

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Shalat Tahajjud

1. Pengertian Shalat Tahajjud

Shalat tahajjud merupakan salah satu ibadah malam atau *qiyamul lail*. Pada umumnya masyarakat memahami qiyamul lail hanya sebatas shalat tahajjud saja, padahal masih banyak ibadah malam yang dikategorikan sebagai *qiyamul lail*. Tahajjud berasal dari kata *al-hujud* yang berarti bangun dari tidur.¹ Pengertian shalat tahajjud sendiri dalam istilah hukum Islam didefinisikan sebagai shalat sunnah yang dilakukan setelah menjalankan shalat isya' dan setelah bangun dari tidur di malam hari.²

Dalam literasi yang lain juga dijelaskan bahwa shalat tahajjud ialah shalat yang dikerjakan pada waktu malam dan sesudah tidur, walaupun tidurnya itu sebelum isya sesudah maghrib.³ Apabila melakukannya sebelum tidur, shalat tersebut tidak dapat dikatakan sebagai shalat tahajjud melainkan shalat sunah mutlak (biasa). Sedangkan shalat mutlak adalah shalat sunnah yang tidak terikat dengan waktu asalkan bukan pada waktu yang dilarang untuk mendirikan shalat.⁴

¹ Ustadz Rusdianto, *Langsung Hafal dan Paham Qiyamul Lail Plus Semua Puasa Sunnah, Juz 'Amma, Hadits Shahih untuk Amalan Sehari-hari, serta beragam Dzikir dan Doa Pilihan*, (Yogyakarta: Mahabbah, 2017), hlm. 62.

² Abdul Waid, *Lezatnya Qiyamul Lail*, (Yogyakarta: Citra Risalah, 2011), 59.

³ Minan Zuhri, *Tuntunan Shalat Lengkap & Wiridan dan Shalat-Shalat Sunat*, (Kudus: Menara Kudus, 2014, hlm. 93.

⁴ Ustadz Rusdiyanto, *Langsung Hafal dan Paham Qiyamul Lail.....*, hlm. 49.

Jadi, shalat tahajud ialah shalat malam yang didirikan setelah tidur dan setelah melakukan shalat isya'. Apabila hendak mendirikan shalat tahajud tetapi belum melakukan shalat isya maka hendaknya melakukan shalat isya terlebih dahulu kemudian melakukan shalat tahajud.

2. Keutamaan Shalat Tahajjud

a. Kebiasaan orang-orang shalih

Qiyamul lail adalah kebiasaan orang-orang shalih perilaku baik mereka, dan syiarnya para kekasih Allah ini sebagaimana disabdakan Nabi saw: Artinya: *"Hendaklah kalian mengerjakan qiyamul lail itu kebiasaan orang-orang shalih sebelum kalian, qiyamul lail itu mendekatkan diri kepada Allah, mencegah dari dosa dan menghapus dari kesalahan-kesalahan, dan mengusir penyakit dari tubuh"*(HR.Tirmidzi, Ahmad, Al-hakim, Baihaqi, Ibnu Asyagir, Tabrani dan Ibnu sani).

Jadi belum bisa dikatakan orang shalih apabila tidak rajin mengerjakan *qiyamul lail*.

b. Amal yang lebih utama sesudah shalat fardhu

Diriwayatkan dari abu Hurairah, Rosulullah saw bersabda," *shalat yang paling utama setelah shalat fardhu adalah qiyamul lail*

c. Mendapatkan kemuliaan

Orang yang rajin mengerjakan qiyamul lail akan mandapatkan kemuliaan yang akan menjadikan beda terhadap sesama muslim yang tidak mengerjakan qiyamul lail. *dan pada sebagian malam hari bertahajjudlah kalian, sebagai suatu tambahan ibadah bagimu,*

niscaya Robbmu mengangkatmu ke maqom yang terpuji”(Q.S. al-isra’’:79).

d. Amal ibadah yang selalu dikerjakan Rosulullah saw

Aisyah meriwayatkan hadits riwayat Baihaqi, Rosulullah saw bersabda, *”ada tiga perkara yang wajib untukku dan wajib bagi kalian semua sunnah, yakni shalat witr, bersiwak dan qiyamul lail* (Mahmudin, 2009:129). Qiyamul lail merupakan ibadah yang selalu dikerjakan Rosulullah walaupun dalam keadaan terpaksa dan terhimpit akan tetapi tetap ber*qiyamul lail*.

e. Membeningkan dan mencerahkan jiwa

Qiyamul lail sebagai sarana untuk mencerahkan dan membeningkan hati sebagaimana sabda Nabi saw, orang yang qiyamul lail hatinya akan hidup.

f. Mencerdaskan hati dan pikiran (menumbuhkan kecerdasan spiritual)

