

**RELEVANSI SABAR DAN KECERDASAN EMOSIONAL
DALAM PANDANGAN ACHMAD MUBAROK**



SKRIPSI

untuk memenuhi sebagian persyaratan
mencapai derajat Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I)

Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI)

Ahmad Faris Aulia
061111026

**FAKULTAS DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2013**

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 5 (lima) eksemplar
Hal : Persetujuan Naskah
Skripsi

Kepada
Yth. Bapak Dekan Fakultas Dakwah
IAIN Walisongo Semarang

Assalamualaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Ahmad Faris Aulia

NIM : 061111026

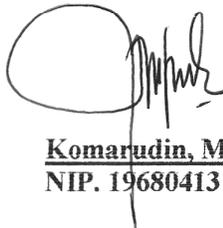
Jurusan : Dakwah /BPI

Judul Skripsi : **RELEVANSI SABAR DAN KECERDASAN
EMOSIONAL DALAM PANDANGAN ACHMAD
MUBAROK**

Dengan ini telah saya setuju dan mohon agar segera diujikan. Demikian atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Bidang Substansi Materi,



Komarudin, M Ag
NIP. 19680413 200003 1 001

Semarang, Juni 2013

Pembimbing,

Bidang Metodologi & Tatatulis,



Safrodir M. Ag
NIP. 19751203 200312 1 002

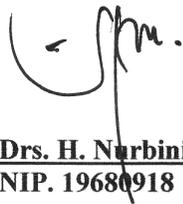
SKRIPSI
RELEVANSI SABAR DAN KECERDASAN EMOSIONAL
DALAM PANDANGAN ACHMAD MUBAROK

Disusun oleh

Ahmad Faris Aulia
061111026

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal: 27 Juni 2013
dan dinyatakan telah lulus memenuhi sarat
Susunan Dewan Penguji,

Ketua Sidang/Penguji I



Drs. H. Nurbini, M.Si
NIP. 19680918 199303 1 004

Sekretaris Sidang/Penguji II



Safrodin, M.Ag
NIP. 19751203 2003121 1 002

Penguji III



Baidi Bukhori, S.Ag, M.Si
NIP. 19730427 199603 1 001



Penguji IV,



Wening Wihartati, S.Psi, M.Si
NIP. 19771102 200604 2 004

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil kerja saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi di lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka

Semarang, 8 Juni 2013
Tanda tangan,

AHMAD FARIS AULIA
NIM: 061111026

MOTTO

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالشَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ {155} الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا
لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ {156} أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ
وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (البقرة: 155-157)

Artinya: "Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. Yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan *Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un*. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk." (QS. Al-Baqarah2: 155-157). (Depag RI,1978: 72).

PERSEMBAHAN

Karya ini aku dedikasikan untuk orang-orang terkasih dalam lingkaran kehidupanku.

- ❖ Orang tuaku tercinta yang selalu memberi nasehat dalam menjalani hidup ini.
- ❖ Istri tercinta yang selalu memberi motivasi untuk menuntaskan skripsi.
- ❖ Kakak dan adikku terima kasih untuk motivasinya.
- ❖ Teman-temanku, yang tidak dapat kusebutkan satu persatu, teman-teman seperjuangan angkatan 2006 (khususnya BPI 2006).

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul: *Relevansi Sabar dan Kecerdasan Emosional dalam Pandangan Achmad Mubarak*. Latar belakang penelitian ini, bahwa orang yang sabar akan mampu menerima segala macam cobaan dan musibah. Berbagai musibah dan malapetaka yang melanda Indonesia telah dirasakan masyarakat. Bagi orang yang sabar maka ia rela menerima kenyataan pahit, sementara yang menolak dan atau tidak sabar, ia gelisah dan protes dengan nasibnya yang kurang baik. Sebagai perumusan masalahnya adalah bagaimanakah konsep Achmad Mubarak tentang relevansi sabar dan kecerdasan emosional? Bagaimanakah penerapan konsep Achmad Mubarak tersebut dalam proses bimbingan dan konseling Islam?

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif. Data primer dalam penelitian ini adalah buku karangan Achmad Mubarak, dan karyanya yang berjudul: *Psikologi Qur'ani*. Adapun data sekundernya adalah sejumlah kepustakaan yang relevan dengan skripsi ini. Teknik pengumpulan data yang penulis lakukan dalam penelitian ini adalah kepustakaan (*library research*). Dalam menganalisis data menggunakan analisis deskriptif kualitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut Achmad Mubarak, kecerdasan dihubungkan dengan akal (intelektual), tetapi kecerdasan intelektual ternyata belum menjamin ketepatan keputusan, sehingga dewasa ini orang sudah mulai membicarakan tentang kecerdasan yang lain, yaitu kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual merupakan kualitas kehidupan ruhaniah seseorang di mana seseorang dimungkinkan berkomunikasi secara rohaniah, baik secara horizontal maupun vertikal. Memahami kecerdasan spiritual akan mudah jika menggunakan paradigma tasawuf (Mubarak, 2001: 73). Jika kecerdasan intelektual diwujudkan dalam berfikir, maka kecerdasan emosi diwujudkan dalam merasa (Mubarak, 2001: 72). Kecerdasan emosi ditandai dengan kemampuan pengendalian emosi ketika menghadapi kenyataan yang menggairahkan (menyenangkan, menakutkan, menjengkelkan, memilukan, dan sebagainya). Kemampuan pengendalian emosi itulah yang disebut sabar, atau sabar merupakan kunci kecerdasan emosional.

