

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Murottal al-Qur'an

1. Definisi Murottal al-Qur'an

Istilah murottal al-Qur'an ini terdiri dari dua kata yakni murottal dan al-Qur'an. Murottal sendiri berasal dari bahasa Arab yakni رَتَّلَ (*ratalun*) yang bermakna “yang baik”. Kemudian pada kata murottal sendiri bermakna membaca al-Qur'an dengan bagus.¹ Murottal juga dimaknai dari kata رَنَّمَ (*ronnama*) yang bermakna menyanyikan.² Menurut Siswantinah, murottal al-Qur'an merupakan pembacaan al-Qur'an yang dilagukan oleh pembaca al-Qur'an (qori') dan sudah dibuat dalam bentuk rekaman.³ Dalam al-Qur'an sendiri kata murottal berasal dari kata تَرْتِيلاً, seperti halnya dalam firman Allah dalam Q.S al-Muzammil ayat 4 yang berbunyi:

أُوزِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْفُرْءَانَ تَرْتِيلاً {4}

Artinya: *Atau lebih dari seperdua itu. Dan bacalah al-Qur'an itu dengan perlahan-lahan.* (Q.S al-Muzammil: 4)⁴

Jadi, berdasarkan istilah-istilah di atas, murottal memiliki pengertian yaitu rekaman bacaan al-Qur'an yang dibacakan oleh seorang Qori'

¹ Abu Khalid, *Kamus Arab Al-Huda Arab-Indonesia Disertai Cara Membacanya* (Surabaya: Penerbit Fajar Mulya), hlm 172

² Yan Tirtobisono dan Ekrom Z, *Kamus 3 Bahasa Arab-Inggris-Indonesia*, (Surabaya: Penerbit Apollo Lestari), hlm 243

³ Wadiah, *Pengaruh Murottal*, hlm 17

⁴ Departemen Agama RI, *al-Qur'an Tajwid*, hlm 574

(pembaca al-Qur'an) dengan bacaan yang baik dan benar (tajwid dan makhorijul hurufnya) yang dilagukan dengan tempo yang teratur (perlahan).

Selanjutnya adalah definisi al-Qur'an. al-Qur'an berasal dari bahasa Arab yakni قُرْآنٌ yang berarti membaca. Definisi al-Qur'an secara istilah adalah kitab agama dan hidayah yang diturunkan Allah kepada Nabi Muhammad SAW untuk segenap manusia.⁵ Menurut Ustadz Mustamir, al-Qur'an adalah kitab suci yang dianugerahkan Allah kepada seluruh umat manusia. Dengan al-Qur'an manusia bisa “berbincang-bincang” dengan Tuhan semesta alam.⁶

Berdasarkan definisi-definisi di atas maka pengertian al-Qur'an adalah rekaman bacaan al-Qur'an yang dibacakan oleh Qori' dengan irama yang indah dan bacaan yang benar, baik dari segi tajwid maupun makhorijul hurufnya.

2. Peranan al-Qur'an berdasarkan Nama-nama Lain al-Qur'an

Al-Qur'an memiliki sejumlah nama lain yang mana nama-nama tersebut menggambarkan peranan penting al-Qur'an bagi kehidupan manusia. Adapun nama-nama lain dari al-Qur'an adalah sebagai berikut.

a. Al-Kitab dan al-Huda

⁵ Muhammad Utsman Najati, *Psikologi dalam Al-Qur'an*, (Bandung: Pustaka Setia, 2005) hlm 11

⁶ Mustamir Pedak, *Qur'anic Super Healing: Sembuh dan Sehat dengan Mukjizat al-Qur'an* (Semarang: Penerbit Pustaka Nuun, 2002) hlm 1

Nama lain dari al-Qur'an yang pertama adalah *al-kitab* yang berarti buku. Sedangkan *al-Huda* berarti petunjuk. Nama lain dari al-Qur'an ini juga tercantum dalam firman Allah pada Q.S al-Baqarah ayat 2 yang berbunyi:

ذَٰلِكَ الْكِتَابُ لَا رَيْبَ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ {٢}

Artinya: *Kitab (al-Qur'an) ini tidak ada keraguan padanya, petunjuk bagi mereka yang bertakwa. (Q.S al-Baqarah: 2)*⁷

Dari ayat di atas maka dapat diketahui bahwa al-Qur'an merupakan kitab yang diturunkan oleh Allah sebagai petunjuk bagi umat manusia yang bertaqwa agar selamat dunia dan akhirat.

Yang dimaksud “هُدًى” atau petunjuk adalah keimanan yang tertanam di dalam hati. Tiada yang dapat meletakkannya di hati manusia kecuali Allah SWT. Selain itu, juga dimaksudkan sebagai penjelasan mengenai kebenaran, pemberian dalil terhadap-Nya, serta bimbingan menuju kepada-Nya.⁸

b. *Al-Furqan*

Nama lain dari al-Qur'an selanjutnya adalah *al-Furqan* yang memiliki arti yaitu pembeda antara yang *haq* (benar) dan yang *bathil* (salah). Seperti halnya yang telah diterangkan oleh Allah dalam firman-Nya yang berbunyi:

تَبَارَكَ الَّذِي نَزَّلَ الْفُرْقَانَ عَلَىٰ عَبْدِهِ لِيَكُونَ لِلْعَالَمِينَ نَذِيرًا {١}

⁷ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Tajwid*, hlm 2

⁸ <https://alquranmulia.wordpress.com/2015/02/04/tafsir-ibnu-katsir-surat-al-baqarah-ayat-2/> (diakses tanggal 1 Juni 2019 pukul 9.45 WIB)

Artinya: *Maha Suci Allah yang telah menurunkan al-Furqan (al-Qur'an) kepada hamba-Nya agar ia menjadi pemberi peringatan kepada seluruh alam. (Q.S al-Furqaan: 1)*⁹

Allah menamakan al-Qur'an dalam ayat ini dengan kata *al-Furqan* sebab al-Qur'an merupakan pembeda antara perkara yang hak dan yang batil, pembeda antara jalan petunjuk dan jalan kesesatan dan pembeda antara jalan yang menyimpang dan jalan yang lurus serta membedakan antara yang halal dan yang haram.¹⁰ Maka dapat diketahui bahwa al-Qur'an memiliki peranan penting bagi manusia untuk mengenali nilai-nilai moral (baik-buruk, benar-salah, halal-haram).

c. *Adz-Dzikir*

Adz-Dzikir merupakan nama lain dari al-Qur'an yang berarti pemberi peringatan. Nama lain al-Qur'an ini tercantum juga pada firman Allah yang berbunyi:

إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَفِظُونَ {٩}

Artinya: *Sesungguhnya Kami-lah yang menurunkan al-Qur'an dan sesungguhnya Kami benar-benar memeliharanya. (Q.S al-Hijr: 9)*¹¹

d. *Al-Mau'idhah dan asy-Syifa*

⁹ Departemen Agama RI, *al-Qur'an Tajwid*, hlm 359

¹⁰ www.ibnukarsironline.com/2015/07/tafsir-surat-al-furqan-ayat-1-2.html?m=1 (diakses tanggal 1 Juni 2019 pukul 9.53 WIB)

¹¹ Departemen Agama RI, *al-Qur'an Tajwid*, hlm 262

Al-Mau'idzoh merupakan nama lain dari al-Qur'an yang memiliki arti pelajaran atau nasihat. Sedaangkan *asy-Syifa* memiliki arti, yaitu obat atau penyembuh. Allah berfirman dalam Q.S Yunus ayat 57 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ
لِلْمُؤْمِنِينَ {57}

Artinya: *Wahai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran (al-Qur'an) dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit yang ada dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Q.S Yunus: 57)*¹²

Pelajaran atau nasihat ini diberikan Allah melalui al-Qur'an supaya manusia mendapatkan banyak ilmu pengetahuan dari berbagai aspek kehidupan, khususnya bagi orang yang beriman tentu akan memperkuat keimanannya.

Menurut Syaikh Prof. Dr. Wahbah az-Zuhaili dala *Tafsir al-Wajiz* menyatakan bahwa pada ayat ini, Allah SWT mendorong manusia untuk mempelajari al-Qur'an supaya menjadi peringatan atau pembelajaran tentang amal-amal yang dapat mendatangkan kemurkaan Allah dan hukuman-Nya serta menjadikan pengingat agar menjauhi semua itu. Selain memiliki peranan untuk memberikan pelajaran bagi manusia, al-Qur'an dalam ayat ini juga memiliki peranan sebagai penyembuh dari berbagai macam penyakit, seperti penyakit syahwat

¹² Ibid, hlm 215

yang dapat menghalangi seseorang dari tunduk kepada syara' dan penyakit syubhat yang menodai ilmu yaqin.¹³

e. *Al-Hikmah*

Al-Qur'an juga memiliki nama lain yakni al-Hikmah yang berarti kebikaksanaan. Seperti halnya firman Allah SWT yang berbunyi:

{٣٩} ذَالِكَ مِمَّا أَوْحَىٰ إِلَيْكَ رَبُّكَ مِنَ الْحِكْمَةِ

Artinya: *Itulah sebagian hikmah yang diwahyukan Tuhanmu kepadamu..... (Q.S al-Isra': 39)*¹⁴

Al-Qur'an dalam kehidupan manusia berguna untuk memberikan hikmah. Hikmah yang dimaksud dalam ayat ini berdasarkan *Tafsir al-Wajiz* karya Syaikh Prof.Dr.Wahbah az-Zuhaili adalah perintah melakukan perbuatan yang baik dan berakhlak mulia serta larangan melakukan perbuatan yang tercela.¹⁵

f. *Al-Hukm*

Al-Hukm adalah nama lain al-Qur'an yang berarti peraturan atau hukum. Seperti halnya firman Allah yang berbunyi:

{37} وَكَذَٰلِكَ أَنْزَلْنَاهُ حُكْمًا عَرَبِيًّا

Artinya: *Dan demikianlah, Kami telah menurunkan al-Qur'an itu sebagai peraturan (yang benar) dalam bahasa Arab (Q.S ar-Ra'd: 37)*¹⁶

¹³ <https://tafsirweb.com/3331-surat-yunus-ayat-57.html> (diakses tanggal 1 Juni 2019 pukul 1013)

¹⁴ Departemen Agama RI, *al-Qur'an Tajwid*, hlm 286

¹⁵ <https://tafsirweb.com/4643-surat-al-isra-ayat-39.html> (diakses tanggal 1 Juni 2019 pukul 10.23 WIB)

¹⁶ Departemen Agama RI, *al-Qur'an Tajwid*, hlm 254

Kandungan al-Qur'an memang memuat peraturan-peraturan yang telah ditetapkan Allah yang harus dipatuhi oleh manusia. Barang siapa yang tidak mematuhiya tentu ada konsekuensinya yakni mendapatkan siksa Allah SWT.

Selain nama-nama yang telah disebutkan di atas, masih banyak nama lain al-Qur'an yang tentunya menggambarkan betapa kayanya manfaat dan kandungan yang ada dalam al-Qur'an. Kekayaan al-Qur'an yang tergambar melalui nama-nama lain al-Qur'an tersebut membuat peneliti berlomba-lomba untuk memperdalam manfaat al-Qur'an bagi kecerdasan manusia, khususnya kecerdasan emosional.

Fungsi pertama yang ditujukan oleh beragam penemuan tentang kecerdasan emosional atau *emotional intelligence* (EQ) memengaruhi terjadinya penyakit jiwa.¹⁷ Maka dari sinilah peranan penting al-Qur'an sebagai *asy-Syifa* sebagai penyembuh sekaligus meningkatkan kecerdasan emosional. Hikmah Allah SWT menuntut agar manusia, demikian pula hewan, membekali diri dengan berbagai emosi yang juga akan membantunya dalam kelangsungan kehidupannya.