Dzikir merupakan amalan qiyamul lail. ”Tuhan yang mencerdaskan otak manusia, yang menumbuhkan kreativitas tukang kursi, yang menjadikan otak manusia berfungsi optimum. Allah memberikan perintah untuk berdoa dan memohon tambahan ilmu kepada-Nya. Dalam Al quran Allah berfirman, *”sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan silih bergantinya malam dan siang terdapat tanda-tanda bagi orang yang berakal, (yaitu)orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri atau duduk atau dalam keadaan berbaring...”* (QS. Ali “Imron [3]: 190-191)

g. Meredamkan murka Allah dan mendinginkan panas api neraka

Qiyamul lail dengan ”melakukan shalat, wirid, dzikir, membaca Al-quran dan amalan lainnya di tengah malam adalah salah satu amalan yang mampu meredam murka Robb, serta menolak panasnya api neraka. Hal ini sebagaimana diterangkan dalam hadist riwayat Ibnu Umar berikut : *”kerjakan shalat malam walaupun hanya satu rakaat, sesungguhnya shalat malam itu dapat mencegah dari dosa, meredakan murka Robb, dan mendinginkan panas api di hari kiamat.*

h. Dikagumi dan dicintai Allah SWT

Sesuai dengan Qs. Al-Furqon (25) : 64, yang artinya : ”dan orang-orang yang melalui malam harinya dengan bersujud dan berdiri kepada Tuhan mereka.⁵

Shalat tahajud memiliki manfaat praktis, baik dari sudut pandang religius maupun kesehatan, sebagaimana disabdakan Rasulullah SAW. dalam sebuah hadis, *”Shalat tahajud dapat menghapus dosa, mendatangkan ketenangan, dan menghindarkan dari penyakit”* (HR. Tirmidzi).⁶

Berdasarkan sabda Rasulullah di atas, menyatakan bahwa terdapat hubungan erat antara rajinnya mengamalkan shalat tahajud dan peningkatan kemampuan pengendalian diri berupa ketenangan.

⁵Mahmudin, *Mengapa Seharusnya Anda Bangun Tengah Malam?*, (Yogyakarta: Diva Pres, 2009), hlm. 121-137.

⁶Mohamad Sholeh, *Terapi Shalat Tahajud*, (Jakarta: Noura, 2016), hlm. 3.

Selain itu, Menurut Prof. Sholeh ada beberapa hikmah dan manfaat yang dapat diambil dari shalat tahajud, yaitu:⁷

- a. Orang yang mendirikan shalat tahajud akan memperoleh macam-macam nikmat yang menyejukkan pandangan mata (Q.S [32]: 16-17), tutur kata yang berbobot, mantap, dan berkualitas, *qaulan tsaqila* (Q.S [73]: 5).
- b. Memperoleh tempat yang terpuji, *maqaman mahmuda* (Q.S [17]: 79), baik di dunia maupun di akhirat, di sisi Allah SWT.
- c. Dihapuskan segala dosa dan kejelekannya, serta terhindar dari penyakit (HR. Tirmidzi).
- d. Hikmah lain yang dapat diperoleh dari mengamalkan shalat tahajud adalah akan hilangnya perasaan pesimis, rendah diri, minder, kurang berbobot, dan berganti dengan sikap selalu optimis, penuh percaya diri, dan pemberani tanpa disertai sifat sombong dan takabur.

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa shalat tahajud dapat memunculkan sifat dan sikap seseorang ke arah yang positif yang mana hal tersebut merupakan komponen sikap seorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik.

3. Tata Cara Shalat Tahajud

Berikut adalah rangkaian tata cara mengerjakan shalat tahajud:⁸

- a. Sebelum mendirikan shalat, lebih utama untuk bersiwak atau menggosok gigi.

⁷*Ibid*, hlm. 122-123.

⁸Ustadz Rusdiyanto, *Langsung Paham Qiyamul Lail.....*, hlm. 70-71.

- b. Shalat tahajud dilakukan sebagaimana shalat lima waktu ataupun shalat lima waktu lainnya.
- c. Shalat sunnah ini dikerjakan dua rakaat dengan satu kali salam.
- d. Shalat tahajud paling utama dilakukan di rumah; bukan di mushala, masjid, atau tempat ibadah lainnya.
- e. Niat

أُصَلِّي سُنَّةَ التَّهَجُّدِ رَكَعَتَيْنِ مُسْتَقْبِلَ الْقِبْلَةِ لِلَّهِ تَعَالَى

- f. Membaca surat pendek
- g. Usai shalat membaca doa berikut

اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ قَيِّمُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ ، وَلَكَ
 الْحَمْدُ لَكَ مُلْكُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَنْ فِيهِنَّ ، وَلَكَ الْحَمْدُ
 نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ، وَلَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ الْحَقُّ وَوَعْدُكَ الْحَقُّ
 وَلِقَاءُكَ حَقٌّ وَقَوْلُكَ حَقٌّ وَالْجَنَّةُ حَقٌّ ، وَالنَّارُ حَقٌّ ، وَالنَّبِيُّونَ
 حَقٌّ ، وَمُحَمَّدٌ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ حَقٌّ ، وَالسَّاعَةُ حَقٌّ - اللَّهُمَّ
 لَكَ أَسَلَمْتُ وَبِكَ أَمِنْتُ وَعَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَإِلَيْكَ أَنْبَتُ وَبِكَ خَا
 صَمْتُ وَإِلَيْكَ حَاكَمْتُ ، فَا غَفِرْ لِي مَا قَدَّمْتُ وَمَا أَخَّرْتُ وَمَا
 أَسْرَرْتُ وَمَا أَعْلَنْتُ أَنْتَ الْمُقَدِّمُ وَأَنْتَ الْمُؤَخِّرُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ
 أَوْ لَا إِلَهَ غَيْرُكَ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ

B. Kecerdasan Spiritual

1. Pengertian Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual terdiri dari gabungan kata kecerdasan dan spiritual. Kecerdasan berasal dari kata cerdas yaitu sempurna

perkembangan akal budi untuk berpikir dan mengerti.⁹ Sedangkan spiritual berasal dari kata *spirit* yang berasal dari bahasa latin yaitu *spiritus* yang bearti nafas. Dalam istilah modern mengacu kepada energi batin yang non jasmani meliputi emosi dan karakter.¹⁰ Dalam usaha kamus psikologi *spiri* adalah suatu zat atau makhluk immaterial, biasanya bersifat ketuhanan menurut aslinya, yang diberi sifat banyak dari karakteristik manusia, kekuatan tenaga, semangat, vitalitus energi disposisi, moral atau motivasi.¹¹

Toto Tasmara Mendefinisikan bahwa kecerdasan spiritual adalah kemampuan seseorang untuk mendengarkan hati nuraninya, baik buruk dan rasa moral dalam caranya menempatkan diri dalam pergaulan.¹²

Menurut Donah Zohar dan Ian Marshal mendefinisikan, kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan hidup, makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan prilaku dan hidup manusia dalam kontek makna yang luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.¹³

⁹ Departemen Pendidikan, *Kamus Lengkap Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hlm. 186.

¹⁰ 3Toni Buzan, *Kekuatan ESQ: 10 Langkah Meningkatkan Kecerdasan Emosional Spiritual*,

Terj. Ana Budi Kuswandani, cet 1 (Jakarta: Pustaka Delapratohsa 2003), hlm. 6.

¹¹ J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Cet 1, (Jakarta:Rajawali Press, 1989), hlm. 480.

¹² Toto, Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Intellegence: Membentuk Kepribadian yang Bertanggung Jawab, Profesional, dan Berakhlak)*, (Jakarta: Gema Insani, 2001), hlm. 49.

¹³ Donah Zohar, dan Ian Marshal, *SQ: Spiritual Intelligence – The Ultimate IntelligenceI*, terj. Ahmad Baiquni dan Ahmad Nadjib Burhani, *SQ: Kecerdasan Spiritual*, (Bandung: Mizan, 2007), hlm. 3-4.

Menurut Ary Ginanjar Agustian, kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan yang bertumpu pada nilai-nilai insaniah kemanusiaan sehingga ia mampu untuk memberi makna ibadah terhadap setiap perilaku dan kegiatan, melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah, menuju manusia seutuhnya (*hanif*), dan memiliki pola pemikiran *tauhidi* (integralistik) serta berprinsip “hanya karena Allah”.¹⁴

Dari bebetapa pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk menghadapi dan memecahkan berbagai makna, persoalan, kontrol diri, dan menggunakan hati nuraninya dalam kehidupan serta kemampuan memberi makna nilai ibadah kehidupannya serta berprinsip “hanya karena Allah”.

2. Langkah-langkah Meningkatkan Kecerdasan Spiritual

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshal, keberadaan kecerdasan spiritual bisa ditingkatkan, yaitu dengan cara sebagai berikut:¹⁵

a. Jalan Tugas

Jalan ini berkaitan dengan rasa yang dimiliki, kerja sama, memberikan sumbangan dan diasuh oleh komunitas. Kestabilan dan keamanan tergantung pada pengalaman dan pengerabatan kita dengan orang lain serta lingkungan kita yang dimulai sejak kita kecil.

b. Jalan Pengasuhan

¹⁴ Ary Ginanjar Agustian, 2001, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosidan Spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient*, (Jakarta: Arga, 2001), hlm. 57.

¹⁵ Tri Abdul Rohman, Skripsi *Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap Komitmen Organisasi Pengurus PAC IPNU IPPNU Tulungagung*, diakses dari digilib.iaintulungagung.ac.id pada tanggal 2 Mei 2018 pukul 18:45.

Jalan ini berkaitan dengan rasa kasih sayang, pengasuhan, perlindungan dan penyuburan.

c. Jalan Pengetahuan

Merentang dari pemahaman akan masalah praktis, imam pencarian filosofis yang paling dalam akan kebenaran, hingga pencarian spiritual akan pengetahuan mengenai Tuhan dan seluruh cahaya, dan penyatuan terakhir dengan-Nya melalui pengetahuan.

d. Jalan Perubahan Pribadi

Jalan ini adalah jalan yang paling erat kaitannya dengan aktivitas titik Tuhan dari otak, dengan kepribadian yang terbuka menerima pengalaman mistis, emosi yang ekstrem, dengan mereka yang eksentrik atau berbeda dari kebanyakan orang, dengan mereka yang sering harus berperang mempertahankan (dan sering kehilangan) kewarasan mereka.

e. Jalan Persaudaraan

Jalan persaudaraan dapat menjadi salah satu jalan yang paling maju secara spiritual untuk ditempuh dalam kehidupan. Rasa cinta terhadap kawan, saudara dan rasa persaudaraan yang kuat dapat menuju pada spiritual yang kuat.

f. Jalan Kepemimpinan yang Penuh Pengabdian

Untuk menjadi seorang pemimpin yang efektif, seorang biasanya memiliki sikap ramah dan percaya diri. Sebenarnya manusia sejak lahir telah memiliki jiwa spiritual atau naluri keagamaan untuk mengenal Tuhan.

3. Ciri-Ciri Kecerdasan Spiritual

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshall, setidaknya ada Sembilan tanda orang yang mempunyai kecerdasan spiritual, yakni sebagai berikut:¹⁶

- a. Kapasitas diri untuk bersikap fleksibel, seperti aktif dan adaptif secara spontan.
- b. Tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) yang tinggi.
- c. Kapasitas diri untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan (*suffering*).
- d. Kemampuan menghadapi rasa takut.
- e. Kualitas hidup yang terinspirasi dengan visi dan nilai-nilai.
- f. Enggan melakukan hal yang merugikan (*unnecessary harm*).
- g. Memiliki cara pandang yang holistik, dengan memiliki kecenderungan untuk melihat keterkaitan di antara sesuatu yang berbeda.
- h. Memiliki kecenderungan nyata untuk bertanya: mengapa? (*why*) atau bagaimana jika? (*“what if*) dan cenderung untuk mencari jawaban-jawaban yang fundamental (prinsip, mendasar).

Seseorang yang cerdas secara spiritual seperti yang diungkapkan oleh Zohar dan Ian Marshall adalah yang mampu memberikan inspirasi pada orang lain. Ia cenderung menjadi pemimpin yang memiliki tujuan membawa visi dan nilai yang tinggi kepada orang lain dan memberikan petunjuk secara benar. Dia juga mengatakan bahwa SQ tidak mesti berhubungan dengan agama. Bagi sebagian orang, SQ mungkin menemukan cara pengungkapannya melalui agama formal, tetapi

¹⁶ Donah Zohar, dan Ian Marshall, *SQ: Spiritual Intelligence.....*, hlm 14.

beragama tidak menjamin SQ tinggi. Tetapi sebagai umat yang beragama, bagi kita kecerdasan spiritual tidak dapat dilepaskan dari kekuasaan dan kekuatan Tuhan.

Selain itu, kecerdasan spiritual menurut Toto Tasmara ada 8 indikator, yaitu:¹⁷

- a. Memiliki visi
- b. Merasakan kehadiran Allah
- c. Berdzikir dan Berdoa
- d. Memiliki kualitas Sabar
- e. Cenderung pada kebaikan
- f. Memiliki empati yang kuat
- g. Berjiwa besar
- h. Bahagia melayani

Dengan kecerdasan spiritual, kita berusaha menyelesaikan permasalahan hidup ini berdasarkan nilai-nilai yang paling dalam, mengubahnya dari sesuatu yang kita pikir menjadi sesuatu yang kita jalani. hati dapat mengetahui hal-hal yang tidak dapat diketahui oleh fikiran. Jadi hati nurani akan menjadi pembimbing manusia terhadap apa yang harus ditempuh dan diperbuat, artinya setiap manusia sebenarnya telah memiliki sebuah radar hati sebagai pembimbingnya.

4. Fungsi Kecerdasan Spiritual

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshal fungsi kecerdasan spiritual antara lain:¹⁸

¹⁷ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah.....*, hlm.1-38.

¹⁸ Donah Zohar, dan Ian Marshal, *SQ: Spiritual Intelligence.....*, hlm 12.

- a. Kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup manusia dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya. Sehingga manusia menjadi kreatif, luwes, berwawasan luas, berani, optimis, dan fleksibel. Karena ia terkait langsung dengan problem-problem eksistensi yang selalu ada dalam kehidupan.
- b. Kecerdasan yang digunakan dalam masalah eksistensial, yaitu ketika mereka secara pribadi merasa terpuruk, terjebak oleh kebiasaan, kekhawatiran, dan masalah masa lalu akibat penyakit dan kesedihan.
- c. Kecerdasan menjadikan kita sadar bahwa kita memiliki masalah eksistensial dan membuat kita mampu mengatasinya, karena kecerdasan spiritual memberi kita semua rasa yang dalam menyangkut perjuangan hidup.
- d. Kecerdasan spiritual sebagai landasan bagi seseorang untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif, karena kecerdasan spiritual merupakan puncak kecerdasan manusia.
- e. Kecerdasan yang mampu membuat manusia mempunyai pemahaman tentang siapa dirinya dan apa makna segala sesuatu baginya dan bagaimana semua itu memberika suatu tempat di dalam dunia kepada orang lain dan makna-makna mereka.
- f. Kecerdasan spiritual memungkinkan kita untuk menyatukan hal-hal yang bersifat intrapersonal dan interpersonal, serta menjembatani kesenjangan antara diri dan orang lain.
- g. Kecerdasan yang dapat memberikan rasa moral, kemampuan menyesuaikan aturan kaku dibarengi dengan pemahaman sampai

batasnya. Karena dengan memiliki kecerdasan spiritual meningkatkan seseorang bertanya apakah saya ingin berada pada situasi atau tidak. Intinya kecerdasan spiritual berfungsi untuk mengarahkan situasi.

- h. Kecerdasan yang dapat menjadikan lebih cerdas secara spiritual dalam beragama. Sehingga seseorang memiliki kecenderungan spiritual tinggi tidak berfikiran fanatik dan berprasangka.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja sebagai periode tertentu dalam kehidupan manusia merupakan suatu konsep yang relatif baru dalam kajian psikologi. Masa remaja dapat dipandang sebagai suatu masa dimana individu dalam proses pertumbuhannya telah mencapai kematangan. periode ini menunjukkan suatu masa kehidupan dimana kita sulit untuk memandang remaja sebagai anak-anak tetapi tidak juga sebagai orang dewasa. Mereka tidak dapat dan tidak mau lagi diperlakukan sebagai kanak-kanak, sementara itu mereka belum mencapai kematangan yang sempurna dan tidak dapat dimasukkan dalam kategori orang dewasa. Dengan kata lain periode ini merupakan periode transisi atau peralihan dari kehidupan masa kanak-kanak (*childhood*) ke masa dewasa (*adulthood*).¹⁹

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia Remaja berarti usia mulai dewasa dan sudah sampai umur untuk menikah.²⁰ Di negara-negara Barat, istilah remaja dikenal dengan *adolescence* yang berasal dari kata dalam

¹⁹ Dadang Sulaeman, *Psikologi Remaja: Dimensi-Dimensi Perkembangan*, (Bandung: Mandar Maju, 1995), hlm. 1.

²⁰ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), hlm. 944.

Bahasa Latin *adolescere* (kata bendanya *adolescentia* = remaja) yang berarti tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa.²¹

Menurut Dadang Sulaeman, remaja merupakan suatu masa dimana individu berjuang untuk tumbuh dan menjadi sesuatu, menggali serta memahami arti dan makna dari segala sesuatu yang ada.²²

Santrock mengemukakan remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Memahami arti remaja penting karena remaja adalah masa depan setiap masyarakat.²³

Merumuskan definisi yang memadai tentang remaja tidaklah mudah, karena kapan masa remaja berakhir dan kapan remaja tumbuh menjadi dewasa tidak dapat ditetapkan secara pasti. Akan tetapi istilah remaja pada umumnya telah digunakan untuk menunjukkan suatu tahap perkembangan antara masa anak-anak dan dewasa dengan terjadinya perubahan fisik, kognitif, dan sosial. Batas usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli antara usia 12-21 tahun.²⁴

Akan tetapi tidak hanya dengan batasan usia seseorang itu dapat dikatakan sebagai seorang remaja. Kondisi sosial psikologis seseorang juga dapat mempengaruhi hal tersebut. Dalam beberapa kasus, remaja berusia belasan tahun juga dapat bersikap layaknya orang dewasa pada umumnya karena tuntutan keadaan atau hal lainnya.

²¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012) hlm. 189.

²² Dadang Sulaeman, *Psikologi Remaja.....*, hlm. 2.

²³ John W. Santrock, *Adolescence 6th Edition*, terj. Sinto B. Adelar dan Sherly Saragih, *Adolescence Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2003), hlm. 3.

²⁴ Desmita, *Psikologi Perkembangan.....*, hlm. 189-190.

WHO pada tahun 1974 mendefinisikan remaja secara konseptual yang mencakup tiga kriteria, biologis, psikologis, dan sosial ekonomi. Definisi tersebut menyatakan remaja adalah a) individu yang berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual, b) individu yang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa, dan c) terjadi peralihan dari ketergantungan sosial ekonomi sepenuhnya pada keadaan yang relatif lebih mandiri.²⁵

Sedangkan masyarakat Indonesia sendiri mengalami kesulitan dalam mendefinisikan istilah remaja sebagaimana sulitnya mendefinisikan istilah remaja pada umumnya karena beragamnya masyarakat Indonesia dalam suku, adat, budaya, dan sosial ekonomi. Akan tetapi sebagai pedoman umum masyarakat Indonesia menggunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah untuk dapat disebut sebagai seorang remaja.²⁶

2. Perkembangan Masa Remaja

a. Perkembangan Fisik

Pada awalnya, tanda-tanda perubahan fisik pada remaja terjadi dalam konteks pubertas. Pubertas berasal dari kata *pubes* yang artinya mengarah pada pengertian rambut. Salah satu pengertian pubertas mengarah pada tumbuhnya rambut pada daerah kelamin. Tapi lazimnya pubertas digunakan untuk menggambarkan keseluruhan

²⁵ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja.....*, hlm. 11-12.

²⁶ *Ibid*, hlm. 18.

proses yang lengkap.²⁷ Dalam konteks ini terjadi kematangan organ-organ seks dan kemampuan reproduktif tumbuh dengan cepat.

Kematangan seksual merupakan suatu rangkaian dari perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja yang ditandai dengan perubahan pada ciri-ciri seks primer (*primary sex characteristics*) dan ciri-ciri seks sekunder (*secondary sex characteristics*). Ciri-ciri seks primer menunjuk pada organ tubuh yang secara langsung berhubungan dengan proses reproduksi. Sedangkan ciri-ciri seks sekunder adalah tanda-tanda jasmaniah yang tidak berhubungan langsung dengan proses reproduksi namun merupakan tanda-tanda yang membedakan antara laki-laki dan perempuan.²⁸

Meskipun perkembangan ini biasanya mengikuti suatu urutan tertentu, namun urutan dari kematangan seksual tidak sama pada setiap individu, dan terdapat perbedaan individual dalam usia dari perubahan-perubahan tersebut. Urutan-urutan tersebut antara lain sebagai berikut:²⁹

Tabel 2.1

Perkembangan Fisik Remaja

No.	Laki-Laki	Perempuan
1	Pertumbuhan tulang-tulang	Pertumbuhan tulang-tulang
2	Testis membesar	Pertumbuhan payudara

²⁷ Dadang Sulaeman, *Psikologi Remaja.....*, hlm. 25-26.

²⁸ Desmita, *Psikologi Perkembangan.....*, hlm. 192-193.

²⁹ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja.....*, hlm. 62-63.

3	Tumbuh bulu kemaluan yang halus, lurus, dan berwarna gelap	Tumbuh bulu halus, lurus berwarna gelap pada kemaluan
4	Awal perubahan suara	Mencapai pertumbuhan tinggi badan yang maksimal setiap tahunnya
5	Ejakulasi (keluarnya air mani)	Bulu kemaluan menjadi keriting
6	Bulu kemaluan menjadi keriting	Haid
7	Pertumbuhan tinggi badan mencapai maksimal setiap tahunnya	Tumbuh bulu-bulu di ketiak
8	Tumbuh rambut-rambut halus di wajah (kumis dan jenggot)	
9	Tumbuh bulu ketiak	
10	Akhir perubahan suara	
11	Rambut-rambut di wajah semakin tebal dan gelap	
12	Tumbuh bulu di dada	

b. Perkembangan Kognitif

Pada masa remaja kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Hal

ini disebabkan selama masa remaja ini merupakan proses pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Sistem saraf yang berfungsi memproses informasi berkembang dengan cepat. Selain itu, juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf *prontal lobe* (belahan otak bagian depan sampai pada belahan otak atau celah sentral). *Prontal lobe* ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi seperti kemampuan merumuskan perencanaan strategis atau kemampuan mengambil keputusan.

Perkembangan kognitif ini dapat berupa kemampuan intelektual dan pengembangan diri serta kecenderungan dalam pertumbuhan pemahaman. Penilaian remaja tentang kemampuan intelektualnya tidak hanya mempengaruhi harapan tentang akan menjadi siapa dan menjadi apa dia di kemudian hari. Sedangkan kecenderungan dalam pemahaman terjadi dalam cara-cara ia berfikir dan membentuk konsep-konsep seperti berkembangnya kemampuan dalam mengeneralisasi, berkembangnya kemampuan untuk berhubungan dengan hal-hal yang abstrak, berkembangnya kemampuan dalam pemahaman konsep tentang waktu, berkembangnya kemampuan untuk berhubungan dengan ide-ide tanpa keterlibatan dirinya secara langsung, dan berkembangnya kemampuan untuk berfikir dan komunikasi secara logis.³⁰

Ditinjau dari teori kognitif Piaget, maka pemikiran masa remaja telah mencapai tahap pemikiran operasional formal (*formal*

³⁰ Dadang Sulaeman, *Psikologi Remaja*....., hlm. 39-42.

operational thought), yakni suatu tahap perkembangan kognitif yang dimulai pada usia kira-kira 11 atau 12 tahun dan terus berlanjut sampai remaja mencapai masa tenang atau dewasa. Pada masa ini remaja sudah mampu berfikir abstrak dan hipotetis. Pada masa ini remaja sudah mampu memikirkan sesuatu yang akan atau mungkin terjadi. Selain itu, remaja juga sudah mampu berfikir secara sistematis, mampu memikirkan semua kemungkinan secara sistematis dalam memecahkan permasalahan.³¹

c. Perkembangan Psikososial

Perkembangan remaja diiringi dengan bertambahnya minat terhadap *personal appearance* (penampilan diri) dan *peer group* (kegiatan-kegiatan kelompok sosial lainnya yang anggota-anggotanya terdiri atas jenis kelamin yang sama maupun yang berlainan). Perkembangan dan pertumbuhan ini bersifat bertahap. Oleh karena itu, sangat penting bagi remaja diberi kesempatan untuk melakukan partisipasi sosial dalam setiap taraf kehidupan yang beraneka ragam.³²

Pada umumnya para remaja ini memiliki keinginan yang kuat untuk mengikuti dan menyesuaikan dirinya dengan kelompoknya. Mereka akan berusaha untuk menghindari segala sesuatu yang tidak sesuai dengan kelompoknya. Mereka juga akan patuh terhadap tujuan, kebiasaan serta peraturan-peraturan yang berlaku dalam kelompok tersebut. Hal tersebut kadang bertentangan dengan tujuan, kebiasaan,

³¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*....., hlm. 195.

³² Dadang Sulaeman, *Psikologi Remaja*....., hlm. 29.

maupun larangan-larangan yang ada di masyarakat. Karena sesuatu yang dianggap normal pada suatu masyarakat tertentu belum tentu dianggap sebagai suatu yang wajar bagi masyarakat yang lain. Begitupun dengan harapan masyarakat terhadap para remaja yang juga berbeda-beda.³³

3. Perilaku Menyimpang pada Remaja

Penyimpangan perilaku remaja didefinisikan dalam kenakalan anak yaitu kenakalan anak adalah tindakan oleh seseorang yang belum dewasa yang sengaja melanggar hukum dan yang diketahui oleh anak itu sendiri jika perbuatannya itu sempat diketahui oleh petugas hukum ia bisa dikenai hukuman.³⁴

Kenakalan remaja

Salah seorang ahli membagi kenakalan remaja dalam 4 jenis, yaitu:³⁵

- a. Kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain seperti perkelahian, perkosaan, perampokan, pembunuhan dan lain-lain.
- b. Kenakalan yang menimbulkan korban materi seperti perusakan, pencurian, pencopetan, pemerasan, dan lain-lain.
- c. Kenakalan sosial yang tidak menimbulkan kerugian pada orang lain seperti pelacuran, penyalahgunaan obat, dan melakukan seks sebelum menikah.
- d. Kenakalan yang melawan status misalnya mengingkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos, mengingkari status orang tua

³³ Dadang Sulaeman, hlm. 33-35.

³⁴ Sarlito, hlm. 251-252.

³⁵ Sarlito, hlm. 256-257.

dengan cara mingsgat dari rumah atau membantah perintah orang tua dan sebagainya.

Indonesia dengan menerapkan adanya undang-undang wajib belajar untuk anak-anak diatas usia 7 tahun dan tidak bersekolah dapat dikategorikan sebagai anak nakal karena melanggar undang-undang. Berbeda halnya dengan anak-anak yang memang nasibnya kurang beruntung sehingga pada saat masih usia sekolah harus bekerja demi mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari.

D. Shalat Tahajjud dan Kecerdasan Spiritual

Masyarakat Islam itu masyarakat yang mengajarkan shalat kepada putera-puterinya di sekolah-sekolah dan di rumah-rumah, sejak masa kanak-kanak. Maka ketika mereka berusia tujuh tahun mereka harus diperintahkan, dan ketika berusia sepuluh tahun mereka dipukul apabila meninggalkan shalat. Masyarakat Islam itu menjadikan shalat termasuk serangkaian kurikulum pendidikan pengajaran dan penerangan yang pantas diperhatikan dalam agama Allah dan dalam kehidupan kaum Muslimin yang mana Shalat merupakan rukun Islam yang ketiga. Dari rukun iman dan rukun Islamlah pembentukan kecerdasan emosi dan spiritual (ESQ) yang begitu menakjubkan itu bermula.³⁶

Kecerdasan intelektual, emosional, spiritual bahkan hingga kecerdasan makrifat harus diraih dengan belajar giat dan pantang menyerah.³⁷

Umat Islam berlomba-lomba dalam meningkatkan kecerdasan spiritualnya di

³⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Emotional, Spiritual Quotient*, (Jakarta: Arga Publising, 2007), hlm. 4.

³⁷*Ibid*, hlm. 42.

samping telah mendapatkan kecerdasan-kecerdasan yang lain, mengingat betapa signifikannya kecerdasan spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Qiyamul lail yang merupakan sebagai alat perantara sehingga mencapai kecerdasan yang sempurna.

Pemikiran yang baik akan menghasilkan suatu tindakan-tindakan serta prasangka yang baik, ibarat seperti pisau yang setiap hari diasah akan didapatkan pisau yang tajam, sehingga dapat digunakan secara sempurna. Kecerdasan intelektual, emosional, spiritual bahkan hingga kecerdasan makrifat harus diraih dengan belajar giat dan pantang menyerah.³⁸ Umat Islam berlomba-lomba dalam meningkatkan kecerdasan spiritualnya di samping telah mendapatkan kecerdasan-kecerdasan yang lain, mengingat betapa signifikannya kecerdasan spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Qiyamul lail yang merupakan sebagai alat perantara sehingga mencapai kecerdasan yang sempurna.

E. Kajian Penelitian Terdahulu

Berikut ini beberapa hasil penelitian yang dianggap relevan dengan penelitian yang dilakukan peneliti berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya dalam bentuk tabel.

Tabel 2.2

Penelitian Terdahulu

No	Penulis Penelitian	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbandingan Penelitian	
				Persamaan	Perbedaan
				n	

³⁸ Suyadi, *Quantum zikir*, (Yogyakarta: Difa Press, 2008), hlm. 42.

1.	Nur Fajjah	Pengaruh Qiyam Al-Lail Terhadap Kecerdasan Spiritual Santri Asrama Perguruan Islam (API) Pondok Pesantren Salaf Tegalrejo Magelang Tahun 2009/2010	Terdapat signifikansi atau pengaruh positif kegiatan Qiyam Al-Lail terhadap kecerdasan spiritual santri pondok pesantren.	Memiliki kesamaan pada variabel terikat.	Variabel bebas yang berbeda dan lokasi serta objek penelitian yang berbeda pula.
2.	Tri Abdul Rohman	Pengaruh Kecerdasan Spiritual Terhadap Komitmen Organisasi pada Pengurus PC IPNU IPPNU Tulungagung	Kecerdasan spiritual memiliki pengaruh positif terhadap komitmen organisasi pada pengurus PC IPNU IPPNU Tulungagung.	Memiliki salah satu variabel yang sama yaitu kecerdasan spiritual.	Kedudukan kecerdasan spiritual sebagai variabel terikat.
3.	Nur Rizqiyah Al	Hubungan antara Kecerdasan	Hasil dari penelitian ini menunjukkan	Memiliki kesamaan pada	Variabel terikat yang berbeda dan

	Karimah	Spiritual dengan Kenakalan Remaja pada Siswa Kelas VIII SMP Al-Muayyad Surakarta	n adanya hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kenakalan remaja siswa kelas VIII SMP Al-Muayyad Surakarta.	salah satu variabel yaitu kecerdasan spiritual.	lokasi penelitian yang berbeda pula.
4.	Oktavia Gesti Riyandani	Pengaruh Shalat Tahajud terhadap Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta	Hasil penelitian ini menunjukkan shalat tahajud memberikan pengaruh yang signifikan dalam menurunkan kecemasan	Terdapat kesamaan pada variabel bebas yaitu shalat tahajud	Perbedaan terletak pada variabel terikat
5.	Ikromi Zufri Ekawaldi	Efektifitas Teknik Relaksasi Pernafasan untuk Mengurangi Kecemasan Atlet Futsal	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan sebelum dan	Memiliki satu kesamaan pada variabel bebas.	Variabel terikat dan lokasi serta objek penelitian yang berbeda.

		yang Hendak Bertanding	sesudah melakukan latihan pernafasan atlet sebelum bertanding.		
--	--	------------------------	--	--	--

F. Kerangka Berfikir Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang mengangkat tentang pengaruh shalat tahajud dalam meningkatkan kecerdasan spiritual pada remaja di UPT Pelayanan Sosial Bina Remaja Blitar dan kajian pustaka yang telah dipaparkan diatas maka peneliti menentukan variabel bebas: Shalat Tahajud sedangkan variabel terikat: Kecerdasan Spiritual. Berikut dikemukakan kerangka berfikir penelitian:

