

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian tentang Kecerdasan Spiritual

1. Pengertian Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual menurut Steven R. Covey adalah pusat paling mendasar diantara kecerdasan yang lain, karena dia menjadi sumber bimbingan bagi kecerdasan lainnya. Kecerdasan spiritual mewakili kerinduan akan makna dan hubungan dengan yang tak terbatas.

Kecerdasan spiritual menurut Khalil A. Khavari didefinisikan sebagai fakultas dimensi non-material kita atau jiwa manusia. Ia menyebutnya sebagai intan yang belum terasah dan dimiliki oleh setiap insan. Kita harus menggali seperti adanya, menggosok sehingga mengkilap dengan tekad yang besar, menggunakannya menuju kearifan, dan untuk mencapai kearifan yang abadi.¹

Pengertian kecerdasan spiritual dalam konsep ESQ oleh Ary Ginanjar Agustian adalah kemampuan untuk memberi makna spiritual pemikiran, perilaku dan kegiatan, serta mampu menyinergikan intelegensi, emosi dan spiritual secara komprehensif.²

Kecerdasan spiritual tersusun dalam dua kata yaitu kecerdasan dan spiritual. Kecerdasan dalam bahasa Inggris memiliki beberapa arti diantaranya, *shrewdness*, *astuteness*, *brightness* dan *aptness*. *Shrewdness*

¹A. Siswadi, "Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Strategi Coping Stres Belajar pada mahasiswa Sunan Ampel Al-Aly UIN Maulana Malik Ibrahim", Thesis, 2015. hlm. 13

²Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan, 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), hlm. 47

dapat diartikan dengan ketajaman pikiran. *Astuteness* dapat diartikan dengankelihaian atau kecerdikan. *Brightness* dapat diartikan dengan kecemerlangan atau kepandaian dari akal pikiran. *Aptness* dapat diartikan dengan ketangkasan, kecondongan atau kemungkinan dalam berpikir.³ Sedangkan spiritual berasal dari bahasa latin spiritus, yang “berarti nafas”. Sisi spiritual muncul karena adanya kesadaran mengenai dimensi transenden dan dicirikan oleh nilai-nilai tertentu yang tampak baik dalam diri sendiri, orang lain, alam, kehidupan, dan apapun yang dianggap sebagai ‘Yang Hakiki’ (*the Ultimate*).⁴

Membahas mengenai sisi spiritual dari kecerdasan manusia menurut psikologi sufi hati adalah pusat spiritual manusia, disebutkan Al-Ghazali dalam syairnya :

"Wahai teman, hatimu adalah cermin yang mengkilap. Kau harus membersihkan debu yang menutupinya, karena hati ditakdirkan untuk memantulkan cahaya rahasia-rahasia Ilahi".⁵

Disebut pula *qalbu* dalam bahasa Arab artinya adalah jantung. Ada *qalbu* jasmani (jantung) ada *qalbu* ruhani (hati). Jantung terletak di batang tubuh ; *qalbu* ruhani atau hati terletak di antara *nafs* (diri rendah/jiwa) dan ruh. Hati janganlah disalah artikan sebagai emosi. Emosi seperti amarah, rasa takut dan keserakahan berasal dari *nafs*. Ketika manusia berbicara mengenai 'hasrat hati', mereka biasanya merujuk pada hasrat *nafs*. *Nafs*

³Victoria Bull, *Oxford Learner's Pocket Dictionary Fourth edition*. (Oxford: Oxford University Press, 2008)

⁴Yulmaida Amir dan Diah Rini Lesmawati, “Religiusitas dan Spiritualitas: Konsep Yang Sama atau Berbeda?”, *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris dan Non-Empiris*, Vol. 2, No. 2., 2016, hlm. 60

⁵Robert Frager, Ph.D., *Psikologi Sufi Untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*. (Jakarta: Zaman, 2014), hlm. 58

tertarik pada kenikmatan duniawi dan tidak peduli akan Tuhan; sedangkan hati tertarik pada Tuhan dan hanya mencari kenikmatan di dalam Tuhan.

penyair Rumi berujar:

Jadilah hamba hati

Atau setidaknya yang tunduk kepadanya

Sebab jika tidak, kau akan kehilangan daya

Bagaikan seekor keledai yang terjebak di dalam lumpur

Jika seseorang tak memiliki hati

Seseorang tak akan memperoleh keberuntungan;

Dalam kemalangan

Seseorang akan menjadi terkenal di dunia.⁶

Menurut al-Timidzi, hati memiliki empat stasiun yaitu dada (*shadr*), hati (*qalb*), hati lebih dalam (*fu'ad*), dan lubuk hati terdalam (*lubb*).⁷

Anas meriwayatkan bahwa Rasulullah SAW bersabda, "Barang siapa akhirat menjadi tujuannya, maka Allah akan meletakkan rasa cukup di dalam hatinya dan mengumpulkan segala sesuatu yang terserak untuk dirinya. ia pun akan dihampiri dunia, sementara dunia merupakan sesuatu yang hina. Barang siapa dunia menjadi tujuannya, maka Allah akan menjadikan kefakiran di hadapan kedua matanya dan menjadikan sesuatu yang telah terkumpul menjadi tercerai-berai darinya. Ia tidak akan dihampiri dunia selain yang telah ditakdirkan untuknya. Maka ia tidak akan dijuluki kecuali sebagai orang fakir dan memang akan menjadi fakir. Seorang hamba tidak akan menghadap Allah kecuali Allah akan

⁶*Ibid.*, hlm. 60-62

⁷*Ibid.*, hlm. 64

menjadikan hati orang-orang mukmin tunduk kepadanya dengan rasa cinta dan sayang. Allah lebih cepat darinya untuk melakukan segala sesuatu yang baik.⁸

Psikologi sufi tentang hati adalah psikologi spiritual yang sangat dalam. ia tidak mengabaikan kecenderungan negatif yang kita miliki, tapi menempatkan pada tempatnya. Dibandingkan cahaya batiniah, kecenderungan-ini relatif kecil dan tidak begitu berarti. Hanya bila kita membiarkan diri kita berpihak dan mengikuti merekalah mereka mendapat kekuatan sebenarnya atas diri kita. Kita akan menjadi lebih arif sekiranya kita berpihak pada cahaya dan kebenaran yang jauh lebih hebat yang berada di dalam diri kita mengikuti petunjuknya dan mengaktualisasikannya di dalam keseharian hidup kita. Cahaya-cahaya hati digambarkan dalam Al-Qur'an surat al-Nur ayat 35 :

Tuhan adalah cahaya langit dan bumi

Perumpamaan cahaya-Nya bagaikan sebuah ceruk

Di dalamnya terdapat sebuah pelita

Pelita itu tertutup di dalam kaca

Kaca itu seakan-akan bintang yang gemerlapan

Yang dinyalakan dari pohon yang banyak buahnya.