Apabila mengkaji konsep Achmad Mubarak tentang sabar, maka dapat dikatakan bahwa konsepnya sangat relevan dengan keadaan masa kini. Sabar dapat dibentuk melalui dakwah karena dakwah mengajak orang untuk kembali ke jalan Tuhan. Untuk membentuk rasa sabar diperlukan pemahaman tentang arti pentingnya peran dan fungsi sabar.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang yang senantiasa telah menganugerahkan rahmat, dan hidayah-Nya kepada penulis dalam rangka menyelesaikan karya skripsi dengan judul **“RELEVANSI SABAR DAN KECERDASAN EMOSIONAL DALAM PANDANGAN ACHMAD MUBAROK”**. Karya skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana Sosial Islam (S.Sos.I) bidang jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam di Fakultas Dakwah Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang. Shalawat serta salam semoga selalu terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, para sahabatnya, dan orang-orang yang mengikuti jejak perjuangannya.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis merasa bersyukur atas bantuan dan dorongan, bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak yang telah membantu terselesaikannya skripsi penulis dengan baik. Oleh karena itu penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag selaku Rektor IAIN Walisongo yang telah memimpin lembaga tersebut dengan baik
2. Bapak Dr. H. Muhammad Sulthon, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang.
3. Bapak Dr. H. Abu Rokhmad, M.Ag selaku wali studi yang telah berkenan membimbing dan memberikan pengarahan-pengarahan hingga terselesaikannya skripsi ini
4. Bapak Komarudin, M Ag selaku Dosen pembimbing I dan Bapak Safrodin M.Ag selaku Dosen pembimbing II yang telah berkenan membimbing dengan keikhlasan dan kebijaksanaannya meluangkan waktu, waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan pengarahan-pengarahan hingga terselesaikannya skripsi ini.

5. Ibu Hj. Mahmudah, S Ag, M.Pd selaku kajar BPI Fakultas Dakwah dan Bapak Safrodin M.Ag selaku sekjur BPI Fakultas Dakwah IAIN Semarang.
6. Seluruh dosen, staf dan karyawan di lingkungan civitas akademik Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan yang baik serta membantu kelancaran penulisan skripsi ini.
7. Kepala perpustakaan IAIN Walisongo Semarang serta pengelola perpustakaan Fakultas Dakwah yang telah memberikan pelayanan kepastakaan dengan baik.
8. Bapak dan Ibu yang tercinta, kakak dan adikku.
9. Teman-temanku mahasiswa IAIN Walisongo Semarang, khususnya kepada mahasiswa Fakultas Dakwah IAIN Walisongo Semarang. Terutama ditujukan kepada teman-temanku di jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan yang ideal dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri dan bagi para pembaca pada umumnya.

Nasrun Minallah Wafathun Qorieb

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 23 Juni 2013

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN NOTA PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK.....	vii
HALAMAN KATA PENGANTAR	viii
HALAMAN DAFTAR ISI.....	x
BAB I : PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Perumusan Masalah	9
1.3. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	9
1.4. Tinjauan Pustaka.....	10
1.5. Metodologi Penelitian	14
1.4. Sistematika Penulisan.....	17
BAB II : SABAR DAN KECERDASAN EMOSIONAL DALAM PSIKOLOGI DAN ISLAM	
2.1. Sabar.....	19
2.1.1. Pengertian Sabar.....	19
2.1.2. Pengertian Kecerdasan Emosional	23
2.1.3. Sabar dan Kecerdasan emosional Menurut Psikologi dan Islam	29
2.2. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan sabar	33
2.3. Materi dan Metode Bimbingan Konseling Islam.....	37
2.3.1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam	37
2.3.2. Materi Bimbingan dan Konseling Islami	38
2.3.3. Metode Bimbingan dan Konseling Islam	40

BAB III: SABAR DALAM PANDANGAN ACHMAD MUBAROK

3.1. Spesifikasi Konsep Sabar Menurut Achmad Mubarak.....	44
3.1.1. Biografi Achmad Mubarak.....	44
3.1.2. Karya Achmad Mubarak	46
3.2. Sabar dan Kecerdasan Emosional Menurut Achmad Mubarak	51
3.2.1. Sabar Menurut Achmad Mubarak.....	51
3.2.2. Kecerdasan Emosional Menurut Achmad Mubarak	57
3.2.3. Hubungan Sabar dan Kecerdasan Emosional	60

BAB IV: ANALISIS KONSEP ACHMAD MUBAROK TENTANG SABAR DAN KECERDASAN EMOSIONAL

4.1. Karakteristik Konsep Sabar dan Kecerdasan Emosional Menurut Achmad Mubarak.....	64
4.2. Relevansi Sabar dan Kecerdasan Emosional.....	73
4.3. Penerapan Konsep Achmad Mubarak tentang Sabar dalam Proses Bimbingan dan Konseling Islam.....	81

BAB V : PENUTUP

5.1. Kesimpulan.....	94
5.2. Saran-Saran.....	95
5.3. Penutup.....	95

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP