

**BAB IV**  
**ANALISIS PENDIDIKAN KECERDASAN SPIRITUAL DALAM AL-QUR'AN**  
**SURAT AL-MUZZAMMIL AYAT 1-8**

Sebagaimana yang telah tertera dalam Bab I bahwa tujuan penelitian ini untuk mengetahui isi kandungan al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat 1-8 kaitannya dengan pendidikan kecerdasan spiritual. Untuk itu, dalam Bab IV ini penulis menganalisis al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat 1-8 kaitannya dengan pendidikan kecerdasan spiritual tersebut sesuai dengan metode yang digunakan yaitu metode analisis data dengan metode tahlili dan metode maudhu'i.

Dalam hal ini, peneliti menganalisis empat aspek yang berkaitan dengan kecerdasan spiritual. Ke empat aspek tersebut meliputi, aspek ruh, aspek jiwa, aspek sosial, dan aspek biologis. Orang bisa dikatakan memiliki kecerdasan spiritual dengan sempurna manakala ia mampu memenuhi ke empat aspek tersebut. Oleh karenanya, untuk memperolehnya diperlukan proses pendidikan.

Pendidikan merupakan kebutuhan manusia yang harus dipenuhi guna mengembangkan potensi-potensi yang telah dibawa peserta didik sejak ia lahir. Pendidikan merupakan pijakan pertama untuk mengembangkan nilai-nilai dalam hidup beragama, bermasyarakat dan bernegara. Begitu juga dengan agama Islam, peran serta keberagamaan, terutama dalam pendidikan anak sangat diperlukan dimana pendidikan tersebut nantinya akan membantu mengembangkan kepribadian anak.

Anak memerlukan pendidikan dengan persyaratan-persyaratan tertentu dan pengawasan serta pemeliharaan yang terus-menerus sebagai pelatihan dasar dalam pembentukan kebiasaan dan sikap agar memiliki kemungkinan untuk berkembang secara wajar dalam hidup di masa mendatang.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Jalaludin Rahmat, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1995), hlm. 204.

Berdasarkan perspektif Islam, pendidikan dianggap sebagai institusi yang amat penting untuk mewarnai dan mengarahkan proses perubahan di dalam masyarakat. Pendidikan Agama Islam hakekatnya bertujuan mengembangkan potensi keberagaman manusia, sehingga dituntut mampu menyiapkan SDM yang berkualitas yakni beriman, berilmu dan bertaqwa agar mereka mampu mengolah, mengembangkan dan menyesuaikan perilaku keberagaman sesuai tuntutan zaman.<sup>2</sup>

Keberagaman atau religiusitas diwujudkan dalam berbagai sisi kehidupan manusia. Aktifitas beragama bukan hanya terjadi ketika melakukan perilaku ritual (ibadah) tetapi juga ketika melakukan aktifitas lain yang didorong oleh Perolehan kecerdasan akan melahirkan tuntutan untuk diberdayakan dalam kehidupan. Merupakan sebuah konsekuensi logis bahwa kecerdasan itu harus dibuktikan dan dimanfaatkan bagi kehidupan, tidak hanya untuk manusia semata, tetapi sampai ke segenap unsur yang ada di segenap alam semesta.<sup>3</sup>

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang bertumpu pada bagian dalam diri kita yang berhubungan dengan kearifan di luar ego atau jiwa sadar. Hal utama dalam kecerdasan spiritual adalah pengenalan akan kesejatian diri manusia. Kecerdasan spiritual bukan sebuah ajaran teologis, kecerdasan ini secara tidak langsung berkaitan dengan agama. Kecerdasan spiritual mengarahkan manusia pada pencarian hakikat kemanusiaannya. Hakikat manusia dapat ditemukan dalam perjumpaan atau saat berkomunikasi antara manusia dengan Allah SWT. oleh karena itu, ada yang berpandangan bahwa kecerdasan spiritual adalah kecerdasan manusia yang digunakan untuk berhubungan dengan Tuhan. Asumsinya adalah jika seseorang hubungan dengan Tuhannya baik, maka bisa dipastikan hubungan dengan sesama manusiapun akan baik pula.

---

<sup>2</sup> Ahmadi, *Islam sebagai Paradigma Ilmu Pendidikan*, (Yogyakarta: Aditya Media, 1992), hlm. 69.

<sup>3</sup> Muhammad Djarot Sensa, *Quranic Quotient: Kecerdasan-Kecerdasan Bentuk al-Qur'an*, (Jakarta: PT Mizan Publika, 2005), hlm. 289.

Dalam al-Qur'an telah dijelaskan mengenai pendidikan kecerdasan spiritual, yaitu al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat 1-8 yang berbunyi:

يَتَأْتِيَا الْمَزْمَلُ ﴿١﴾ قُمْ أَلَيْلَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٢﴾ نَصْفَهُ أَوْ أَنْقِصْ مِنْهُ قَلِيلًا ﴿٣﴾ أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ  
تَرْتِيلًا ﴿٤﴾ إِنَّا سَنُلْقِي عَلَيْكَ قَوْلًا ثَقِيلًا ﴿٥﴾ إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْأًا وَأَقْوَمُ قِيلًا ﴿٦﴾ إِنَّ لَكَ  
فِي النَّهَارِ سَبْحًا طَوِيلًا ﴿٧﴾ وَادْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا ﴿٨﴾

Hai orang yang berselimut (Muhammad). Bangunlah (untuk sembahyang) di malam hari<sup>4</sup>, kecuali sedikit (daripadanya), (yaitu) seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit. Atau lebih dari seperdua itu. dan Bacalah al-Quran itu dengan perlahan-lahan. Sesungguhnya kami akan menurunkan kepadamu perkataan yang berat. Sesungguhnya bangun di waktu malam adalah lebih tepat (untuk khusyuk) dan bacaan di waktu itu lebih berkesan. Sesungguhnya kamu pada siang hari mempunyai urusan yang panjang (banyak). Sebutlah nama Tuhanmu, dan beribadatlah kepada-Nya dengan penuh ketekunan.<sup>5</sup> (Q. S. al-Muzzammil / 73: 1-8).

Berikut penjelasan-penjelasan mengenai ayat di atas:

يَتَأْتِيَا الْمَزْمَلُ ﴿١﴾

Hai orang yang berselimut (Muhammad).<sup>6</sup> (Q.S. al-Muzzammil / 73: 1).

Menurut Prof. DR. Hamka dalam *Tafsir Al-Azhar*, bahwa panggilan Allah kepada Nabi Muhammad SAW dengan kata “*Al-Muzzammil*”, itu merupakan ucapan Tuhan terhadap Rasul-Nya yang membayangkan rasa kasih sayang yang mendalam, baik karena sedang ia enak tidur dibangunkan atau karena berat tanggung jawab yang dipikulkan ke atas dirinya.<sup>7</sup>

Menurut As-Suhaili, *Al-Muzzammil* bukanlah salah satu nama dari nama-nama Nabi SAW, dan beliau juga tidak dikenal dengan sebutan seperti itu. Yakni,

---

<sup>4</sup> Sembahyang malam Ini mula-mula wajib, sebelum turun ayat ke 20 dalam surat ini. Setelah turunnya ayat ke 20 Ini hukumnya menjadi sunah.

<sup>5</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, (Jakarta: Lentera Abadi, 2010), hlm. 398.

<sup>6</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, hlm. 398.

<sup>7</sup> Abdul Malik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 1999), hlm. 7705.

tidak seperti yang dikatakan oleh beberapa orang dari musuh-musuh Islam yang memasukkan nama ini ke dalam nama-nama beliau.

*Al-Muzzammil* hanyalah panggilan sementara berdasarkan atas keadaan Nabi SAW pada waktu itu, yaitu ketika titah ini diturunkan kepada beliau. Adapun kegunaan panggilan sementara ini ada dua macam. *Pertama*, sikap lembut. Karena apabila orang-orang Arab ingin bersikap lembut terhadap seseorang yang ingin dipanggilnya dan hendak menyingkirkan maksud-maksud yang akan menyinggung hati yang dipanggil, maka ia akan dipanggil dengan sebutan yang didasari keadaannya saat itu. Oleh karena itu, panggilan Allah SWT dengan sebutan *Al-Muzzammil* pada ayat ini tersirat ada pencurahan kasih sayang dan sikap lemah lembut dari panggilan itu, agar Nabi SAW juga tidak merasa khawatir terhadap apapun.

Sedangkan kegunaan yang *kedua* adalah untuk memberi peringatan, yakni untuk semua kaum muslimin yang sedang berselimut dan tidur di malam hari agar bangun dari tidur mereka dan melaksanakan *qiyamullail* serta berzikir kepada Allah SWT.<sup>8</sup>

Dari ke dua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa panggilan “*Al-Muzzammil*” merupakan panggilan kasih sayang dan sikap lemah lembut Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW karena Allah nantinya akan menurunkan perintah-perintah yang berat. Jadi ayat tersebut mengandung pendidikan kecerdasan spiritual pada aspek sosial.

Firman Allah yang berbunyi:

قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٧٣﴾ نَصْفَهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا ﴿٧٤﴾ أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا ﴿٧٥﴾

Bangunlah (untuk sembahyang) di malam hari, kecuali sedikit (daripadanya), (yaitu) seperduanya atau kurangilah dari seperdua itu sedikit. Atau lebih dari seperdua itu. dan Bacalah al-Quran itu dengan perlahan-lahan.<sup>9</sup> (Q.S. al-Muzzammil/ 73: 1-3).

<sup>8</sup> Syaikh Imam Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), hlm. 420-421.

<sup>9</sup> Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, hlm. 398.

Menurut M. Quraish Shihab, konteks ayat ini tidak berkaitan langsung dengan perintah bangkit untuk menghadapi tugas-tugas berat, akan tetapi perintah bangkit untuk melaksanakan shalat malam.<sup>10</sup>

Menurut Al-Maraghi, Allah menyuruh Nabi Muhammad SAW untuk shalat pada waktu malam seluruhnya kecuali sedikit, yaitu setengah malam atau kurang setengah atau lebih dari setengah sehingga menjadi dua pertiga malam. Nabi Muhammad SAW disuruh memilih di antara (sepertiga<sup>11</sup>, setengah<sup>12</sup> dan dua pertiga malam<sup>13</sup>).<sup>14</sup>

Prof. DR. Hamka berpendapat, bahwa di dalam ayat ini Allah SWT memerintah Nabi SAW untuk mengerjakan sembahyang. Perintah tersebut selalu disebut dengan “*Qiyam*”, sebab dengan menyebut bangunlah, atau berdirilah sembahyang, atau mendirikan sembahyang, jelas bahwa sembahyang itu didirikan dengan sungguh-sungguh dan dengan kesadaran penuh. “*kecuali sedikit*” yaitu tinggalkanlah malam untuk istirahat agak sedikit, namun yang terbanyak hendaknya untuk melakukan sembahyang.<sup>15</sup>

Dari ketiga pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa dalam surat al-Muzzammil ayat kedua hingga pangkal ayat empat merupakan perintah Allah kepada Nabi Muhammad SAW untuk shalat setengah malam atau lebih sedikit atau kurang sedikit dari setengah malam itu. Dan tidak ada halangan baginya untuk memilih salah satu di antara ketiganya.

---

<sup>10</sup> M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah*, (Jakarta: Lentera Hati, 2002), hlm. 404.

<sup>11</sup> Yang dimaksud sepertiga malam menurut waktu Indonesia ialah antara jam 10 dan jam 11.

<sup>12</sup> Yang dimaksud setengah yaitu antara jam 12 dan jam 1 malam.

<sup>13</sup> Dua pertiga malam ialah antara jam 2 dan 3 sampai sebelum fajar.

<sup>14</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, (Semarang: PT. Karya Toha Putra Semarang, 1993), hlm. 190.

<sup>15</sup> Abdul Malik Abdulkarim Amrullah, *Tafsir Al-Azhar*, (Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd, 1999), hlm. 7705.

Jadi, ayat di atas mengandung pendidikan kecerdasan spiritual dalam tiga aspek yang meliputi aspek jiwa, ruhani, dan biologis.

Firman Allah :

أَوْزِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً ﴿٦٦﴾

Atau lebih dari seperdua itu. dan Bacalah al-Quran itu dengan perlahan-lahan.<sup>16</sup> (Q.S. al-Muzzammil/ 73: 4)

Dijelaskan dalam *Tafsir Ibnu Katsir*, maksud dari ayat di atas adalah perintah untuk membaca al-Qur'an dengan tartil. Maksudnya, bacalah al-Qur'an dengan perlahan, sebab hal itu akan membantu dalam memahami dan merenunginya.<sup>17</sup>

Menurut Al-Qurthubi, maksud membaca dengan perlahan-lahan yakni janganlah terburu-buru dalam membaca al-Qur'an, namun bacalah dengan seksama, perlahan, dan disertai juga dengan merenungkan makna dari bacaan yang dibaca.<sup>18</sup>

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa ayat tersebut memerintahkan untuk membaca al-Qur'an yang disertai dengan tartil. Membacanya dengan perlahan-lahan, merenungkan maknanya, sehingga apa yang terkandung di dalam al-Qur'an dapat merasuk di hati dan dapat dipahami.

Ayat di atas mengandung pendidikan kecerdasan spiritual yang mencakup dua aspek yaitu: aspek jiwa dan aspek ruhani.

Firman Allah :

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلاً ﴿٦٧﴾

Sesungguhnya bangun di waktu malam adalah lebih tepat (untuk khushyuk) dan bacaan di waktu itu lebih berkesan.<sup>19</sup> (Q.S. al-Muzzammil/73:6).

---

<sup>16</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, hlm. 398.

<sup>17</sup> Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Alu Syaikh, *Tafsir Ibnu Katsir*, (Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'I, 2008), hlm. 126.

<sup>18</sup> Syaikh Imam Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi*, hlm. 435.

<sup>19</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, hlm. 398.

Dijelaskan dalam *Tafsir Al-Maraghi*, bahwa *qiyamullail* itu lebih mrmantapkan dan menyesuaikan antara hati dan lisan, dan lebih menghimpun fikiran untuk menunaikan bacaan dan memahaminya. Waktu malam itu lebih tenang bagi hati daripada waktu siang, karena siang adalah waktu bertebaranya manusia dan bisingnya suara serta waktu untuk mencari urusan kehidupan.<sup>20</sup>

Jadi, ayat di atas mengandung pendidikan kecerdasan spiritual, yaitu aspek biologis.

Firman Allah:

وَأَذْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا ﴿٨﴾

Sebutlah nama Tuhanmu, dan beribadatlah kepada-Nya dengan penuh ketekunan. (Q.S. al-Muzzammil/ 73:8).<sup>21</sup>

Dalam ayat di atas, adalah perintah untuk berdoa kepada Allah SWT dengan mempergunakan nama-nama-Nya yang agung (*Al-Asma' Al-Husna*).<sup>22</sup>

Pendapat lain mengatakan ayat tersebut maksudnya adalah untuk memperbanyak berzikir kepada Allah dan menggantungkan harapan kepada-Nya.<sup>23</sup>

Dari kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa maksud dari ayat di atas adalah perintah untuk berdoa, berzikir, dan menggantungkan harapan hanya kepada Allah SWT.

Ayat tersebut mengandung pendidikan kecerdasan spiritual yang meliputi dua aspek, yaitu aspek jiwa dan aspek ruhani.

Jadi dari ayat 1-8 pada al-Qur'an surat al-Mizammil terdapat pendidikan kecerdasan spiritual yang mencakup empat aspek, yaitu aspek jiwa, aspek ruh, aspek

---

<sup>20</sup> Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, hlm. 192.

<sup>21</sup> Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, hlm. 398.

<sup>22</sup> Syaikh Imam Al-Qurthubi, *Tafsir Al-Qurthubi*, hlm. 45.

<sup>23</sup> Abdullah bin Muhammad bin Abdurrahman bin Ishaq Alu Syaikh, *Tafsir Ibnu Katsir*, hlm. 843.

sosial dan aspek biologis. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui keempat aspek tersebut akan diuraikan pada pembahasan selanjutnya.

## **A. Pendidikan Kecerdasan Spiritual dalam al-Qur'an Surat al-Muzzammil Ayat 1-8 tentang Aspek Sosial**

### **1. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui berbuat baik kepada manusia**

Pendidikan kecerdasan spiritual yang menyangkut aspek sosial dalam surat al-Muzzammil dapat ditemukan pada ayat pertama yang berbunyi:

يَتَأْتِيَا الْمُرْمِلُ ﴿١﴾

Kata *al-Muzzammil* merupakan panggilan kasih sayang Allah SWT kepada Nabi Muhammad SAW. artinya, secara tersirat pada ayat di atas Allah mengajarkan kepada Nabi Muhammad SAW untuk menanamkan rasa kasih sayang terhadap-Nya maupun terhadap sesama manusia.

Salah satu aspek kecerdasan spiritual adalah aspek sosial. Indikator dari aspek sosial meliputi: mencintai kedua orang tua,, mencintai pendamping hidup, mencintai anak, membantu orang yang membutuhkan, amanah, berani mengungkapkan kebenaran, jujur, serta menjauhi hal yang dapat menjauhi orang lain.<sup>24</sup> Dari indikator-indikator di atas dapat disimpulkan bahwa aspek sosial meliputi berbuat baik kepada manusia serta menjauhi hal-hal yang dapat menyakiti mereka.

Manusia diharuskan memiliki sifat demikian karena manusia adalah makhluk sosial, dimana dalam menjalani aktifitas sehari-harinya tidak terlepas dari campur tangan orang lain. Dari tiap individu diikat oleh hubungan yang beragam, baik hati, sosial, ekonomi maupun yang lainnya.

Orang yang dalam menjalani kehidupan sehari-harinya selalu diliputi dengan perasaan tenang, senang bermasyarakat, memiliki sifat ramah tamah

---

<sup>24</sup> M. Utsman Najati, *Belajar EQ dan SQ dari Sunah Nabi*, (Jakarta: Hikmah, 2003), hlm. 90-91.



itu merupakan bukti bahwa ia telah memiliki kecerdasan spiritual. Meskipun kecerdasan spiritual dapat diperoleh melalui upaya-upaya pembersihan hati (seperti beribadah kepada Allah SWT), akan tetapi rasa saling mencintai, menyayangi terhadap sesama manusia ataupun makhluk lainnya itu adalah bukti bahwa ia telah memiliki kecerdasan spiritual pula. Bisa dikatakan demikian karena orang yang hubungan dengan Tuhannya baik dapat dipastikan bahwa hubungan dengan sesama manusiapun juga baik.

Berbuat baik kepada manusia merupakan ciri orang yang bertakwa, karena orang-orang yang bertakwa adalah tipe-tipe orang yang cenderung pada kebaikan. Perbuatan baik sangat banyak macamnya, salah satunya adalah menyayangi terhadap sesama manusia.

Manusia pertama kali hidup di dalam keluarga yang diikat oleh perasaan cinta, kasih sayang, saling menolong, ikhlas, dan ia merasakan ketenangan di antara anggota keluarganya. Hal demikian sebagaimana si anak merasakan cinta kepada kedua orang tuanya dan anggota keluarganya. Ia juga merasakan cinta, kasih sayang, perlindungan dan perhatian mereka terhadapnya. Atmosfir yang sarat dan rasa saling mencintai dalam kehidupan anak merupakan faktor penting dalam membentuk kematangan kepribadiannya dan agar ia merasa damai, percaya diri dan bahagia.

Anak yang hidup dalam lingkungan normal seperti ini akan merasakan cinta kepada semua manusia. Ia menyatu dan menyayangi mereka, berbuat baik kepada mereka, berempati terhadap orang yang membutuhkan kasih sayang dan membantu orang yang membutuhkan bantuan. Cinta seseorang dan sikap mengulurkan bantuan kepada manusia adalah salah satu faktor penting yang menjadikannya merasa melebur dengan masyarakat dan ia merasa sebagai anggota masyarakat yang berguna. Dengan demikian ia merasa rela terhadap dirinya dan bahagia.<sup>25</sup>

---

<sup>25</sup> M. Utsman Najati, *Belajar EQ dan SQ Dari Sunah Nabi*, hlm. 90.

Rasa saling menyayangi tidak muncul dengan sendirinya, akan tetapi perlu adanya proses pendidikan. Jika upaya tersebut telah berhasil dilaksanakan, maka aspek sosial yang menjadi indikator dari kesehatan jiwa telah terpenuhi. Seseorang jika jiwanya sehat otomatis ruhaninyapun juga sehat. Dengan demikian kecerdasan spiritual yang merupakan kecerdasan tertinggi seseorang telah ia dapatkan, karena kecerdasan spiritual itu bersumber dari hati.

Seseorang dikatakan memiliki kecerdasan spiritual ketika ia mampu merasakan kasih sayang. Rasa tersebut tidak hanya ditujukan kepada sesama manusia saja, akan tetapi yang harus didahulukan adalah kepada Tuhan semesta alam, yaitu Allah SWT, kemudian sesama manusia, dan yang terakhir adalah sesama makhluk dan ciptaan Tuhan. Di situlah Allah memanggil Nabi SAW. dengan panggilan kasih sayangnya yang sekaligus Allah mengajarkan kepada Nabi SAW. agar memiliki sifat kasih sayang baik kepada Tuhannya, sesama manusia, maupun sesama makhluk dan ciptaan Allah. Karena tujuan dari pendidikan kecerdasan spiritual adalah untuk membentuk manusia seutuhnya (*Insan kamil*). Ia tidak hanya teguh dalam beribadah kepada Allah saja, akan tetapi ia juga memiliki keteguhan sosial.

Keteguhan sosial merupakan tolak ukur untuk menkonstruksi *insan kamil*. Dalam konsep ini mempunyai dua point penting dalam menentukan keberhasilan dalam pendidikan Islam yang di antaranya: *strategic collaboration* dan *total action*.

Dari kedua point tersebut akan memunculkan fitrah suara hati manusia dalam menyimpan rasa kasih sayang yang tinggi terhadap sesama. Suara hati ini akan mencegah manusia untuk melakukan perbuatan buruk terhadap sesamanya. Bahkan dengan suara Tuhan ini manusia akan menjadi manusia

*angel* terhadap sesamanya.<sup>26</sup> Itulah cara ayat tersebut mengajarkan kepada manusia untuk senantiasa berbuat baik terhadap siapapun.

## 2. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui shalat

Selain berbuat baik kepada manusia, pendidikan kecerdasan spiritual melalui aspek sosil juga dapat ditemukan dalam surat al-Muzzammil ayat 2 yang berbunyi:

قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٢﴾

Dalam surat al-Muzzammil ayat dua di atas, Allah memerintahkan Nabi Muhammad SAW untuk melaksanakan shalat. Shalat dapat mencegah keterasingan sosial serta membangun hubungan sosial yang sehat. Melalui shalat, manusia diberi kesempatan untuk bertemu secara *intens* dengan jamaah orang-orang yang shalat. Sehingga, mereka mereka bisa belajar cara berinteraksi dengan orang-orang dan mengetahui apa yang mereka sukai serta apa yang mereka benci. Dia tidak mengisolasi diri dari mereka, tetapi senantiasa bergaul dan berhubungan dengan orang-orang.

Shalat berjamaah merupakan hal yang sangat penting dalam Islam, karena di dalam shalat jamaah akan memunculkan interaksi sosial, sedangkan Allah SWT menciptakan manusia agar mereka saling mengenal dan saling menjalin hubungan sosial.

Shalat juga dapat menjadi sarana untuk menumbuhkan rasa percaya diri, yaitu ketika seseorang memimpin orang-orang serta mengetahui apa yang disukai orang-orang dan apa yang tidak disukainya. Oleh karena itu, kita melihat bahwa seorang individu yang berjiwa sosial lebih memiliki rasa

---

<sup>26</sup> Zamroni & Umiarso, *ESQ Model dan Kepemimpinan Pendidikan: Konstruksi Sekolah Berbasis Spiritual*, (Semarang: Rasail Media Group, 2011), hlm. 76.

percaya diri daripada seseorang *introvert* yang tidak mau bergaul dengan orang lain.<sup>27</sup>

Selain itu, shalat juga bisa mendorong manusia untuk senantiasa baramal, karena shalat merupakan langkah pertama untuk beramal.<sup>28</sup> Melalui langkah tersebut di mungkinkan tidak ada orang yang kesusahan, karena dalam diri orang yang mampu telah tertanam rasa untuk membantu orang-orang yang membutuhkan, maka hubungan sosialnya menjadi lebih harmonis.

## **B. Pendidikan Kecerdasan Spiritual dalam al-Qur'an Surat al-Muzzammil Ayat 1-8 tentang Aspek Jiwa**

Indikator dar aspek jiwa adalah jujur terhadap jiwa, hati tidak iri, dengki dan benci, menerima jati diri mampu mengatasi depresi, mampu mengatasi perasaan gelisah, menjauhi sesuatu yang menyakiti jiwa, memegang prinsip-prinsip syari'at, keseimbangan emosi, lapang dada, spontan, menerima kehidupan, mampu menguasai dan mengontrol diri, percaya diri.<sup>29</sup> Dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat 1-8 mengandung tiga pendidikan kecerdasan spiritual tentang aspek jiwa, yaitu:

### **1. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui shalat**

Pendidikan kecerdasan spiritual yang menyangkut aspek jiwa dapat ditemukan dalam surat al-Muzzammil ayat dua yang berbunyi:

قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٢﴾

Shalat malam merupakan salah satu cara untuk mendekati diri kepada Allah SWT. Di dalam shalat seorang hamba dengan bebas memohon

---

<sup>27</sup> Muhammad Bahnasi, *Shalat Sebagai Terapi Psikologi*, (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2004), hlm. 54.

<sup>28</sup> Muhammad Bahnasi, *Shalat Sebagai Terapi Psikologi*, hlm. 65.

<sup>29</sup> M. Utsman Najati, *Belajar EQ dan SQ dari Sunnah Nabi*, (Jakarta: Penerbit Hikmah, 2002), hlm. 5.

dan mengharap apa yang diinginkannya. Sembahyang, doa-doa dan permohonan ampun kepada Allah, merupakan cara untuk menciptakan ketenangan dan ketenteraman jiwa kepada orang melakukannya. Semakin dekat seseorang kepada Tuhan, dan semakin banyak ibadahnya, maka akan semakin tenang dan tenteram jiwanya serta semakin mampu dalam menghadapi kekecewaan dan kesukaran-kesukaran dalam hidup.

Shalat malam sangat banyak sekali macamnya yang salah satunya adalah shalat tahajud sebagaimana tertulis dalam al-Qur'an Surat al-Isra' ayat 79 yang berbunyi:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴿٧٩﴾

Dan pada sebahagian malam hari bersembahyang tahajjudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu; Mudah-mudahan Tuhan-mu mengangkat kamu ke tempat yang Terpuji”.<sup>30</sup> (Q.S. al-Isra’/17:79).

Ayat di atas memerintahkan orang Islam untuk melaksanakan shalat tahajud, karena shalat tersebut sangat banyak sekali manfaatnya. Ia juga merupakan sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Shalat tahajud jika dilaksanakan secara ikhlas dan terus menerus akan menjadikan jiwa menjadi tenang.

Ketenangan jiwa merupakan kondisi psikologi matang yang dicapai oleh orang-orang beriman setelah mereka mencapai tingkat keyakinan yang tinggi. Sementara keyakinan tidak datang dengan sendirinya. Ia harus dicapai dengan melaksanakan ibadah dan penopangnya, yakni shalat yang akan memberikan ketenangan tersebut.

Jiwa juga memerlukan penyucian sehingga ia bisa menyerap ketenangan. Penyucian ini tidak datang dari kekosongan, akan tetapi ia harus berasal dari ibadah terutama shalat sehingga jiwa menjadi bersih.<sup>31</sup>

---

<sup>30</sup> Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, hlm. 524.

<sup>31</sup> Muhammad Bahnasi, *Shalat Sebagai Terapi Psikologi*, hlm. 68.

Shalat merupakan proses mencurahkan berbagai emosi yang membebani jiwa, terutama di tengah-tengah sujud. Dalam sujud terciptalah munajat yang khusyu' dan ikhlas yang tidak terdapat unsure riya di dalamnya. Orang yang shalat menumpahkan kecemasan yang mengisi hatinya dalam kalimat-kalimat yang membebani jiwanya.

Psikologi menguatkan bahwa orang yang merasa berat karena adanya yang lelah akan mendapat ketenangan hati ketika dia ditemani teman dekatnya untuk mendengar persoalannya. Karena sesungguhnya di dalam pengaduan tersebut terdapat proses mendekatkan diri kepada Allah dan di dalam do'a terdapat pahala ketaatan. Pengaduan tersebut dapat menjadi ibadah dan obat untuk jiwa.<sup>32</sup> Karena dengan menyerahkan keluh kesah yang kita alami beban menjadi semakin berkurang.

Shalat dapat, menumbuhkan rasa percaya diri, menghilangkan kekhawatiran dan rasa takut. Selain itu, shalat juga dapat menjaga keseimbangan jiwa serta memberikan harapan yang tetap ada sehingga dapat menimbulkan ketenangan.

Orang yang jiwanya sehat akan merasakan ketenangan dan kebahagiaan dan itu merupakan ciri-ciri bahwa ia telah memiliki kecerdasan spiritual. Karena salah satu aspek dari kecerdasan spiritual adalah ia senantiasa sehat jiwanya.

## 2. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui membaca al-Qur'an dengan tartil

Selain di atas, pendidikan kecerdasan spiritual menyangkut aspek jiwa juga dapat ditemukan dalam penggalan surat al-Muzzammil ayat 4 yang berbunyi:

أَوْزِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً ﴿٤﴾

---

<sup>32</sup> Muhammad Bahnasi, *Shalat Sebagai Terapi Psikologi*, hlm. 64.

Pendidikan kecerdasan spiritual yang terkandung di dalam surat al-Muzzammil ayat keempat yaitu upaya mencerdaskan hati melalui membaca al-Qur'an dengan tartil yakni tidak hanya sekedar mengucapkan dengan lisan saja akan tetapi dengan menghayati pesan-pesan yang terkandung di dalamnya. Dengan begitu, maka ketika membaca ayat-ayat petunjuk kebenaran niscaya hati nuraninya akan membenarkan dan cenderung untuk melaksanakan kebaikan. Sebaliknya jika ia membaca ayat-ayat tentang siksaan maka ia akan berpikir dua kali jika akan melakukannya. Oleh karenanya, membaca al-Qur'an dengan tartil merupakan salah satu metode yang tepat dalam rangka mendekati diri kepada Allah SWT.

Perintah untuk membaca al-Qur'an juga tersebut dalam al-Qur'an surat al-Alaq ayat pertama yang berbunyi:

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾

Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang Menciptakan. (Q.S. al-Alaq / 96: 2).

Allah memerintahkan manusia untuk membaca (mempelajari, meneliti, dan sebagainya.) apa saja yang telah Ia ciptakan, baik ayat-ayat-Nya yang tersurat (qauliyah) maupun ayat-ayat-Nya yang tersirat (kauniyah). Membaca itu harus dengan nama-Nya dan mengharap pertolongan-Nya. Dengan demikian, tujuan membaca dan mendalami ayat-ayat Allah itu adalah diperolehnya hasil yang diridhai-Nya, yaitu ilmu atau sesuatu yang bermanfaat bagi manusia.<sup>33</sup>

Tidak dapat dipungkiri bahwa manusia pasti membutuhkan Tuhan, karena pada dasarnya manusia terlahir sudah mengakui adanya Tuhan. Oleh karenanya fitrah ber-Tuhan yang telah dibawa manusia tersebut harus dinyalakan yang salah satunya dengan upaya mujahadah (menyingkirkan

---

<sup>33</sup> Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, hlm. 720.

hasrat-hasrat diri), yaitu membaca al-Qur'an dengan tartil. Dengan begitu ia akan mampu merasakan kedekatan dengan Allah SWT. sehingga nur *Ilahiah* juga akan selalu memancar dalam jiwanya. Dengan begitu, ruhaninya akan cerdas, jiwanya juga akan senantiasa merasakan ketenangan karena ia mendapatkan petunjuk-petunjuk dari Allah SWT.

### 3. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui zikir

Pendidikan kecerdasan spiritual menyangkut aspek jiwa juga dapat ditemukan dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat 8 yang berbunyi:

وَأَذْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلًا ﴿٨﴾

Dengan ibadah mengingat Allah SWT (*zikrullah*) seseorang akan merasakan ketenangan. Dalam ketenangan ini, manusia tidak hanya memperoleh kekuatan secara lahiriah saja, akan tetapi dampak positifnya juga terlihat jelas pada kesehatan mereka.

Ketenangan jiwa dapat membuat orang hidup tenang. Inilah yang diperlukan pada situasi seperti sekarang, di tengah-tengah gelombang kehidupan yang serba tidak menentu. Apalagi bagi seorang pemimpin yang bercita-cita mewujudkan keceriaan-keceriaan masa depan bagi negeri yang sedang terpuruk ini. Hanya orang-orang yang memiliki ketenangan jiwa yang dibalut oleh iman dan *zikrullah* yang dapat berpikir tenang, berpandangan jitu, dan mampu membuat program yang mengenai sasaran untuk kepentingan manusia dan kemanusiaan.<sup>34</sup> Orang yang memiliki kecerdasan spiritual akan tenang dalam menghadapi keadaan zaman seperti sekarang ini.

---

<sup>34</sup> Muhammad Bahnasi, *Shalat Sebagai Terapi Psikologi*, hlm. 136.



### C. Pendidikan Kecerdasan Spiritual dalam al-Qur'an Surat al-Muzzammil Ayat 1-8 tentang Aspek Ruhani

Al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat 1-8 mengandung pendidikan kecerdasan spiritual tentang aspek ruhani yang meliputi:

#### 1. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui shalat

Pendidikan kecerdasan spiritual menyangkut aspek ruhani juga dapat ditemukan dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat dua yang berbunyi:

﴿فَمِ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا﴾

Selain mengandung aspek sosial dan jiwa, shalat juga mengandung aspek ruhani karena di dalam shalat terkandung nilai-nilai spiritual yang tinggi, hatinya akan tenang dan tentram, pendiriannya akan kuat dan memiliki rasa optimis yang tinggi. Karena dengan shalat malam yang dilaksanakan secara khusyu' ia merasa mempunyai sandaran vertikal yang kuat kepada Allah SWT, sehingga dalam menghadapi cobaan dan pmasalah kehidupan akan ia hadapi dengan tabah dan sabar, optimis dan penuh percaya diri. Hal ini akan memupuk dan menumbuhkan sikap mental yang stabil, kuat dan dinamis.