3. Dasar-dasar mengenai Murottal al-Qur'an

Dasar-dasar mengenai murottal al-Qur'an ini tidak hanya terdapat pada Q.S Muzammil ayat 4, melainkan diterangkan dalam hadist yang diriwayatkan oleh Aisyah ra. bahwa Rasulullah SAW bersabda:

Orang yang membaca al-Qur'an dan pandai dalam membacanya, ia bersama para malaikat yang mulia. Dan yang membaca al-Qur'an

¹⁷ Pasiak, *Revolusi IQ/EQ/SQ*, hlm 272

*dengan mengeja – dan ia membacanya dengan tartil – ia mendapat dua pahala.*¹⁸

Selanjutnya, dari Shahih Bukhori Muslim, dari Abu Hurairah ra., ia berkata bahwa Rasulullah SAW bersabda:

*Allah tidak memberi izin terhadap suatu perbuatan sebagaimana nabi izinkan membaguskan suara dalam melagukan al-Qur'an secara lantang (nyaring).*¹⁹

Dalam Sunan Ibnu Majah, dari Fudhalah Ibnu 'Ubaid ra., ia berkata bahwa Rasulullah SAW bersabda: “*Allah sangat memperhatikan orang yang bagus bacaannya dalam membaca al-Qur'an daripada penyanyi terhadap nyanyiannya.*”²⁰ Hadits ini yang menjadikan salah satu dasar bahwa mendengarkan al-Qur'an bukan hanya lebih baik pengaruhnya daripada mendengarkan musik klasik, tapi juga akan mendapatkan pahala dari Allah. Apabila mendengarkan musik klasik dapat memengaruhi kecerdasan intelektual (IQ) dan kecerdasan emosi (EQ) seseorang, bacaan al-Qur'an memengaruhi keduanya sekaligus kecerdasan spiritual (SQ).²¹

B. Kecerdasan Emosional

1. Definisi Kecerdasan Emosional

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, adalah kesempurnaan perkembangan akal budi.²² Terdapat beberapa konsep kecerdasan yang telah dikemukakan oleh beberapa ahli, diantaranya:

¹⁸ Mustamir Pedak, *Qur'anic Super Healing*, hlm 247

¹⁹ Rizem Aizid, *Tartil al-Qur'an untuk Kecerdasan dan Kesehatanmu*, (Yogyakarta: Penerbit Diva Press, 2016) hlm 82

²⁰ Ibid

²¹ Ibid, hlm 83

²² <http://kbbi.kemdikbud.go.id> diakses pada tanggal 13 Pebruari 2019 pukul 10.20

a. Konsep Kecerdasan menurut Vernon

Vernon telah menggolong-golongkan kecerdasan menjadi tiga kategori. Tiga kategori tersebut yakni kecerdasan yang ditinjau secara biologis, kecerdasan yang ditinjau secara psikologis dan kecerdasan yang ditinjau secara operasional.²³

Ditinjau dari ilmu biologi, kecerdasan ditafsirkan sebagai kemampuan dasar manusia yang secara relatif diperlukan untuk penyesuaian diri pada alam sekitar yang baru. Tinjauan psikologis mengenai kecerdasan merujuk adanya pengaruh-pengaruh relatif keturunan dan lingkungan sekitar terhadap perkembangan kecerdasan individu. Sedangkan ditinjau secara operasional kecerdasan diartikan dalam pelaksanaan atau aplikasinya secara operasional menggunakan istilah-istilah yang pasti.²⁴

b. Konsep Kecerdasan menurut Freeman

Freeman memaknai kecerdasan sebagai kemampuan seseorang yang kemudian digolongkan menjadi tiga macam kemampuan. Adapun ketiga macam kemampuan tersebut antara lain, kemampuan adaptasi, kemampuan belajar dan kemampuan berpikir abstrak.²⁵

²³ Purwa Atmaja Prawira, *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, (Jogjakarta: ar-Ruzz Media, 2012) hlm 136

²⁴ Ibid, hlm 139

²⁵ Ibid

c. Konsep Kecerdasan menurut Dusek

Kecerdasan didefinisikan melalui dua jalan, yaitu secara kuantitatif dan kualitatif. Secara kuantitatif, kecerdasan adalah proses belajar untuk memecahkan masalah yang dapat diukur dengan tes inteligensi, sedangkan secara kualitatif kecerdasan merupakan suatu cara berpikir dalam membentuk konstruk bagaimana menghubungkan dan mengelola informasi dari luar yang disesuaikan dengan dirinya.²⁶

d. Konsep Kecerdasan menurut Alfred Binet

Kecerdasan menurut Alfred Binet merupakan kemampuan mengarahkan pikiran atau tindakan (kemampuan menetapkan tujuan untuk dicapainya), kemampuan untuk mengubah arah tindakan bila dituntut demikian (kemampuan melakukan penyesuaian diri) dan kemampuan untuk mengkritik diri sendiri (kemampuan melakukan perubahan atas kesalahan-kesalahan yang diperbuatnya).²⁷

e. Konsep Kecerdasan menurut G. Stoddard

Stoddard memberikan definisi komprehensif mengenai kecerdasan individu, yaitu kemampuan untuk melaksanakan aktivitas dengan ciri-ciri kesukaran, kompleksitas, abstraksi, ekonomis, penyesuaian dengan tujuan, nilai sosial, dan sifatnya

²⁶ Akyas Azhari, *Psikologi Umum dan Perkembangan*, (Jakarta Selatan: Mizan Publika, 2004), hlm 141

²⁷ Triantoro Safaria, *Interpersonal Intelligence*, (Jakarta: PT Bina Ilmu, 2004), hlm 159

yang asli dan mempertahankan kegiatan-kegiatan di bawah kondisi-kondisi yang menuntut konsentrasi energi dan menghindari kekuatan-kekuatan emosional atau gejolak emosi.²⁸

Itulah beberapa definisi kecerdasan yang dikemukakan oleh beberapa ahli. Dari definisi-definisi di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan memiliki makna yang sangat luas, bukan hanya terbatas pada kemampuan seseorang dalam menerima pembelajaran verbal, melainkan juga kemampuan yang didapatkan dari interaksi manusia dengan alam dan lingkungan sekitar.

Selain, konsep-konsep kecerdasan yang telah dikemukakan oleh tokoh-tokoh di atas, Islam juga memiliki konsep kecerdasan sendiri mengenai kecerdasan. Kecerdasan dalam Islam disebut dengan istilah *adz-dzaka'* yang memiliki arti pemahaman, kecepatan dan kesempurnaan sesuatu.²⁹

Selanjutnya adalah definisi emosi. Emosi berasal dari akar kata "*movere*" berasal dari istilah latin yang berarti "menggerakkan" atau "bergerak". Jika diberi awalan "e" maka akan bermakna "bergerak menjauh".³⁰ Emosi adalah perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang sedang berada dalam suatu keadaan atau suatu interaksi yang dianggap penting olehnya. Emosi diwakili oleh perilaku yang

²⁸ Prawira, *Psikologi Pendidikan*, hlm 141

²⁹ Aizid, *Tartil al-Qur'an*, hlm 48

³⁰ Wangsa HW, *Mukjizat Musik*, hlm 32

mengekspresikan kenyamanan atau ketidaknyamanan dari keadaan atau interaksi yang dialaminya.³¹ Syamsudin mengemukakan bahwa:

Emosi merupakan suatu suasana yang kompleks dan getaran jiwa yang menyertai atau muncul sebelum atau sesudah terjadinya suatu perilaku.³²

Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan.³³ Kecerdasan emosi atau *emotional intelligence* merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan orang lain, serta kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain.³⁴ Orang yang cerdas emosi maka memiliki kekuatan pribadi (*personal power*) yang memungkinkannya untuk mampu berpikir secara keseluruhan, mampu mengenali emosi sendiri dan orang lain serta tahu cara mengekspresikannya dengan tepat.³⁵

2. Fungsi Emosi

Emosi memiliki fungsi atau peranan penting bagi perkembangan anak. Adapun fungsi emosi adalah sebagai berikut.³⁶