Yaitu

Pohon zaitun yang tumbuh tidak di Timur maupun di Barat,

Yang minyaknya hampir-hampir menerangi

Walaupun tidak disentuh api;

⁸Dr. Muhammad Usman Najati, *Psikologi Nabi*, (Bandung : Pustaka Hidayah, 2005), hlm. 335

Cahaya di atas cahaya.

Allah membimbing kepada cahaya-Nya

Siapa saja yang Dia kehendaki

Dan

Allah membuat perumpamaan- perumpamaan bagi manusia

Dan

Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.⁹

Ian Mitroff dan Elizabeth A Denton membeberkan “*Most of the executives defined spirituality in much the same why-not as religion, but as “the basic desire to find purpose and meaning in one’s life”* makin memperkuat fenomena kecerdasan spiritual yang perlahan (namun pasti) menempati ruang di hati manusia, walau bukan seorang spiritualis sekalipun.

Kecerdasan spiritual merupakan temuan terkini secara ilmiah, yang pertama kali digagas oleh Danah Zohar dan Ian Marshall, masing-masing dari Harvard University dan Oxford University melalui riset yang sangat komprehensif. Pembuktian ilmiah tentang kecerdasan spiritual dipaparkan oleh Zohar dan Marshall.¹⁰ Diantaranya adalah pada tahun 1990 Michael Persinger seorang ahli saraf telah berhasil membuktikan tentang God Spot pada otak manusia, hal ini kemudian diperkuat lagi oleh V.S Ramachandran dan timnya di California University pada tahun 1997, yang

⁹Robert Frager, Ph.D., *Psikologi Sufi Untuk Transformasi Hati, Jiwa dan Ruh*. (Jakarta: Zaman, 2014), hlm. 84

¹⁰Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan, 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), hlm., hlm. 44

menyatakan bahwa God Spot atau pusat spiritual ini sudah *built in* pada otak manusia.

Pada tahun 1996 seorang ahli saraf Austria, Wolf Singer menenjukan bahwa dalam otak manusia ada proses mempersatukan dan memberi makna pada pengalaman hidup kita. Jaringan saraf tersebut mengikat pengalaman berharga kita, mendorong kita untuk hidup lebih bermakna. Penemuan ini dinamakan *The Binding Problem*. Dan memang pada kenyataannya banyak dari pengusaha dan professional, justru merasa hidupnya akan lebih bermakna mketika sedang memberi dengan penuh kasih sayang; ketika mereka bersikap peduli pada sesama; berlaku jujur kepada orang lain dan melakukan semua itu bukan karena uang, nama atau jabatan.¹¹

Mengenai cara untuk mengasah kecerdasan spiritual Prof. Dr. Hamka dalam bukunya menyebutkan dalam bukunya Tasauf Moderen ada lima perkara yaitu :

a. Bergaul dengan Orang-orang Budiman

Pergaulan mempengaruhi pola piker, membentuk kepercayaan dan keyakinan. Oleh karena itu untuk menjaga agar jiwa tetap bersih hendaknya bergaul dengan orang-orang yang berbudi, orang-orang yang dapat kita kutip manfaat daripadanya. Jangan bergaul dengan orang durjana, yang banyak omong kosong, yang banyak gurauan tak berfaedah, yang selalu membanggakan kejahatan. Jika kita terpaksa bergaul dengang orang yang durjana hendaklah membuat isyarat yang

¹¹Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Power Sebuah Inner Journey Mealui Al-Ihsan*. (Jakarta: Penerbit Arga, 2007), hlm . 57

bisa mereka fahami bahwa kita tidak setuju dengan kelakuan dan perbuatan mereka. Karena perbuatan mereka yang kita saksikan itu bisa melekat pada diri kita, dan susah untuk menghilangkannya. Bahkan orang yang berbudi utama bisa terpengaruh dengan orang yang berperilaku buruk apalagi bila bila masih membiasakan perilaku utama dan hal tersebut belum kuat dalam hatinya.

b. Membiasakan Pekerjaan Berfikir

Untuk menjaga keutamaan jiwa, dengan mengasah otak setiap hari, walau latihan sekecil kecilnya. Karena bila otak dibiarkan menganggur dari kebiasaan berfikir, bisa ditimpa sakit dan bingung. Kalau otak malas berfikir kita menjadi dungu, orang seperti itulah yang mati dalam hidup. Haruslah diajar kekuatan berfikir sejak kecil, karena orang yang kuat berfikirnya dapat menghasilkan hikmat. Jika besar kelak akan jadi bintang pergaulan yang gemerlapan, menjadi garam yang tanpa dia, sambal masyarakat tidak ada rasa.

Fikir berdekatan dengan pengalaman. Seorang pemikir yang berpengalaman, bisa mengambil natijah (kesimpulan) suatu perkara dengan segera, sedang orang lain memandang perkara itu besar dan sulut. Sebab dari fikiran dan pengalamannya dia sudah biasa menjalankan manthiknya (logika). Dan perjalanan sunnatullah ini tidak akan salah, yang kerapkali salah ialah jalan berfikir.

c. Menjaga Syahwat dan Marah

Kadang-kadang angan-angan manusia menerawang ke dunia syahwat. Syahwat itu menimbulkan rindunya. Jika rindu itu timbul,

timbullah daya upaya untuk menyembah. Itulah yang akan membuat manusia kerap kehilangan pedoman.

Orang yang berakal tidak mudah bangkit nafsunya, tidak mencari-cari atau mengorek sesuatu yang menimbulkan marah. Melainkan dibiarkan syahwat dan nafsunya itu tenteram. Digunakannya syahwat dan nafsunya itu bukan untuk menyerang tapi untuk mempertahankan diri.

d. Menimbang Sebelum Mengerjakan Sesuatu

Sebelum mengerjakan suatu pekerjaan hendaklah dipertimbangkan dulu manfaat dan mudharratnya, akibat dan hasilnya. Pekerjaan yang tidak dimulai dengan pertimbangan yang matang akan menghabiskan masa dan usia. Hasilnya tidak lain adalah pekerjaan yang terbengkalai dan tidak dapat menjadi pelajaran di hari kelak. Tetapi seorang budiman tidak akan mengerjakan sesuatu tanpa pertimbangan : Orang tua tidak dua kali kehilangan tongkat.

e. Memeriksa Aib Diri Sendiri

Tidak ada yang tidak berguna di alam ini, demikian orang bijak berkata. Musuh yang sebesar-besarnya ada juga faedahnya. Karena musuh itu tahu benar akan cela dan kekurangan kita, disiarkan aib dan kekurangan itu kemana-mana. Sebab itu janganlah enggan mendengar celaan musuh.

Jalinus At Thabib berkata :

“ Manusia yang budiman dapat mengambil manfaat dari musuh-musuhnya.”¹²

2. Kriteria Kecerdasan Spiritual

Dr. Muhammad ‘Audah Muhammad dan Dr. Kamal Ibrahim Mursa juga telah mengisyaratkan pentingnya spiritualitas di dalam kitab mereka yang berjudul *Ash-Shibbatan-Nafsiyyah fi Dhau’ Ilman-Nafs wa al-Islam*. Kedua tokoh ini menganggap bahwa spirit yang memiliki iman kepada Allah dan aktivitas ibadah kepada merupakan indikator spiritualitas yang sehat yang merupakan kunci kecerdasan spiritual. Dalam buku mereka indikator-indikator tersebut disebutkan dalam beberapa dimensi sebagai berikut :

a. Dimensi Spiritual

Iman kepada Allah, melakukan ibadah, menerima ketentuan dan takdir Allah, senantiasa merasa dekat dengan Allah, memenuhi kebutuhannya secara halal, dan selalu berdzikir kepada Allah.

b. Dimensi Psikologis

Jujur, terbebas dari rasa dengki, iri, benci, hal-hal yang menyakitkan jiwa (seperti sifat sombong, menipu, boros, pelit, malas dan pesimis), berpegang pada prinsip-prinsip syari’at, memiliki keseimbangan emosional, lapang dada, mudah menerima kenyataan hidup, mampu mengendalikan dan mengekang hawa nafsu, dan tidak terlalu ambisius.

c. Dimensi Sosial

¹²Prof. Dr. Hamka, *Tasauf Moderen*, (Jakarta: Pustaka Pelajar, 1988), hlm. 106-110

Mencintai kedua orang tua, teman dan anak, membantu orang yang membutuhkan, bersikap amanah, berani mengatakan yang benar, menjauhi hal-hal yang bisa menyakiti orang lain (seperti berbohong, menipu, mencuri berzina, membunuh, memberikan kesaksian palsu, makan harta anak yatim, memfitnah, iri, hasud, menggunjing, mengadu domba, khianat, dan berbuat zhalim), jujur kepada orang lain dan memiliki keberanian mengemban tanggung jawab sosial.

d. Dimensi Biologis

Mampu membentuk pemahaman yang positif tentang fisiknya dan tidak membebani fisik dengan beban yang melebihi kemampuannya.¹³

B. Kajian tentang Masa Remaja

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang meliputi perubahan besar pada aspek fisik, kognitif dan psikososial. Masa remaja berlangsung pada rentang usia dua belas sampai dua puluh dua tahun.¹⁴ Menurut teori kognitif Piaget remaja memasuki perkembangan kognitif pada tahap yang terakhir yaitu tahap operasional formal. Ditandai oleh penalaran hipotesis deduktif. Pada tahap ini, remaja tidak lagi terbatas pada pengalaman nyata sebagai jangkar untuk berfikir, mereka dapat menalar peristiwa yang kemungkinannya adalah hipotesis murni atau proposisi abstrak.¹⁵

¹³ Dr. Muhammad Usman Najati, *Psikologi Nabi*, (Bandung : Pustaka Hidayah, 2005), hlm. 328-329

¹⁴ Khalimatus Sa'diyah, S. Psi, M.Si, "Psikologi Perkembangan", diktat, 2014. hlm. 75

¹⁵ *Ibid.*, hlm. 83

C. Kajian tentang Mahasantri Ma'had Al-Jami'ah IAIN Tulungagung

1. Mahasantri

Menurut penuturan dari salah satu musyrifah (pengurus) di Ma'had Al-Jami'ah IAIN Tulungagung mahasantri adalah sebutan bagi santri di tingkat perguruan tinggi. Mahasantri bisa juga diartikan sebagai mahasiswa yang mempelajari ilmu agama sembari belajar di perguruan tinggi.¹⁶

2. Ma'had Al-Jamiah IAIN Tulungagung

Ma'had Al-Jami'ah IAIN Tulungagung adalah lembaga yang berada di bawah naungan IAIN Tulungagung memiliki 3 fungsi pokok, yaitu:

- a. Untuk memperkuat, memperdalam dan mengembangkan khasanah ilmu keagamaan yang telah diperoleh dari kampus
- b. Sebagai pusat pengembangan keterampilan berbahasa Arab dan Inggris
- c. Sebagai pusat pengembangan kepribadian yang berakhlakul karimah dan pematapan akidah.¹⁷

3. Kewajiban Mahasantri Ma'had Al-Jamiah IAIN Tulungagung

- a. Mahasantri wajib menjaga nama baik Ma'had Al-Jami'ah dimanapun berada.
- b. Mahasantri wajib berpakaian sopan, bersih dan rapi sesuai dengan akhlak dan syari'at Islam.
- c. Mahasantri wajib menjaga keamanan bersama di Ma'had Al-Jami'ah IAIN Tulungagung.

¹⁶Wawancara dengan narasumber berinisial ADH pada tanggal 3 Mei 2018

¹⁷Buku Panduan UPT Pusat Ma'had Al-Jami'ah IAIN Tulungagung Tahun Akademik 2017-2018, hlm. 6

- d. Mahasantri wajib hormat dan patuh pada pimpinan (mudir) Ma'had, para asatidz dan para pengurus ma'had.
 - e. Mahasantri wajib mengikuti semua kegiatan Ma'had Al-Jami'ah IAIN Tulungagung.
 - f. Mahasantri wajib mengutamakan kegiatan Ma'had daripada kegiatan organisasi lain.
 - g. Mahasantri wajib melakukan absensi atau mengisi daftar hadir dalam setiap kegiatan di Ma'had Al-Jami'ah.
 - h. Mahasantri wajib hafal juz 'amma.
 - i. Mahasantri melaksanakan piket harian sesuai ketentuan yang telah berlaku.
 - j. Mahasantri wajib menjaga kebersihan dan ketertiban lingkungan ma'had (kamar, kamar mandi, WC, dan lingkungan ma'had).
 - k. Mahasantri wajib menjaga dan memelihara barang milik pribadi.
 - l. Mahasantri wajib menempatkan semua barang-barangnya sesuai ketentuan yang telah diberlakukan oleh pengurus.
 - m. Mahasantri wajib menjaga fasilitas-fasilitas yang disediakan oleh kampus, dan tidak dimiliki secara pribadi.
 - n. Mahasantri wajibkan melapor jika keluar ma'had dilain jam kuliah
 - o. Mahasantri wajib melapor kepada pengurus jika mendapatkan kunjungan (bertamu).
 - p. Tamu yang berkunjung ke ma'had harus berbusana rapi dan sopan serta berlaku sopan kepada seluruh penghuni ma'had.¹⁸
4. Larangan Mahasantri Ma'had Al-Jamiah IAIN Tulungagung
- a. Mahasantri tidak diperkenankan keluar (pulang/meninggalkan) Ma'had tanpa izin pengurus atau pimpinan Ma'had.
 - b. Mahasantri tidak diperkenankan meninggalkan Ma'had malam hari melebihi batas waktu yang telah ditentukan (pukul 21.00 WIB).
 - c. Mahasantri tidak diperkenankan mengajak teman masuk maupun bermalam di Ma'had Al-Jami'ah, kecuali tas izin pengurus.

¹⁸*Ibid* hlm. 14

- d. Mahasantri tidak diperkenankan memarkirkan motor di dalam ma'had pada malam hari.
- e. Mahasantri tidak diperkenankan berbicara, membuang sampah, mencuci tangan melalui jendela kamar.
- f. Mahasantri tidak diperkenankan menemui tamu laki-laki di depan gedung ma'had (halaman ma'had), kecuali keluarganya (ayah/kakak/kakek).
- g. Khusus bagi tamu pria tidak diperkenankan memasuki gedung ma'had.
- h. Mahasantri tidak diperkenankan melatakkkan barang-barang pribadi di sembarang tempat.
- i. Mahasantri tidak diperkenankan pulang sebelum 2 minggu.

Peraturan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dan harus dilaksanakan sebagaimana mestinya. Mahasantri wajib mentaati segala ketentuan dalam peraturan dan tata tertib yang ada. Setiap bentuk pelanggaran yang dilakukan akan dikenakan sanksi sesuai ketentuan yang berlaku. Adapun hal-hal lain yang tidak diatur secara rinci dalam peraturan dan tata tertib ini diserahkan kepada pimpinan dan pengurus Ma'had.¹⁹

5. Jadwal Kegiatan Mahasantri Ma'had Al-Jamiah IAIN Tulungagung Tahun Akademik 2017-2018

Table 2.1

Jadwal Kegiatan Mahasantri Ma'had Al-Jamiah IAIN Tulungagung Tahun Akademik 2017-2018

No	Hari	Waktu	Kegiatan
1	Minggu	17.45 - 18.00 WIB	Sholat Magrib berjamaah
		18.00 - 19.00 WIB	Sorogan Alqur'an
		19.00 - 20.00 WIB	Kajian kitab <i>Arba'in Nawawiyah</i> oleh Ustadz Aziz
		20.00 - 20.15 WIB	Sholat isya' berjamaah

¹⁹*Ibid* hlm. 15

2	Senin	04.30 – 05.00 WIB	Sholat Subuh berjamaah
		05.15 – 06.00 WIB	Pembelajaran Bahasa Arab / Inggris
		17.45 - 18.00 WIB	Sholat Maghrib berjamaah
		18.00 - 19.00 WIB	Sorogan Alqur'an
		19.00 – 20.00 WIB	Kajian kitab <i>Syarah Matan Jurumiyah</i> oleh Ustadz Teguh
		20.00 - 20.15 WIB	Sholat isya' berjamaah
3	Selasa	04.30 – 05.00 WIB	Sholat Subuh berjamaah
		05.15 – 06.00 WIB	Pembelajaran Bahasa Arab / Inggris
		17.45 - 18.00 WIB	Sholat Magrib berjamaah
		18.00 - 19.00 WIB	Sorogan Alqur'an
		19.00 – 20.00 WIB	Kajian kitab <i>Akhlaqu Li al-Banat</i> oleh Ustadz Rizqon
		20.00 - 20.15 WIB	sholat isya' berjamaah
4	Rabu	04.30 – 05.00 WIB	Sholat Subuh berjamaah
		05.00 – 06.00 WIB	Pembelajaran Bahasa Arab / Inggris
		17.45 - 18.00 WIB	Sholat Magrib berjamaah
		18.00 - 19.00 WIB	Sorogan Alqur'an
		19.00 – 20.00 WIB	Kajian kitab <i>al-Mabadi' al-Fiqhiyah</i> oleh Ustadz Pendik
		20.00 - 20.15 WIB	Sholat isya' berjamaah
5	Kamis	04.30 – 05.00 WIB	Sholat Subuh berjamaah
		05.15 – 06.00 WIB	<i>Muhadatsah & Conversation</i>
		17.45 - 18.00 WIB	Sholat Magrib berjamaah
		18.00 - 18.30 WIB	Pembacaan Yasin dan Tahlil
		18.30 – 20.00 WIB	Setoran hafalan juz 30
		20.00 - 20.15 WIB	Sholat isya' berjamaah
6	Jum'at	04.30 – 05.00 WIB	Sholat Subuh berjamaah
		05.00 – 06.30 WIB	Roan / Bakti social
		17.45 - 18.00 WIB	Sholat Magrib berjamaah
		18.00 – 20.00 WIB	Muhadhoroh / Khotm al-Qur'an / Diba' / istighozah
		20.00 - 20.15 WIB	Sholat isya' berjamaah
7	Sabtu	04.30 – 05.00 WIB	Sholat Subuh berjamaah
		05.00 – 08.00 WIB	Kegiatan mandiri mahasantri
		08.00 - 09.00 WIB	Pembelajaran Bahasa Inggris Intensif
		17.45 - 18.00 WIB	Sholat Magrib berjamaah
		18.30 – 19.30 WIB	Tahsin Tilawah al-Qur'an oleh Ustadz Kholili
		19.30 - 19.45 WIB	Sholat isya' berjamaah
8	Minggu	04.30 – 05.00 WIB	Sholat Subuh berjamaah
		05.00 - 06.00 WIB	Kegiatan mandiri mahasantri
		06.00 – 08.00 WIB	Kegiatan lapangan / olahraga

Pada minggu kedua rutinitas pembelajaran hanya sampai pada hari jum'at pagi (minggu perulangan). Adapun mahasantri wajib kembali ke ma'had hari Minggu.

D. Kajian tentang Kebermaknaan Hidup

1. Pengertian Kebermaknaan Hidup

Selama periode menjadi menjadi tahanan di empat kamp konsentrasi, Viktor Frankl berkesempatan untuk mengamati sifat manusia dalam kondisi ekstrem. Banyak tahanan yang menyerah dan sebagian memilih untuk tidak berbuat apa-apa. Akan tetapi, sebagian tahanan lain menjadi lebih dalam secara spiritualitas dan menggap kesulitan di kamp sebagai ujian bagi kekuatan batinnya. Mereka bangkit menghadapi tantangan menemukan makna dalam hidupnya. Terlepas dari penderitaan mereka, para tahanan ini mempertahankan kebebasannya untuk memilih dalam kehidupan batinnya dan dalam cara mereka berperilaku terhadap orang lain.²⁰

Frank menulis bahwa “menjadi manusia berarti bertanggung jawab untuk memenuhi potensi makna yang melekat pada sebuah situasi kehidupan tertentu”. Menjadi manusia berarti berbeda, sadar dan bertanggung jawab sekaligus. Konsep tanggung jawab adalah fondasi eksistensi manusia. Kebebasan manusia bukan “kebebasan dari”, tetapi “kebebasan untuk”, yakni kebebasan untuk menerima tanggung jawab. Kebebasan adalah *what people “are”*, (manusia seperti “apa”): bukan sesuatu yang mereka “miliki” dan oleh sebab itu bisa hilang. Orang memiliki banyak potensialitas dalam dirinya. Mereka tidak sepenuhnya

²⁰ Richard Nelson-Jones, *Teori dan Pratik Konseling dan Terapi*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hlm 366

dikondisikan atau ditentukan. Alih-alih, dari waktu ke waktu mereka bebas memutuskan akan menjadi seperti apa disaat berikutnya. Keputusan mereka untuk menentukan potensialitas mana yang diaktualisasikan. Tidak ada satu tahap kehidupan pun yang manusia bisa “menghindari amanat untuk memilih diantara berbagai kemungkinan”.

Setiap orang dipertanyakan oleh kehidupannya. Cara meresponnya adalah dengan bertanggung jawab atas kehidupannya. Bekerja dengan materi yang telah disediakan takdir kepadanya, orang ibarat pemahat yang menggrat dan memalu batu yang tak berbentuk hingga semakin lama semakin memiliki bentuk. Meskipun senantiasa dikelilingi oleh berbagai keterbatasan bioogis, sosiologis dan psikologis, manusia mampu menaklukkan dan membentuknya atau secara sengaja tunduk kepadanya.²¹

Frankl berbicara tentang tiga cara utama yang dapat digunakan orang untuk menemukan makna dalam hidupnya:

- a. Melalui apa yang mereka berikan kepada kehidupan (nilai-nilai kreatif);
- b. Melalui apa yang mereka ambil dari kehidupan (nilai-nilai eksperiensial);
- c. Melalui sikap yang mereka ambil terhadap takdir yang tidak dapat diubah lagi.

Disamping itu ada bidang lain yang orang dapat menemukan makna :

- a. Makna dalam Pekerjaan

²¹*Ibid.*, hlm. 372-373

Pekerjaan adalah salah satu bidang utama dimana orang dapat meraih lebih jauh sesuatu di luar dirinya. Makna pekerjaan lebih jauh dari sekedar okupasi tertentu dan mencakup bagaimana orang membawa kualitas-kualitas manusia uniknya ke pekerjaannya. Sebagai contoh, seorang perawat mungkin mengambil langkah lebih jauh dari tugasnya dengan mengucapkan kata-kata yang manis kepada seorang pasien kritis.

b. Makna dalam Cinta

Cinta sebagai salah satu bentuk transendensi-diri memiliki beragam karakteristik. Cinta melibatkan hubungan dengan orang lain sebagai makhluk spiritual. Dengan demikian, cinta melibatkan pemahaman atau menangkap inti batin kepribadian orang lain. Orang digerakkan ke kedalaman *spiritual being*-nya oleh inti spiritual pasangannya.

c. Makna dalam Penderitaan

Situasi negatif tidak dapat dihindari memberikan kesempatan untuk “mengaktualisasikan nilai paling tinggi, untuk memenuhi makna yang paling dalam, makna dari penderitaan”. Orang mempunyai pilihan dalam bagaimana mereka merespon penderitaan. Sebagai contoh, kehidupan dapat mempertahankan maknanya sampai saat terakhir bagi para penderita sakit terminal, yang menerima tantangan untuk menderita dengan gagah berani.

d. Makna dari Masa Lalu

Di Auschwitz, Frankl mengalami pencarian jiwa tentang makna penderitaan ketika naskah buku pertamanya disita. Namun demikian, ia kemudian menyadari bahwa tidak ada yang hilang dari masa lalunya, ia hanya tersimpan dan tidak dapat ditarik kembali. Makna hidupnya tidak tergantung apakah naskahnya dicetak atau tidak. Pengalaman masa lalunya adalah lumbung yang padat baginya. Sering kali ketika menderita, meskipun tidak selalu, pencarian makna dapat melibatkan mengakui dan mengidentifikasi sumber-sumber makna di masa lalu yang relevan dengan penciptaan makna di masa kini.

e. Makna Tertinggi

Frankl menggunakan istilah *supra-meaning* untuk menyebut makna tertinggi penderitaan dan kehidupan. Orang tidak dapat menerobos perbedaan dimensional di antara dunia insani dan dunia Ilahiah. *Supra-meaning* hanya dapat dipahami oleh keimanan dan tidak melalui sarana-sarana intelektual. Berbeda dengan filsafat eksensial sekuler, tugas manusia bukan untuk menjalani ketidakbermaknaan hidup. Alih-alih, orang perlu mengatasi ketidakmampuannya untuk menangkap secara rasional ketidakbermaknaan mendasar kehidupan. Keyakinan pada Tuhan mendahului kemampuan orang untuk meyakini makna tertinggi dalam kehidupan.²²

2. Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dan Kebermaknaan Hidup

²² *Ibid.*, hlm. 374-378

Selama ini banyak berkembang dalam masyarakat kita sebuah pandangan *stereotype*, dikotomisasi antara dunia dan akhirat. Dikotomisasi antara unsur kebendaan dan unsur agama, antara unsur kasat mata dan tak kasat mata; materialism *versus* orientasi nilai-nilai Ilahiah. Mereka memilih keberhasilan di alam *vertical* cenderung berfikir bahwa kesuksesan dunia justru adalah sesuatu yang bisa “dinisbikan” atau sesuatu yang bisa demikian mudahnya di ‘marjinalkan’. Hasilnya, mereka yang unggul dalam kekusyukan dzikir dan kekhitmadan berkontemplasi namun menjadi kalah dalam percaturan ekonomi, ilmu pengetahuan, sosial, politik dan perdagangan di alam “horizontal”. Begitupun sebaliknya, yang berpijak hanya pada alam kebendaan kekuatan berfikirnya tak pernah diimbangi dengan kekuatan spiritual. Realitas kebendaan yang masih membelenggu hati, tidak memudahkan bagi dirinya sendiri untuk berpijak pada nilai spiritualitas.²³

Spiritual berasal dari bahasa latin *spiritus*, yang “berarti nafas”. Dalam definisinya, spiritualitas merupakan suatu cara untuk menjadi (*being*) dan mengalami (*experiencing*) yang muncul karena adanya kesadaran mengenai dimensi transenden dan dicirikan oleh nilai-nilai tertentu yang tampak baik dalam diri sendiri, orang lain, alam, kehidupan, dan apapun yang dianggap sebagai ‘Yang Hakiki’ (*the Ultimate*). Spiritualitas membuat seseorang merasakan kerinduan dan

²³Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan, 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), hlm 43

dorongan kuat untuk memahami berbagai hal dalam hidup, bisa berkenaan dengan agama atau yang lainnya.²⁴

Victor E. Frankl mengatakan, *“People have enough to live, but nothing to live for; They have the means, but no meaning.”* Bahwasannya individu manusia ataupun korporasi dewasa ini membutuhkan *‘meaning and value’* dalam setiap langkah hidupnya. Tidak hanya berkualitas prima, berkesesuaian dengan masyarakat sosialnya, namun juga memiliki makna dan nilai.²⁵

Shoshana Zuboff seorang psikolog dan pengajar di Harvard Business School menangkap kesadaran kesadaran dan kebutuhan spiritual, dan mendirikan sebuah refleksi diri yang ia namakan *“ODYSSEY”*. Orang-orang yang berpartisipasi dalam program ini rata-rata adalah orang yang sangat sukses yang telah berhasil meraih sasaran yang mereka tetapkan sendiri pada usia dua-puluhan sampai tiga-puluhan. Namun namun ketika mereka memandang ke depan, lagi-lagi mereka berkata, *“Apalagi sekarang?”* mereka kembali merasa kekeringan.

Banyak orang yang merasa sudah mencapai cita-cita atau mencapai puncak kesuksesan baik karier maupun materi, tetapi merasakan sesuatu yang *“hampa dan kosong”*. Umumnya mereka baru menyadari bahwa mereka telah menaiki tangga yang salah, justru setelah mencapai puncak tertinggi anak tangga kariernya. Ternyata

²⁴Yulmida Amir dan Diah Rini Lesmawati, *“Religiusitas dan Spiritualitas: Konsep Yang Sama atau Berbeda?”*, *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi: Kajian Empiris dan Non-Empiris*, Vol. 2, No. 2., 2016, hlm. 60

²⁵Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan, 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), hlm 43

pada akhirnya, uang, harta, kehormatan dan kedudukan bukanlah “sesuatu” yang mereka cari selama ini.

Orang-orang sukses jelas sangat bermanfaat jelas secara sosial dan ekonomi bagi perusahaannya, tetapi kehilangan makna spiritual dalam dirinya sendiri. Penyakit seperti ini banyak diderita oleh orang-orang modern, yang sering dinamakan *spiritual pathology* atau *spiritual illness*. Contohnya peristiwa presiden direktur Hyundai yang meninggal secara mengenaskan, ia mati bunuh diri dengan meloncat dari gedung pencakar langit. Juga seorang top eksekutif Indonesia, yang mati bunuh diri dengan terjun dari sebuah apartemen di Jakarta.²⁶

E. Kajian Problema

1. Pengertian Problema

Problema berasal dari bahasa Inggris *problem* yang berarti sesuatu yang sulit disepakati atau dimengerti.²⁷ *Problem* atau problema pada dasarnya adalah masalah, masalah dapat diartikan sebagai suatu hal yang harus dipecahkan.²⁸

2. Peran Spiritualitas dalam Mengatasi Problema

Spiritualitas mengacu pada fenomena yang mengacu pada hal-hal ‘non-material’ yang berkaitan pada iman, kepercayaan dan harapan yang berbeda dari hal-hal ‘material’ yang berkaitan pada kepemilikan, akumulasi dari hak milik, dan kompetisi. Dalam konteks psikologi, spiritualitas menekankan pada pikiran dibandingkan raga (*matter*), *being*

²⁶ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*. (Jakarta: Penerbit Arga, 2007), hlm. 10-12

²⁷ Victoria Bull, *Oxford Learner's Pocket Dictionary Fourth edition*. (Oxford: Oxford University Press, 2008)

²⁸ Sutan Rajasa, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. (Surabaya: Mitra Cendikia, 2003)

dibandingkan *having*, usaha mental dibandingkan kegiatan fisik. Individu mengembangkan sebuah kepercayaan yang kuat dalam kehadiran ruh atau *spiritual essence* yang mengisi semua yang ada dalam dunia, termasuk manusia. Ruh ini ada sebelum, setelah, dan melebihi hadirnya suatu materi.²⁹

Ada sebuah percobaan sederhana di sebuah *oceanorium*. Dalam sebuah akuarium besar, dimasukkan dua ekor hewan laut yang berlainan jenis, yaitu ikan hiu dan anak anjing laut kecil. Kedua binatang itu dipisahkan dengan sekat pembatas yang terbuat dari kaca bening tebal.

Ikan hiu yang dimasukkan kebetulan sedang sangat lapar dan dengan seketika langsung mengambil ancang-ancang untuk menerkam anjing laut lemah di seberangnya. Hiu kemudian meluncur dengan cepatnya, dan dengan giginya siap merobek kulit si anjing laut kecil itu. Namun, “braak” hiu itu menabrak kaca tebal. Dengan segera hiu itu kembali mengambil ancang-ancang dan meluncur kembali. Kemudian lagi-lagi “braak!” kembali ia menabrak kaca itu lagi. Diulang lagi sampai enam kali dan akhirnya hiu itu enggan untuk menyerang anjing laut kecil itu, karena merasa kesakitan. Dan ketika sekat pembatas itu dibuka, hiu itu hanya hilir-mudik melewati anjing laut kecil itu, ia enggan menyerang anjing laut itu lagi.

Kisah hiu dan anjing laut di atas kiranya bisa disejajarkan dengan kisah penemuan pesawat terbang. Saat itu sang kakek Wright bersaudara, sempat tidak percaya dan berkata kepada Wright, “Hanya malaikat yang

²⁹ Christ Billy Aryanto, “Saya Beragama, Maka Saya Bahagia: Kaitan Religiusitas dan Spiritualitas pada Kepribadian dan Subjective-Well Being”, Esai, 2015, hlm. 4

bisa terbang!” Sang kakek saat itu tidak mempercayai bahwa manusia bisa terbang dengan menciptakan sebuah alat yang namanya pesawat terbang. Begitu juga pendapat penemu telepon Alexander Graham Bell yang berkeyakinan bahwa tidaklah mungkin manusia menciptakan *mobile phone* atau telepon bergerak. Mengapa demikian? Karena orang pada waktu itu tidak mampu melepaskan belenggu paradigma befikirnya.

Begitu pula ketika banyak orang berfikir bahwa Iman, Islam dan Ihsan, hanya untuk keperluan mushola atau masjid saja. Rukun Iman, rukun Islam dan Ihsan sebenarnya bukan hal baru dalam Islam sendiri, kini kini lebih membudaya dan diaplikasikan dalam beraktivitas bisnis dan kehidupan sehari-hari. Lalu apa yang sebenarnya terjadi dengan pikiran kita? Sering kita menutupi potensi yang ada dalam diri kita dengan begitu banyak paradigma keliru yang diciptakan oleh diri kita sendiri. Seperti yang terjadi dengan kakek Wright dan Alexander Graham Bell. Ini terjadi karena pengaruh cara berfikir yang tercipta dan terbentuk oleh lingkungan kita. Seperti kisah ikan hiu yang begitu yakin bahwa setelah kaca dilepas, ia masih tidak bisa menerkam anjing laut kecil itu lagi. Setelah enam kali menabrak dan merasa kesakitan, sang hiu merasa kehilangan gairah untuk menyergap sang anjing laut. Hiu itu telah ter-*cover* oleh paradigma befikirnya sendiri, “Jika saya menerkam maka moncong hidung saya akan membentur benda keras.” Jadi, apabila kita ingin mengubah suatu lingkungan, hal pertama yang kita harus lakukan adalah mengubah cara pandang dan cara berfikir kita dulu.

Potensi apakah yang sebenarnya tertutupi ? seperti yang kita ketahui bahwa God Spot bersemayam dorongan (drive) seperti; mencipta, kreatif, inovasi dan lain lain milik Tuhan. Manusia memang diciptakan oleh Allah Al-Khaaliq, Al-Mushawwir yaitu Allah yang Maha Mencipta, dan Maha Kreatif. Tetapi potensi-potensi dasyat spiritual manusia itu seringkali tertutupi atau ter-cover. Itulah yang dimaksud terbelenggu, yakni ketika manusia menutupi dirinya sendiri.³⁰

Nilai spiritual keislaman berangkat dari aksioma dan paradig bahwa konsepsi Islam, manusia direncanakan sebagai wakil Tuhan dan seluruh ciptaanya tunduk kepada manusia. Menurut petunjuk al-Qur'an, setelah Allah SWT menciptakan manusia pertama "Adam" Tuhan mentransformasikan simbol-simbol ciptaannya sehingga memberikan kesadaran dan esensi-Nya, sifat - sifat-Nya, memanifestasikan theophany Tuhan, dan mengindikasikan kekuasaan mutlak Tuhan. Hal ini bukan semata-mata kesadaran intelektual yang terpisah dari kesadaran spiritual. Ini justru sebagai kesadaran spiritual yang mengontrol, membimbing, dan mempertajam intelek dalam menanamkan pada diri nabi Adam perasaan ta'dhim dan hormat kepada Tuhan dan membuatnya mampu menggunakan kemampuan yang dimilikinya untuk kepentingan manusia. Pengetahuan ini membekali manusia dengan norma-norma obyektif dan universal yang berasal dari sifat-sifat Tuhan dan dapat diterapkan terhadap situasi yang berubah.

³⁰Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Power Sebuah Inner Journey Mealui Al-Ihsan*. (Jakarta: Penerbit Arga, 2007), hlm. 137-139

Seluruh ilmu pengetahuan datangnya dari Allah, sebagian dicerahkan kepada manusia pilihan, sebagian lagi dicari melalui fenomena teologis di alam ini. Ajaran Tuhan dalam al-Qur'an disebutkan bahwa dalam menggali ilmu pengetahuan, umat Islam harus memulai dengan menyebut nama Allah. Artinya, bahwa setiap aktivitas yang profane, manusia harus senantiasa menyertakan nilai spiritualitas dalam aksinya, sehingga produk ilmu pengetahuan yang dihasilkan dapat memberikan kesejahteraan umat manusia.

Pengetahuan manusia berbeda nilainya, pengetahuan yang paling tinggi adalah pengetahuan tentang Allah SWT, ma'rifat kepada Allah adalah jalan memperolehnya dengan cara emanasi Tuhan karena kedekatannya dengan sang pencipta dan merupakan hamba yang dipilih-Nya, jalan dengan upaya kontemplasi dan merenung secara radikal dan jalan latihan spiritual atau Riyadhah terus-menerus hingga mendapat pencerahan dari Tuhan. Jalan pertama merupakan cara yang dilakukan oleh para nabi, kedua adalah jalan yang dilakukan oleh para filosof dengan cara melakukan pemikiran yang mendalam terhadap obyek formal dan material sehingga akalinya mendapat pencerahan dari Tuhan, dan jalan ketiga adalah jalan yang dilakukan oleh para ahli tasawuf, yang senantiasa siang dan malam bermunajah dan berdzikir kepada Allah untuk disingkapkan tabir rahasia-rahasia-Nya dan mendapat ridhan-Nya..³¹

³¹ Binti Maunah, "Pendidikan Islam dalam Tantangan dan Hambatan (Integritas Nilai Spiritual, Kemanusiaan dan Prospek Lembaga Pendidikan Islam)", *Ta'alam*, Vol. 20, No. 1, 2010.hlm. 41-42

3. Metode Penguatan Spiritual untuk Mengatasi Problema Sehari-hari

Dalam kaitanya kecerdasan spiritual dalam mengatasi problema sehari-hari adalah dengan dengan metode penguatan spiritual, yang meliputi :

a. Beriman, bertauhid dan beribadah kepada Allah

Islam mengajak umat manusia untuk beriman, bertauhid dan beribadah kepada Allah Yang Mahaesa Yang tiada sekutu bagi-Nya. Rasulullah SAW telah menghabiskan waktu selama tigas belas tahun untuk mengajak umat supaya memeluk akidah tauhid, menanamkan nilai-nilai keimanan pada diri sahabatnya, dan membersihkan jiwa mereka agar mau mendekati diri dan beribadah kepada Allah Ta'ala. Keimanan pada Allah ta'ala benar-benar memberi pengaruh besar dalam merubah kepribadian bangsa Arab. Mereka terbebas dari etika dan tradisi Jahiliyah, bahkan akal pikiran mereka tidak lagi diwarnai kebodohan dan khurafat. Jiwa mereka juga tidak mengkhawatirkan hal-hal yang sebenarnya sangat dicemaskan banyak orang, seperti terbebas dari rasa takut mati, takut miskin, takut terkena musibah maupun takut pada sesama manusia. Dengan beriman, mereka benar benar merasakan keamanan jiwa.