Shalat malam mempunyai keistimewaan dan keutamaan bagi mereka yang melakukannya dengan sungguh-sungguh, khusyu' dan dilaksanakan secara terus-menerus. Sebagai bentuk ritual, shalat malam juga sebagai cara untuk mendekatkan diri pada Allah SWT.

Anjuran untuk melaksanakan shalat malam juga tertulis dalam al-Qur'an surat Al-Furqan ayat 64 yang berbunyi:

﴿وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا﴾

Dan orang yang melalui malam hari dengan bersujud dan berdiri untuk Tuhan mereka".<sup>35</sup> (Q.S. al-Furqan/25: 64).

---

<sup>35</sup> Kementrian Agama RI, *Alqur'an dan Tafsirnya*, hlm. 45.

Bahwasanya, sikap dan sifat orang mukmin yaitu mereka bersujud diwaktu malam untuk Tuhan mereka, yaitu dengan melaksanakan shalat malam. Sehingga iman mereka bertambah dan keyakinannya menjadi mantap bahwa tiada tuhan selain Dia.

Bacaan-bacaan di dalam surat mulai dari takbiratul ihram hingga salam jika membacanya dengan penuh penghayatan akan maknanya juga dapat menjadikan hati semakin cerdas, karena bacaan-bacaan di dalam shalat semuanya mengandung do'a. Orang yang senantiasa melaksanakan shalat hatinya akan bersih sehingga Allah memberikan hidayah-hidayah-Nya kepada orang yang mau melaksanakan perintah-Nya.

Do'a yang terkandung di dalam shalat dan ucapan yang baik yang berupa pujian dan permohonan kepada Allah swt. semuanya memiliki dampak positif, yaitu dapat melegakan batin dan akan mengendalikan ketenangan dan ketentraman mental bagi yang melaksanakannya, semakin dekat seseorang dengan Allah SWT semakin tentramlah jiwanya, serta semakin kuat ia menghadapi permasalahan dan kesukaran dalam kehidupannya.

Selain itu shalat juga mengandung unsur meditasi yang akan menimbulkan efek positif bagi stabilitas mental dan kepribadian. Karena orang yang khusyu' dan konsisten dalam shalatnya akan memperoleh keseimbangan yang harmonis antara jasmani dan ruhani. Oleh karena itu shalat mendidik dan melatih kita menjadi orang yang tenang, dapat menghadapi dalam kesusahan dan problem kehidupan dengan hati yang tetap tabah, sabar dan tenang.

Dari gerakan dan bacaan shalat mulai dari *takbiratul ihram* sampai *salam* semuanya mengandung maksud tertentu. Seseorang yang kuat imannya bisa dilihat dari bagaimana ia shalat. Cara takbir yang benar, cara ruku', cara sujud dan seterusnya jika dilakukan dengan bersungguh-sungguh akan sangat berpengaruh bagi kesehatan jasmani seseorang.

Kecerdasan spiritual mengacu pada kecerdasan hati. Shalat banyak mengandung pendidikan baik vertikal (hubungan manusia dengan Tuhannya) maupun horizontal (hubungan antar sesama manusia). Diantara pendidikan yang terkandung di dalam shalat antara lain:

- a. Melatih dan membentuk rasa aman
- b. Melatih dan membentuk kepercayaan diri serta motivasi
- c. Melatih Kebijaksanaan
- d. Melatih integritas
- e. Melatih dan membangun prinsip kepercayaan
- f. Melatih prinsip kepemimpinan
- g. Melatih prinsip pembelajaran
- h. Melatih simulasi

Ketika hati seseorang cerdas ataupun sehat, maka jasmaninya juga bisa dikatakan sehat. shalat yang dilaksanakan dengan khusyu' akan sangat banyak sekali manfaatnya, kesehatan dan kecerdasan mulai dari ruh, jiwa, sosial, dan biologis dapat diperoleh melalui shalat. Oleh karenanya agar manusia memiliki kecerdasan spiritual, maka ayat tersebut mendidik manusia melalui shalat malam.

## 2. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui membaca al-Qur'an dengan tartil

Pendidikan kecerdasan spiritual menyangkut aspek ruhani dapat ditemukan dalam penggalan al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat empat yang berbunyi:

أَوْزِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلاً ﴿٤﴾

Kecerdasan spiritual dapat diperoleh melalui upaya mujahadah. Diantaranya adalah sebagaimana telah tersebut di dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat empat yaitu Membaca al-Qur'an dengan tartil merupakan salah satu metode yang tepat dalam rangka mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Membaca al-Qur'an dengan tartil yakni tidak hanya sekedar mengucapkan dengan lisan saja akan tetapi dengan menghayati pesan-pesan yang terkandung di dalamnya. Dengan begitu, maka ketika membaca ayat-ayat petunjuk kebenaran niscaya hati nuraninya akan membenarkan dan cenderung untuk melaksanakan kebaikan. Sebaliknya jika ia membaca ayat-ayat tentang siksaan maka ia akan berpikir dua kali jika akan melakukannya.

Tidak dapat dipungkiri bahwa manusia pasti membutuhkan Tuhan, karena pada dasarnya manusia terlahir sudah mengakui adanya Tuhan. Oleh karenanya fitrah ber-Tuhan yang telah dibawa manusia tersebut harus dinyalakan yang salah satunya dengan upaya mujahadah (menyingkirkan hasrat-hasrat diri), yaitu membaca al-Qur'an dengan tartil. Dengan begitu ia akan mampu merasakan kedekatan dengan Allah SWT. sehingga nur *Ilahiah* juga akan selalu memancar dalam jiwanya. Dengan begitu, ruhaninya akan cerdas, jiwanya juga akan senantiasa merasakan ketenangan karena ia mendapatkan petunjuk-petunjuk dari Allah SWT.

### 3. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui zikir

Telah dijelaskan dalam bab II bahwa salah satu metode pendidikan kecerdasan spiritual adalah melalui berzikir. Sebagaimana tersebut dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat delapan yang berbunyi:

وَأَذْكُرْ اسْمَ رَبِّكَ وَتَبَتَّلْ إِلَيْهِ تَبْتِيلاً ﴿٨﴾

Dan berzikirlah dengan menyebut nama Tuhanmu, karena dengan berzikir fitrah kebutuhan akan Tuhan akan menyala pada diri manusia. Sehingga *God Spot* dalam otaknya dan titik intuitif ke-Tuhanan dalam kalbunya tetap menyala, bahkan cahaya hatinya semakin besar dan menyebar menerangi seluruh bagian tubuh.

Sedangkan ayat kedelapan tersebut memerintahkan kepada Nabi Muhammad SAW. untuk memperbanyak mengingat Allah SWT. Itu artinya perintah tersebut juga ditujukan kepada umat Muhammad SAW. Allah

memerintahkan demikian agar manusia senantiasa merasakan kedekatan dan kehadiran-Nya. Ketika seorang hamba telah merasakan kedekatan dengan Tuhannya, maka kehadiran Tuhan akan dirasakan pula oleh manusia melalui hatinya.

