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Umum Psikologi*, h. 59.

⁷⁵ *Ibid.*, h. 60.

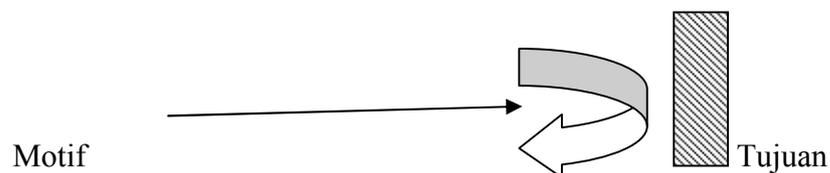
b) Melakukan Kompensasi

Untuk menutupi kekurangan atau kegagalannya, individu mengarahkan energi dan motif 1 untuk memperkuat motif 2 sehingga tujuan dapat dicapai atau berakhir dengan suatu penyelesaian yang baik.



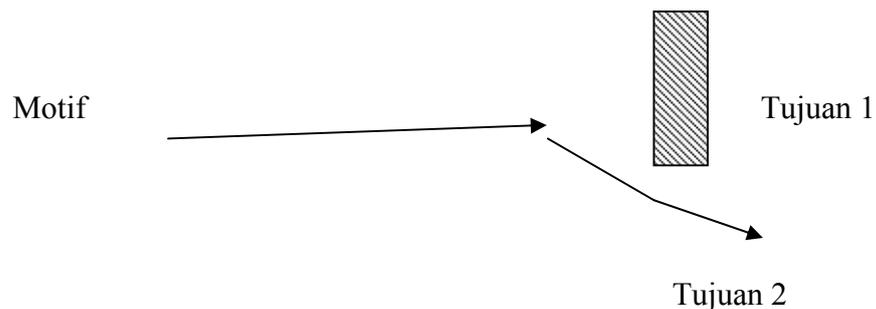
c) Dengan Cara Introversi

Karena individu tidak dapat mencapai tujuannya dalam dunia nyata, ia menempuh jalan dengan menarik diri dan masuk dalam dunia khayalan. Dan dalam dunia khayalan ia membayangkan dirinya seolah-olah sudah berhasil mencapai tujuannya.



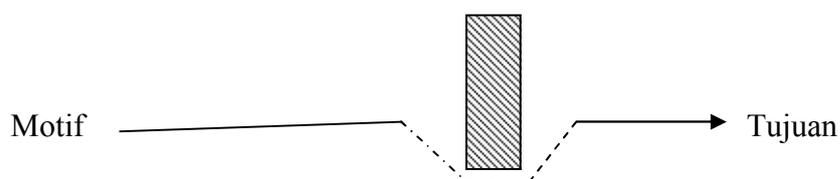
d) Sublimasi tujuan

Individu mengalihkan tujuannya pada tujuan kedua (yang lain), di mana tujuan 2 ini memiliki sifat-sifat yang kurang lebih sama dengan tujuan 1, akan tetapi di samping itu tujuan 2 juga mempunyai nilai sosial dan nilai etis yang tinggi.



e) Reaksi Psikopati

Rintangan yang menghalangi tercapai suatu tujuan dapat terdiri dari beberapa hal yang bersifat fisik dan material. Selain rintangan fisik ada juga rintangan yang terdiri dari larangan-larangan yang berdasarkan sopan santun, adat istiadat dan sebagainya. Ada golongan individu yang kurang memperhatikan atau sama sekali tidak menghiraukan larangan-larangan itu. Bagi mereka yang penting adalah mencapai tujuan, karena itu mereka tidak segan-segan untuk melanggar saja aturan-aturan yang ada. Golongan individu yang cenderung bertindak melanggar aturan dalam mengatasi frustrasinya disebut individu-individu yang bereaksi secara *psikopatis*.⁷⁶



f) Simbolisasi

Dalam keadaan ini di mana individu tidak berhasil menembus atau memecahkan rintangan, maka ia berbuat seolah-olah ia telah berhasil mencapai tujuannya. Proses ini disebut *simbolisasi* dan benda yang dipakai sebagai pengganti disebut *substitusi*.

Para psikoanalisis berpendapat bahwa frustrasi merupakan suatu kondisi yang bisa mengancam eksistensi ego seseorang. Oleh karena itu, dalam menghadapi frustrasi tidak heran kalau seseorang memperlihatkan pola-pola perilaku untuk mempertahankan egonya.⁷⁷ Ada beberapa bentuk mekanisme ini, yaitu:

⁷⁶ *Psikopati* adalah kekalutan mental yang ditandai dengan tidak adanya pengorganisasian dan pengintegrasian pribadi. Pribadinya anti sosial tidak bisa bertanggung jawab secara moral, selalu konflik dengan norma-norma, karena sepanjang hidupnya berada kegelisahan penuh ketakutan, kacau, merasa bersalah, berdosa, dan tidak memiliki rasa kemanusiaan. (Sundarsono, *Kamus Konselin*, Jakarta: PT Rineka Cipta, 1997, h. 190).

⁷⁷ Irwanto, *Psikologi Umum*, h. 212-123.

- a) Represi: individu berusaha menekan pengalaman-pengalaman yang tidak menyenangkan ke alam bawah sadarnya. Ia berusaha melupakan (*motivated forgetting*) hal-hal yang telah menyebabkan ia frustrasi. Dengan demikian, ia dapat berfungsi normal kembali.⁷⁸
- b) Regresi: individu berusaha bertingkah seperti anak kecil, minta perhatian dengan merajuk atau marah-marah. Karena tingkah lakunya, diharapkan orang lain akan menghiburnya atau memperhatikannya.⁷⁹
- c) Proyeksi: individu berusaha melemparkan penyebab frustrasinya pada orang lain. Dalam proyeksi, ia cukup berkata “ia membenci saya”, sebagai gantinya “saya membenci dia”. Proyeksi sering kali melayani tujuan rangkap. Ia mereduksi kecemasan dengan cara menggantikan suatu bahaya besar dengan bahaya yang lebih ringan, dan memungkinkan orang yang melakukan proyeksi mengungkapkan impuls-impulsnya dengan berkedok mempertahankan diri dari musuh-musuhnya.⁸⁰
- d) Rasionalisasi: individu berusaha menalar situasi frustrasinya selogis mungkin. Misalnya: “Buat apa sekolah tinggi-tinggi sampai sarjana? Tapi akhirnya jadi pegawai biasa juga”.⁸¹

2. Motivasi Beragama

a. Definisi Motivasi Beragama

Kebutuhan manusia yang sangat perlu diperhatikan yaitu kebutuhan beragama. Manusia disebut sebagai makhluk yang beragama (*homo religious*). Allah membekali insan itu dengan nikmat berpikir dan daya penelitian, diberinya pula rasa bingung dan bimbang untuk memahami dan belajar mengenali alam sekitarnya sebagai imbalan atas rasa takut terhadap kegarangan dan kebengisan alam itu. Hal inilah yang mendorong insan tadi untuk mencari-cari suatu kekuatan yang dapat melindungi dan membimbingnya di saat-saat yang gawat. Secara berangsur dan silih berganti

⁷⁸ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, h. 145-146.

⁷⁹ Calvin S. Hall, dan Gardner Lindzey, *Teori-Teori Psikodinamik (KLINIS)*, h. 89-90.

⁸⁰ *Ibid.*, h. 88.

⁸¹ Irwanto, *Psikologi Umum*, h. 213.

gejala-gejala alam tadi diselaraskan dengan jalan kehidupannya. Dengan demikian timbullah penyembahan terhadap api, matahari, bulan, atau benda-benda lainnya dari gejala-gejala alam tersebut.⁸²

Motivasi merupakan suatu keadaan atau kondisi yang mendorong, merangsang atau menggerakkan seseorang untuk melakukan sesuatu atau kegiatan yang dilakukannya, sehingga ia dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Kebutuhan yang dirasakan oleh individu ditimbulkan oleh suatu dorongan tertentu, dan kebutuhan yang terdapat dalam diri individu tersebut menimbulkan keadaan siap untuk berbuat memenuhi kebutuhan.

Agama adalah kepercayaan kepada Tuhan yang selalu hidup, yakni kepada jiwa dan kehendak Ilahi yang mengatur alam semesta dan mempunyai hubungan moral dengan umat manusia.⁸³ Jadi motivasi beragama adalah sebagai kekuatan yang menggerakkan seseorang untuk merespons pranata ke-Tuhanan, sehingga seseorang tersebut mampu mengungkapkan dalam bentuk pemikiran, perbuatan dan komunitas kelompok.

Menurut Robert Nuttin, dorongan beragama merupakan salah satu dorongan yang bekerja dalam diri manusia sebagaimana dorongan-dorongan lainnya, seperti makan, minum, intelektual dan lain sebagainya. Sejalan dengan itu dorongan beragama pun menuntut untuk dipenuhi sehingga pribadi manusia itu mendapat kepuasan dan ketenangan. Selain itu dorongan beragama yang merupakan kebutuhan Insaniah yang tumbuhnya dari gabungan berbagai faktor penyebab yang bersumber dari rasa keagamaan.⁸⁴

Manusia ialah kesadaran akan dirinya sebagai subyek yang terarah kepada obyek. Baik kesadaran maupun kelakuan manusia bersifat intensional, artinya terarah kepada sesuatu yang lain (dari pada kesadaran itu sendiri). Subyek selalu keluar menuju obyeknya. Maka subyek dan obyek merupakan dua kutub dalam suatu relasi yang bersifat intensional. Kalau

⁸²Jalaluddin, *Psikologi Agama*, h. 94.

⁸³Jamaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama : Sebuah Pengantar*, Bandung: PT Mizan Pustaka, 2004, h. 50.

⁸⁴Jalaluddin, *Psikologi Agama*, h. 89.

setiap kesadaran dan kelakuan manusia bersifat intensional, maka kesadaran dan kelakuan beragama pun bersifat demikian. Dalam keinsafan dan tingkah laku religius, manusia keluar dari dirinya sendiri menuju Tuhan. Gerak keluar atau relasi inilah yang dipelajari psikologi agama, bukan Tuhan yang diselidiki, melainkan manusia. Manusia yang dimaksud disini adalah manusia yang mengarahkan diri kepada Tuhan. Akan tetapi relasi yang dimaksud oleh manusia beragama, yaitu keterarahannya kepada Tuhan, tidak boleh disingkirkan oleh psikologi agama.⁸⁵

Para ahli psikologi agama belum sependapat tentang sumber rasa keagamaan ini, Rudolf Otto misalnya menekankan pada dominasi rasa ketergantungan, sedangkan Freud menekankan libido sexual dan rasa berdosa sebagai faktor penyebabnya yang dominan. Yang penting adanya suatu pengakuan walaupun secara samar, bahwa tingkah laku keagamaan seseorang timbul dari adanya dorongan dari dalam sebagai faktor intern. Dalam perkembangan selanjutnya tingkah laku keagamaan itu dipengaruhi pula oleh pengalaman keagamaan, struktur kepribadian serta unsur kejiwaan lainnya. Dengan kata lain dorongan keagamaan itu berperan sejalan dengan kebutuhan manusia. Selain itu dorongan ini juga berkembang selaras dengan tingkat usia.⁸⁶

b. Pengalaman Beragama

Pengalaman ialah suatu pengetahuan yang timbul bukan pertama-tama dari pikiran melainkan terutama dari pergaulan praktis dengan dunia. Pergaulan tersebut bersifat langsung, intuitif dan afektif. Dan istilah “dunia” mencakup baik orang maupun barang. Salah satu ciri khas pengetahuan semacam itu adalah tekanan pada unsur pasif. Dalam mengalami sesuatu, orang pertama-tama merasa “kena” atau “disentuh” oleh sesuatu hal, lebih dari pada secara aktif mengerjakan atau mengolah hal itu (sebagaimana terjadi dala

⁸⁵ Nico Syukur Dister, *Pengalaman dan Motivasi Beragama: Pengantar Psikologi agama*, Jakarta: LEPPENAS, 1982, h.10.

⁸⁶ Prof. Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, Revisi, 2003, h. 86.

pemikiran).⁸⁷ Bahwasanya keberagamaan manusia tidaklah terlepas dari zaman serta kebudayaan.

Pengalaman keagamaan dapat merupakan pengalaman kerohanian, orang mengalami dunia sampai pada batasnya seakan-akan menyentuh apa yang berada di seberang duniawi atau yang di luar profan. Pengalaman keagamaan yang khas itu merupakan tanda adanya Tuhan dan sifat-sifat-Nya. Akan tetapi karena pengalaman itu dirasakan oleh manusia, maka sering kali pengalaman yang kudus bercampur dengan hal-hal yang duniawi sehingga kekudusannya dangkal. Kesyahduan memandang Ka'bah, kelezatan bergelantungan di Multazam, kekhusyukan shalat atau keasyikan bertawaf merupakan pengalaman keagamaan yang kudus. Kekudusan pengalaman nan-Ilahi itu akan menjadi dangkal dengan timbulnya kesadaran bahwa Ka'bah itu bangunan batu berbentuk kubus dan gatungan di Multazam adalah tambang Ka'bah atau kiswah. Tanda-tanda keagungan Tuhan kadang kala dianggap sebagai Tuhan itu sendiri. Hal inilah yang sering kali menyesatkan manusia untuk memuja dan menyembah kepada selain Allah.⁸⁸

Peribadatan seperti shalat dan dizikir ternyata merupakan suatu metode atau teknik psikoterapi yang dapat menghilangkan dendam kesumat,kebejatan moral, sifat nekad, frustrasi, dan menatapkan kepribadian S. J. subyek mampu menjadi asisten Ny. G, bersedia memberi ceramah keagamaan, mengadakan hubungan sosial, berani membuka diri dan meninggalkan kantor PR degan senyum serta yang merdu.⁸⁹

c. Tingkatan Motivasi Beragama

Motivasi sendiri ruang lingkupnya tidak terlepas dari Allah, manusia itu sendiri dan lingkungannya. Ketiganya merupakan mata rantai dari kesinambungan hidup manusia. Manusia dalam mencapai tujuannya sering

⁸⁷*Ibid.*, h. 18.

⁸⁸Abdullah Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama: Kepribadian Muslim Pancasila*, Bandung: Sinar Baru, 1987, h. 185.

⁸⁹*Ibid.*, h. 185.

didasari semata-mata hanya kebutuhan jasmaniahnya sehingga dalam hidupnya tidak stabil dan sering menimbulkan kerusakan karena benturan kepentingan dan keinginan.⁹⁰ Maka dari itu, perlu adanya penyempurnaan diri bagi setiap orang. Proses penyempurnaan itu (*taswiyah an-nafs*), adalah proses di mana manusia berupaya mengadakan peningkatan kualitas dirinya (jiwanya), yang menurut al-Qur'an adalah menjadi tanggung jawab masing-masing orang. Peletakan tanggung jawab pada manusia dalam proses penyempurnaan "*nafs*" itu, ada dalam pilihan jalan hidupnya, apakah memilih jalan kebaikan ataukah jalan kejahatan. Hal ini berarti, bahwa dalam proses peningkatan kualitas "*nafs*" itu, manusia berada pada posisi sebagai subyek yang sadar dan bebas memilih jalannya sendiri, apakah "*fujur*" atau "*taqwa*". *Fujur* adalah jalan mengarah pada hal-hal yang merugikan dan destruktif. Sedangkan jalan *taqwa* adalah jalan yang mengarah kepada kebaikan, yaitu jalan yang akan menyelamatkan kehidupan manusia.⁹¹ Sebab, di dalam al-Qur'an Allah menyebutkan nafsu menjadi tiga sifat.

Pertama, nafs ammarah adalah jenis nafsu yang tercela, karena senantiasa cenderung kepada perbuatan yang buruk, dan itulah karakter aslinya. Tidak ada seorang pun yang sanggup melepas dari cengkeramannya kecuali dengan pertolongan Allah. *Kedua, nafs lawwamah* adalah nafsu yang tidak menetap dalam satu keadaan. Nafsu ini lebih sering berubah-ubah. Terkadang ingat terkadang lalai, kadang menerima kadang menolak, kadang suka kadang benci, kadang gembira kadang sedih, kadang rida kadang murka, kadang taat kadang durhaka.⁹²

Ketiga, nafs muthmainnah adalah ketenangan jiwa dalam melaksanakan perintah Allah dengan tulus dan ikhlas, tidak didasari dengan nafsu atau hanya sekedar ikut-ikutan. Ia tidak dihindari suatu *syubhat* (perkara yang belum jelas hukum halal dan haramnya perkara itu) yang

⁹⁰Rafy Sapuri, *Psikologi Islam*, h. 240.

⁹¹Rivay Siregar, *Tasawuf Dari Sufisme Klasik Ke Neo-Sufisme*, ed: Revisi, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, cet: 2, 2002, h. 234-235.

⁹²Syaikh Ahmad Farid, *Tazkiyah An-Nafs (Menyucikan Jiwa)*, Surakarta: Shafa Publishing, cet: 1, 2008, h. 118-120.

mengaburkan kabar-Nya, atau syahwat yang bertentangan dengan perintah-Nya. Bahkan apabila suatu ketika *syubhat* dan syahwat itu datang, ia akan menganggapnya sebagai gangguan, yang baginya lebih baik terjun dari langit ke bumi daripada mengecapnya, walau sesaat. Inilah dimaksud Nabi dengan *sarihul iman* (keimanan yang tegas). Ia juga merasa tenang ketika ada guncangan maksiat, dan mencoba menenangkannya dengan taubat.⁹³

Dari uraian ini, penulis dapat memberikan kesimpulan bahwa motivasi adalah suatu *driving force* yang menggerakkan manusia untuk bertindak laku, dan di dalam perbuatannya itu mempunyai tujuan tertentu. Tetapi manusia dalam mencapai tujuannya sering didasari semata-mata hanya kebutuhan jasmaniahnya sehingga dalam hidupnya tidak stabil dan sering menimbulkan kerusakan. Maka dari itu tingkatan motivasi manusia dalam memenuhi kebutuhannya dapat dibagi menjadi tiga, yaitu:

- a. Motivasi Hewani, ialah motivasi yang dalam memenuhi kebutuhan hidup tanpa memperhatikan keadaan dari suatu yang diperolehnya dan cara memanfaatkannya, seperti ketika ingin menghilangkan rasa lapar dan haus Ia tidak peduli apakah yang dimakan halal atau haram. Dari penjelasan tersebut, maka kita bisa mendapatkan persamaan antara motivasi hewani dengan *nafs Ammarah bis Suu'*. Sebab dalam pencapaian tujuannya hewani tidak memperhatikan keadaan dari sesuatu itu diperoleh maupun cara memanfaatkannya. Hal ini sama dengan *nafs Ammarah bis Suu'*, yang ciri dari nafsu ini adalah nafsu yang tercela dan cenderung kepada perbuatan yang buruk.
- b. Motivasi Insani, ialah motivasi yang terdapat di dalam diri manusia yang memiliki akal yang sehat, hati yang bersih, dan indrawi yang tajam, dalam merespons motivasi atau rangsangan selalu menggunakan hati, indrawi dan akal sehat. Dalam motivasi insani ini dalam menjalankan tujuannya masih dilandasi dari akal, hati dan indrawi yang ada pada manusia, sehingga motivasi ini cenderung tidak stabil atau masih mudah berubah-ubah

⁹³ *Ibid.*, h. 116-117.

tergantung respons dari akal, hati, dan indrawi yang dimiliki manusia itu. Sebab manusia dalam menjalani hidup kadang ingat kadang lalai, kadang menerima atau menolak, kadang bergembira atau bersedih, dan lain-lain. Jadi motivasi insani ini kita bisa menyamakan dengan *nafs Lawwamah*, karena *nafs Lawwamah* adalah nafsu yang tidak bisa menetap dalam satu keadaan atau sering berubah-ubah.

- c. Motivasi Rabbani, ialah dorongan jiwa yang terdapat dalam diri manusia yang telah mencapai tingkat kesempurnaan diri melalui ketaatannya yang sangat sempurna dalam menjalankan perintah dan menjauhi larangan Allah SWT, motivasi ini adalah dorongan jiwa yang dianugerahkan oleh Allah kepada para nabi, rasul, auliya, sebagai ahli waris dari para nabi-nabi terdahulu. Dari penjelasan tersebut kita dapat menyamakan motivasi Rabbani ini dengan *nafs muthmainnah*. Sebab motivasi rabbani adalah dorongan jiwa yang terdapat diri manusia yang sangat sempurna dalam menjalankan perintah dan menjauhi larangan Allah. Hal ini sama dengan *nafs muthmainnah* yang ketenangan jiwa dalam melaksanakan perintah Allah dengan tulus ikhlas, tidak didasari dengan nafsu atau hanya ikut-ikutan.

3. Aspek Motivasi Beragama

Adrew mengemukakan, Transendental adalah suatu cabang psikologis yang mengenali dan menerima kerohaniah atau spiritual sebagai suatu dimensi kejiwaan manusia yang sangat penting. Dorongan transendental adalah motivasi yang tumbuh oleh kesadaran manusia akan hubungan dengan Tuhannya.⁹⁴ Dari teori ini dapat disimpulkan bahwa, dorongan transendental adalah kesadaran manusia akan hubungan dengan Tuhanya, dan untuk dapat membangun motivasi ini perlu adanya kesadaran yang kuat bahwa manusia dan makhluk lainnya adalah dari tidak ada. Mereka berasal dari ketiadaan.

⁹⁴Adrew Shorrock, *The Transpersonal In Psychology, Psychotherapy and Counseling*, London: Palgrava Macmillan, 2008, h. 9.

Keberadaannya didunia karena adanya Allah. Karenanya semua nantinya akan dikembalikan kepada Allah, Sang Pemilik Sejati.

Abdullah Hadziq mengemukakan bahwa potensi yang membangkitkan gerak adalah kekuatan yang menumbuhkan gerak, kekuatan yang menumbuhkan gerak ini ada dua, yaitu: kekuatan keinginan (*al quwwat al irâdah*) adalah daya yang membangkitkan sesuatu yang dibutuhkan. dan kekuatan emosional (*al quwwat al ghadhabiyyah*) adalah daya yang membangkitkan untuk menolak sesuatu.⁹⁵ Jadi Kekuatan atau Intensitas adalah daya yang membangkitkan gerak seseorang untuk mewujudkan, menolak, dan mempertahankan kebutuhan yang ingin dituju.

Nico Syukur mengemukakan bahwa, Suatu dorongan yang spontan terjadi pada diri manusia, dapat ia jadikan miliknya sendiri, yaitu kalau ia menanggapi dorongan itu secara positif. Namun pada masa kini pun banyak orang yang mengimani Allah dan menganut salah satu agama. Kalau begitu timbul pertanyaan: “apa sebabnya orang itu beriman dan beragama, meskipun pengalaman religius entah tidak ada entah dianggap sebagai kurang mencukupi untuk mendasari kepercayaan ? apa yang mendorong manusia untuk beragama, untuk mengimani apa yang ia lihat ?. atas dasar ini Nico memberi empat tujuan yang ingin di capai (vertikal) oleh seseorang dalam dorongan untuk beragama mereka. Tujuan-tujuan ini adalah motivasi untuk mengatasi rasa frustrasi, motivasi agama sebagai sarana untuk menjaga kesusilaan dan tata tertib, memotivasi untuk mendapatkan rasa aman dan motivasi memuaskan intelek yang ingin tahu.⁹⁶

Berdasarkan tiga teori di atas maka peneliti dapat menentukan aspek karakteristik seseorang dalam bermotivasi bergama, yaitu:

- a. Dorongan atau kebutuhan untuk transendental.
- b. Kekuatan atau intensitas.
- c. Tujuan yang ingin dicapai (Vertikal).

⁹⁵Abdullah Hadziq, *Rekonsiliasi Psikologi*, h. 132.

⁹⁶Nico Syukur Dister, *Pengalaman dan Motivasi Beragama*, h. 77-80.

C. Hubungan Antara Motivasi dan ESQ

Ary Ginanjar mengemukakan bahwa, ESQ (*Emotional Spiritual Quotient*), adalah sebuah mekanisme sistematis untuk mengatur dari ketiga dimensi manusia, yaitu *body*, *mind*, dan *soul*, atau dimensi fisik, mental, dan spiritual dalam satu kesatuan yang integral. Sederhananya ESQ berbicara tentang bagaimana mengatur tiga komponen utama: Iman, Islam, dan Ihsan dalam keselarasan dan kesatuan tauhid. Seperti kita ketahui bahwa dalam setiap diri seorang manusia ada titik Tuhan (*God Spot*) yang di dalamnya terdapat energi berupa percikan sifat-sifat Allah Sang Pencipta. Dalam *God Spot* ini bermuara pada suara hati Illahiah atau *self* yang merupakan *collective unconscious*, yang kemudian berpotensi besar sebagai spiritual (SQ).⁹⁷