Iman kepada Allah Ta'ala bisa menanamkan rasa lapang, ridha dan bahagia dalam diri seseorang. Manusia akan mampu hidup aman dan tenang. Seseorang mukmin yang murni iman dan ibadahnya kepada Allah akan tahu bahwa Allah sungguh bersamanya. Dia juga akan merasa berada dalam perlindungan dan penjagaan Allah, serta

merasa hidupnya dibimbing dengan taufik-Nya sehingga ia akan dicintai oleh banyak orang. Allah Ta'ala telah berfirman : Orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukan iman mereka dengan kezaliman (syirik), mereka itulah orang-orang yang mendapat keamanan dan merekalah orang-orang yang mendapat petunjuk.(QS. Al-An'am ayat 82)

b. Takwa

Iman yang murni kepada Allah Ta'ala pasti akan disertai takwa kepada-Nya. Yang dimaksud dengan takwa adalah menjaga diri dari murka dan azab Allah Ta'ala dengan cara menjauhi perbuatan-perbuatan maksiat dan senantiasa mematuhi aturan Allah. Dengan demikian ia akan senantiasa melakukan berbagai perintah dan menjauhi semua larangan Allah Ta'ala.

Takwa juga mengandung arti selalu merealisasikan kebenaran, keadilan amanah dan kejujuran dalam semua amal perbuatan; menjalin interaksi yang baik dengan sesama manusia, menjauhi permusuhan dan kezaliman; melakukan tugas yang dibebankan kepadanya dengan baik, ia senantiasa mengharap ridha dan pahala dari Allah dalam melakukan semua aktifitas. Hal uini jelas mendorong seseorang untuk memperbaiki diri sendiri, mengembangkan kemampuan dan pengetahuannya, sehingga ia terus melakukan pekerjaanya sebaik mungkin. Sungguh, takwa seperti ini bisa menjadi kekuatan yang akan mengarahkan seseorang untuk berperilaku utama, mengembangkan potensi diri dan menjauhkan perilaku negatif dan menyimpang.

Dengan demikian, takwa merupakan faktor utama yang bisa menciptakan kematangan dan keseimbangan kepribadian seseorang.

c. Praktik ibadah

Menunaikan berbagai macam ibadah seperti zakat, puasa dan haji, merupakan upaya mendidik pribadi manusia, membersihkan jiwa dan mengajarkan banyak sifat terpuji yang mampu membuatnya bertahan dalam menghadapi kenyataan hidup. Menunaikan berbagai macam ibadah dapat melatih seseorang untuk sabar menanggung beban berat, memacu jiwa untuk senantiasa menentang kehendak hawa nafsu, memperkuat kehendak, mengokohkan tekad, menciptakan rasa cinta dan berbuat baik kepada orang lain, serta memupuk spirit untuk melakukan interaksi sosial, saling menolong dan menanggung beban sosial.³²

F. Penelitian Terdahulu

Penelitian ini dilakukan tidak terlepas dari penelitian-penelitian terdahulu sebagai bahan perbandingan. Adapun beberapa penelitian terdahulu dengan tema kebermaknaan hidup diantaranya :

1. Sebuah penelitian berjudul “Religiusitas Spiritualitas dan Kesehatan Mental: Meta Analisis” yang ditulis oleh Hepi Wahyuningsih.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menjabarkan hubungan antara spiritualitas atau religiusitas dan kesehatan mental. Penelitian dengan melakukan meta analisis terhadap artikel tentang topik religiusitas,

³²Dr. Muhammad Usman Najati, *Psikologi Nabi*, (Bandung : Pustaka Hidayah, 2005), hlm. 333-337

spiritualitas dan kesehatan mental yang dipublikasikan mulai tahun 2000 hingga 2006. Hasil yang didapat dari data disimpulkan bahwa religiusitas atau spiritualitas berkorelasi dengan kesehatan mental.³³

2. Sebuah penelitian berjudul “Kebosanan Kerja pada Karyawan Radio Sonora Surabaya” yang ditulis oleh Gredha S. Rea Cholichul Hadi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penyebab kebosanan kerja dan caramengatasi kebosanan kerja yang terjadi pada karyawan Radio Sonora Surabaya. Penelitian dilakukan pada individu yang bekerja pada Radio Sonora Surabaya yang telah mengisi kuesioner Boredom Proneness Scale yang dikembangkan oleh Norman D. Sundberg dan Richard F. Farmer. Alat pengumpul data berupa wawancara terstruktur dengan menggunakan pedoman wawancara yang telah dibuat sebelumnya. Analisis data dilakukan dengan memaparkan hasil wawancara melalui verbatim dan koding. Dari hasil analisis data penelitian diperoleh penyebab kebosanan kerja pada karyawan Radio Sonora Surabaya adalah *quantitative overload* dikarenakan adanya tuntutan perusahaan yang cukup banyak, dan *qualitative overload* dikarenakan adanya perasaan bahwa tugas dan tanggung jawab yang dimiliki terlalu banyak. Cara yang ditempuh oleh karyawan Radio Sonora Surabaya untuk mengatasi kebosanan kerja tersebut adalah refreshing atau mengambil jatah cuti tahunan.³⁴

³³Hepi Wahyuningsih, “Religiusitas, Spiritualitas dan Kesehatan Mental : Meta Analisis”, *Psikologika*, Vol. 13, No. 35, 2008.

³⁴Gredha S. Rea dan Cholichul Hadi, “Kebosanan Kerja pada Karyawa Radio Sonora Surabaya”, *Jurnal Psikologi Industri dan Komunikasi*, Vol. 1, No. 2, 2012.

G. Paradigma Penelitian

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin mengkaji lebih jauh mengenai bagaimana peran kecerdasan spiritual dalam menemukan makna atau kebermaknaan hidup dan mengatasi problema sehari-hari.

Bagan 2.1

Paradigma Penelitian