Selain ayat di atas, masih banyak ayat-ayat al-Qur'an yang berbicara tentang zikir salah satunya adalah Q.S. al-Baqarah/ 2: 152 yang berbunyi:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾

Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku.<sup>36</sup> (Q.S. al-Baqarah/ 2: 152).

Dengan nikmat yang telah Allah berikan kepada kaum muslimin, hendaklah mereka mengingat-Nya baik dengan hati maupun lisan. Karena, dengan manusia mengingat Allah, maka Allah juga akan mengingatnya. Dengan begitu, maka manusia akan mendapatkan hidayah-Nya.

Zikir memberikan makna kesadaran diri *cognizance (self awareness)*, “*Aku dihadapkan Tuhanku*”, yang kemudian mendorong dirinya secara sadar dan penuh tanggung jawab untuk melanjutkan misi hidupnya yang dinamis, yaitu memberi makna melalui amal-amal shaleh. Zikir bukan hanya sekadar ritual tetapi sebuah awal dari perjalanan hidup yang aktual.<sup>37</sup>

Berzikir dan berdoa merupakan sarana sekaligus motivasi diri untuk menampakkan wajah seorang yang bertanggung jawab. Zikir mengingatkan perjalanan untuk pulang dan berjumpa dengan yang dikasihinya. Juga menumbuhkan kepercayaan diri karena mereka mempunyai maksud atau keinginan untuk memberikan yang terbaik pada saat mereka kembali kelak. Pendiannya teguh tanpa keraguan dalam melaksanakan amanahnya.

---

<sup>36</sup> Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an dan Tafsirnya*, hlm. 228.

<sup>37</sup> Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, hlm. 17.

Mereka yang cerdas secara ruhaniah dapat merasakan kehadiran Tuhan di mana saja mereka berada. Mereka meyakini bahwa salah satu produk dari keyakinannya beragama antara lain melahirkan kecerdasan moral spiritual yang menumbuhkan perasaan yang sangat mendalam bahwa dirinya senantiasa berada dalam pengawasan Allah. Ada kamera Ilahiah yang terus menyoroti qalbunya, dan mereka merasakan serta menyadari bahwa seluruh detak hatinya dan dicatat Allah tanpa ada satupun yang tercecceh. Hanya orang yang cerdas secara ruhaniahlah yang mampu merasakan pengawasan Allah.<sup>38</sup>

#### **D. Pendidikan Kecerdasan Spiritual dalam al-Qur'an Surat al-Muzzammil Ayat 1-8 tentang Aspek Biologis.**

Pendidikan kecerdasan spiritual tentang aspek biologis dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat 1-8 ini melalui:

##### **1. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui shalat**

Pendidikan kecerdasan spiritual menyangkut aspek biologis dapat ditemukan dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat dua yang berbunyi:

قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا ﴿٢﴾

Banyak wacana yang menjadikan shalat sebagai terapi kesehatan. Di dalam shalat terkandung berbagai manfaat yang bisa dirasakan oleh orang yang menjalankannya. Gerakan-gerakan shalat yang dilakukan secara teratur dan terus menerus akan membuat persendian lentur, tidak kaku, tulang menjadi kokoh, tulang punggung tidak bengkok. Selain itu shalat juga dapat melancarkan peredaran darah yang dapat mencegah kekakuan dan penyumbatan pembuluh darah. Ini akan menghindarkan adanya gangguan peredaran darah ke jantung yang sering menyebabkan kematian.

Seorang muslim yang benar-benar menghayati shalatnya dengan ikhlas dan tuma'ninah, khusyu' akan tenang dan terhindar dari kegelisahan,

---

<sup>38</sup> Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, hlm. 14.

kecemasan, depresi dan sebagainya. Sebuah penelitian membuktikan bahwa ketenagna dapat meningkatkan ketahanan tubuh imunologik, mengurangi resiko terkena penyakit jantung, meningkatkan usia harapan. Sebaliknya jiwa yang merintih, meronta, gelisah dan penuh kemunafikan, bukan damai tapi gersang, jika terus menerus dibiarkan bisa terserang infeksi dan kanker.

Moh. Shaleh dan Imam Musbikin, mengutip pendapat Vanschreber, mengatakan bahwa gerakan dalam shalat menurut agama Islam adalah suatu cara untuk memperoleh kesehatan dalam arti yang seluas-luasnya dan dapat dibuktikan secara ilmiah. Leube mengatakan gerak shalat dapat mencegah penyakit jantung.

Gerakan dalam shalat dapat melancarkan peredaran darah. Jika darah lancar, maka tubuh akan sehat. pada waktu sikap berdiri tegak seluruh syaraf menjadi satu titik pusat pada otak jantung bekerja secara normal, paru-paru, pinggang, tulang punggung lurus dan seluruh organ tubuh dalam keadaan normal. Pada waktu berdiri kedua kaki tegak berdiri, sehingga telapak kaki pada posisi akupuntur yang sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh manusia.<sup>39</sup> Banyak sekali manfaat dari shalat bagi kesehatan tubuh manusia.

## 2. Pendidikan kecerdasan spiritual melalui *Qiyamullail*

Pendidikan kecerdasan spiritual menyangkut aspek biologis dapat ditemukan dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat empat yang berbunyi:

إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلاً ۝٤

Ayat keenam di atas menjelaskan bahwa sesungguhnya bangun di waktu malam untuk beribadah (*Qiyamullail*) adalah lebih tepat. Keadaan di waktu malam sngat hening, tenang, sehingga orang yang senantiasa bangun menyempatkan diri untuk beribadah kepada Alllah SWT akan dengan mudah *khusyu'* ketika ibadah. Dengan demikian ia akan merasakan kedekatan dengan

---

<sup>39</sup> Moh. Sholeh & Imam Musbikin, *Agama Sebagai Terapi: Telaah Menuju Ilmu Kedokteran Holistik*, hlm. 187.

Tuhannya, sehingga hatinya pun terasa tenang tanpa beban. Dalam keadaan demikian yaitu ketika hati merasakan ketenangan akan berpengaruh pula terhadap kesehatan seseorang, karena orang yang hatinya sehat tubuhnya juga akan senantiasa sehat.

Allah menganjurkan untuk bangun di waktu malam, melakukan ibadah pada waktu malam, karena keheningan di waktu malam sangat berpengaruh bagi pikiran. Pada sepertiga malam Allah turun ke langit dunia untuk keluhan hamba-Nya, menerima do'a bagi siapa saja yang berdo'a, menerima taubat bagi siapa saja yang bertaubat.

Di pagi hari, orang yang terbiasa bangun malam untuk beribadah, hatinya akan merasakan tenang segala dosa yang ia miliki, karena ia telah memohon ampun kepada Allah SWT. maka dosanya akan diampuni oleh Allah SWT. sehingga dalam menjalankan kehidupan di siang harinya ia akan diliputi oleh perasaan tenang. Perasaan tenang tersebut merupakan indikasi dari orang yang memiliki kecerdasan spiritual.