Agama adalah kepercayaan kepada Tuhan yang selalu hidup, yakni kepada jiwa dan kehendak Ilahi yang mengatur alam semesta dan mempunyai hubungan moral dengan umat manusia.⁹⁸ Jadi motivasi beragama adalah sebagai kekuatan yang menggerakkan seseorang untuk merespons pranata ke-Tuhanan, sehingga seseorang tersebut mampu mengungkapkan dalam bentuk pemikiran, perbuatan dan komunitas kelompok.

Pendidikan agama yang semestinya dapat diandalkan dan diharapkan bisa memberikan solusi bagi permasalahan hidup saat ini, ternyata lebih diartikan atau dipahami sebagai ajaran “fiqih”. Tidak dipahami dan dimaknai secara mendalam, lebih pada pendekatan ritual dan simbol-simbol serta pemisahan antara kehidupan dunia dan akhirat. Sehingga kita kurang dapat memahami dan memaknai pendidikan agama yang ia dapat. Padahal justru dengan memahami dan dapat memaknai dapat membentuk kecerdasan emosi dan kecerdasan spiritual (ESQ) Sebenarnya.⁹⁹

Motivasi beragama adalah sebagai kekuatan yang menggerakkan seseorang untuk merespons pranata ke-Tuhanan, sehingga seseorang tersebut

⁹⁷Ary Ginanjar, *ESQ Power*, h. 28.

⁹⁸Jamaluddin Rakhmat, *Psikologi Agama : Sebuah Pengantar*, Bandung: PT Mizan Pustaka, 2004, h. 50.

⁹⁹Ary Ginanjar, *ESQ Berdasarkan 6 Rukun Iman*, h. Xiv.

mampu mengungkapkan dalam bentuk pemikiran, perbuatan dan komunitas kelompok. Dorongan ini manusia adalah sebagai makhluk yang berketuhanan, sehingga ada interaksi antara manusia dengan Tuhan. Seperti ibadah dalam kehidupan sehari-hari, misalnya keinginan untuk mengabdikan kepada Allah, untuk merealisasikan norma-norma sesuai dengan ajarannya.

Motivasi beragama ini bisa mendorong seseorang untuk lebih memahami dan memaknai secara mendalam ajaran-ajaran yang telah diberikan Tuhan lewat utusannya. Karena motivasi beragama adalah dorongan yang menggerakkan seseorang untuk mencari dan menerima Tuhan yang telah menciptakan dirinya dan alam semesta ini. Dengan demikian motivasi beragama akan membuat orang untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan. Untuk mendekatkan diri seorang manusia kepada Tuhannya, ia akan lebih segala hal yang bisa membuat dirinya dekat dengan Tuhannya.

Dari uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi beragama membuat orang lebih bisa memahami dan mendalami ajaran-ajaran Tuhan. Karena orang yang mempunyai motivasi beragama yang tinggi, ia melakukan sesuatu bukan karena paksaan maupun karena ikut-ikutan. yang membuat tingkat motivasi beragama mereka berbeda juga. Dengan demikian orang yang memahami dan dapat memaknai ajaran Tuhan dapat membentuk kecerdasan emosi dan kecerdasan spiritual mereka. Sehingga seorang yang mempunyai motivasi beragama yang tinggi dapat membuat kecerdasan ESQ orang tersebut meningkat pula, karena ESQ bukan hanya mempelajari ibadah yang semata-mata hanya sebuah ritual yang dilakukan oleh raga kita, tetapi dilakukan dengan jiwa yang penuh dengan keikhlasan.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian teoritik di atas, maka Hipotesis yang digunakan dalam hipotesis alternative (Ha). Hipotesis diterima jika hipotesis alternative (Ha) terbukti. penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

Ha : ada hubungan positif antara motivasi dan kecerdasan ESQ (Emotional Spiritual Quotient) pada Santri di pondok pesantren Salafiyah Kajen Kecamatan Margoyoso Kabupaten Pati.