Ayat ke enam di atas mendidik manusia agar ia membersihkan hati, menenangkan hati, dan segala sesuatu yang berhubungan dengan hati. Karena pada dasarnya pusat dari segala amal perbuatan manusia pada mulanya berasal dari hati. Ketidak tenangan hati adalah sumber dari penyakit mental, yang mana ketika manusia terjankit masalah tersebut harus segera disembuhkan.

Manusia yang bermental sehat ditandai dengan kemampuannya memecahkan atau menyelesaikan segenap keruwetan batin yang disebabkan oleh keruwetan hidup. Di samping itu, ia mampu membersihkan jiwanya, dalam arti tidak terganggu oleh berbagai ketegangan, ketakutan dan konflik batin. Dalam hal ini ia memiliki keseimbangan jiwa, dapat menegakkan kepribadian yang terintegrasi dengan baik, serta memiliki kemampuan



memecahkan atau menyelesaikan segala kesulitan hidup dengan kepercayaan diri dan keberanian.<sup>40</sup>

Suasana di waktu malam sangat hening. Orang beribadah agar hatinya bisa merasakan kedekatan dengan Tuhannya diperlukan waktu yang hening pula. Manusia setelah seharian penuh dengan urusan duniawi, penuh dengan kesibukan, penuh dengan berbagai macam permasalahan hidup ketika tidak segera di atas maka akan menyebabkan penyakit mental. Orang yang hatinya sehat seluruh anggota tubuhnya insyaallah juga sehat. oleh karenanya manusia butuh waktu untuk senantiasa beristirahat dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Membaca dan merenungkan literatur tentang kebijaksanaan, mengamati pengalaman orang lain, meluangkan waktu untuk tenang dan mendengarkan suara ke dalam batin kita lalu menanggapi suara tersebut. Tidaklah cukup hanya mendengarkan hati nurani.

Salah satu kunci kecerdasan ruhaniah berada pada hati nurani. Kemudian mampu menanggapi bisikan nurani tersebut dengan memberdayakan dan mengarahkan seluruh potensi qalbu. Tentunya tidak hanya sekedar mendengarkan nurani, tetapi yang lebih utama lagi adalah menyatakan bisikan tersebut secara gagah dan penuh keyakinan.<sup>41</sup> Untuk melakukannya maka dibutuhkan waktu yang tenang, dan waktu malamlah waktu yang cocok untuk melakukan semua itu.

Jiwa dan raga itu saling ketergantungan dan saling berkaitan. Jika jiwa jernih maka akan berpengaruh terhadap tubuh yang sehat. Meskipun tubuh tampak segar bugar, tetapi jika jiwanya rapuh dan hatinya lembik, maka seseorang akan mudah terkena penyakit. Bagaimanapun keadaan hati akan

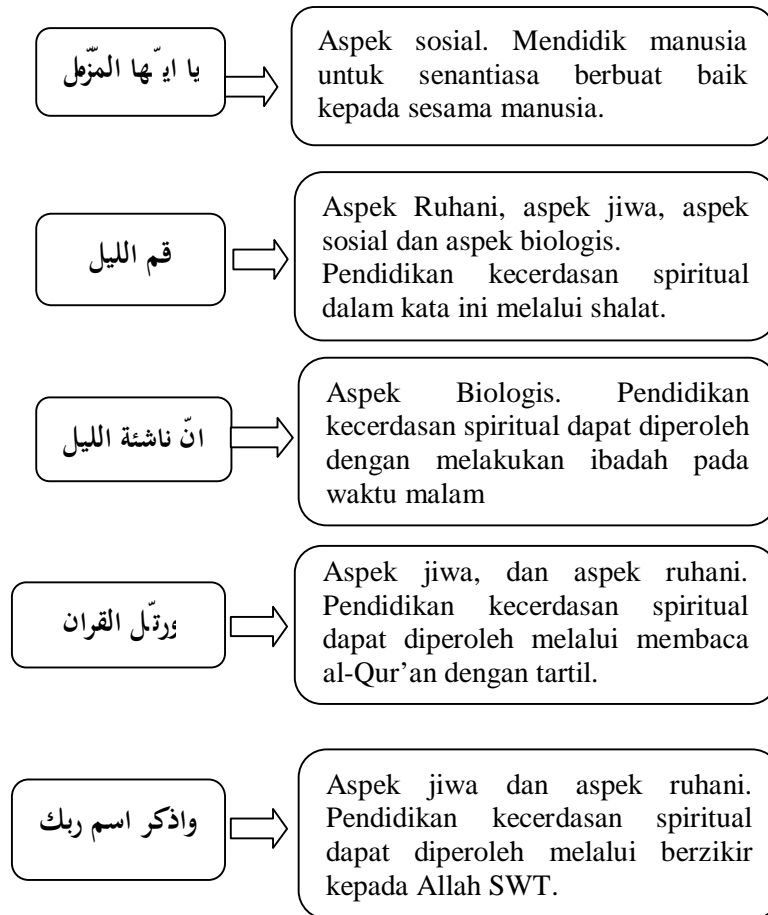
---

<sup>40</sup> Saiful Akhyar Lubis, *Konseling Islami: Kyai dan Pesantren*, (Yogyakarta: Elsaq Press, 207), hlm.99.

<sup>41</sup> Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah*, hlm. 5.

mempengaruhi kesehatan fisik. Seseorang yang memiliki banyak beban pikiran, ia mudah terkena penyakit mag, liver, dan jantung. Namun, orang yang berpikiran jernih hatinya selalu tenang, dan suasana jiwanya jernih, maka akan terhindar dari berbagai macam penyakit. Oleh karena itu, di samping kita menjaga kesehatan fisik juga perlu memperhatikan keadaan hati dan jiwa.<sup>42</sup>

Dari penjelasan serangkaian ayat-ayat di atas, analisis pendidikan kecerdasan spiritual dalam al-Qur'an surat al-Muzzammil ayat 1-8 dapat digambarkan dalam bagan sebagai berikut:



<sup>42</sup> Abu Fajar al-Qalami, *Misteri Qiyamul Lail dan Shalat Subuh*, (Gita Media, tth.), hlm. 103.

Dari penjelasan di atas apabila ditelaah lebih dalam bahwa seseorang dikatakan memiliki kecerdasan spiritual manakala ia telah memenuhi dari keempat aspek di atas yang meliputi aspek ruh, aspek jiwa, aspek sosial, dan aspek biologis. Karena pusat dari segala tindakan dan perbuatan manusia terletak pada hatinya, maka apabila hatinya baik, segala sesuatu mulai dari jiwa, sosial dan biologisnya hampir bisa dipastikan baik pula.

#### **E. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum sempurna karena berbagai macam keterbatasan. Keterbatasan waktu, pustaka dan tentu saja kemampuan. Oleh karena itu peneliti berharap agar ada penelitian lanjutan yang mengembangkan dan mengkaji ulang penelitian ini. Penelitian ini hanya mengkaji kandungan surah al-Muzzammil ayat 1-8. Oleh karena itu tentu saja tidak bisa mencerminkan semua yang dikehendaki al-Qur`an menyangkut pendidikan kecerdasan spiritual. Peneliti yakin bahwa masih banyak *ayat* dan *surat* lain yang membicarakan tentang pendidikan kecerdasan spiritual.