³¹ John W. Santrock, *Perkembangan Anak Edisi Kesebelas Jilid 2*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2007) hlm 6

³² Ali Nugraha dan Yeni Rachmawati, *Metode Pengembangan Sosial Emosional*, (Tangerang Selatan: Universitas Terbuka-Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi, 2015) hlm 1.3

³³ Goleman, *Kecerdasan Emosi*, hlm 513

³⁴ Ibid, hlm 512

³⁵ Prawira, *Psikologi Pendidikan*, hlm 159

³⁶ Tri Dayakisni dan Salis Yuniardi. *Psikologi Lintas Budaya*. (Malang: UMM Press, 2004) hlm 78

- a. Membantu persiapan tindakan (*preparing us for action*). Emosi bertindak sebagai penghubung antara peristiwa eksternal di lingkungan dengan respon perilaku individu. Sebagai contoh, ketika seorang anak merasa tidak nyaman dengan lingkungan sekitar yang ramai dan panas, maka anak akan menangis. Menangis inilah yang merupakan respon perilaku terhadap peristiwa eksternal.
 - b. Membentuk perilaku yang akan datang (*shaping our future behaviour*). Emosi membantu untuk menyediakan simpanan respon untuk perilaku di masa mendatang. Emosi dapat membentuk perilaku yang akan datang sehingga emosi juga berperan dalam memengaruhi kepribadian dan penyesuaian diri seseorang dengan lingkungan sosialnya.³⁷
 - c. Membantu untuk mengatur interaksi sosial (*helping us to regulate social interaction*). Emosi yang diekspresikan menjadi sinyal dan membantu dalam berinteraksi, khususnya bagaimana seharusnya perilaku itu ataupun sebaliknya. Dalam hal ini memiliki artian bahwa emosi dapat menjadikan sarana komunikasi antara seseorang dengan orang lain. Seseorang bisa menyatakan segala kebutuhan dan perasaannya pada orang lain melalui emosi.
- Secara singkat, emosi memiliki fungsi pada perkembangan anak. Adapun fungsi emosi pada perkembangan anak adalah sebagai berikut.³⁸

³⁷ Nugraha dan Rachmawati, *Metode Pengembangan*, hlm 1.7

³⁸ Ibid, hlm 1.13

- a. Sebagai bentuk komunikasi dengan lingkungannya
- b. Sebagai bentuk kepribadian dan penilaian anak terhadap dirinya
- c. Sebagai bentuk tingkah laku yang dapat diterima lingkungannya
- d. Sebagai bentuk kebiasaan
- e. Sebagai upaya pengembangan diri

3. Jenis – jenis Emosi

Emosi yang dapat diketahui dalam kehidupan sehari-hari manusia pada dasarnya terbagi menjadi dua jenis, yaitu emosi positif dan emosi negatif. Allah menciptakan segala sesuatu di dunia ini dengan berpasang-pasangan, ada laki-laki dan ada perempuan, ada siang dan ada malam, ada kanan dan ada kiri, serta ada positif dan ada negatif. Itu semua sudah merupakan ketentuan dari Allah SWT. Adanya emosi positif dan negatif ini dikuatkan dalam firman Allah pada Q.S at-Taubah ayat 82 yang berbunyi:

فَلْيَضْحَكُوا قَلِيلًا وَلْيَبْكُوا كَثِيرًا جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ {٨٢}

Artinya: *Maka biarkanlah mereka tertawa sedikit dan menangis yang banyak sebagai balasan terhadap apa yang selalu mereka perbuat. (QS at-Taubah: 82)*³⁹

Berikut adalah penggolongan emosi positif dan negatif yang merupakan perluasan dari 4 emosi dasar (*basic emotion*), yaitu senang, marah, takut dan sedih.⁴⁰

³⁹ Departemen Agama RI, *al-Qur'an Tajwid*, hlm 200

⁴⁰ Nugraha dan Rahmawati, *Metode Pengembangan*, hlm 1.11

Tabel 2.1
Penggolongan Emosi Positif dan Emosi Negatif

Emosi Positif	Emosi Negatif
a. Eagerness (rela)	a. Impatience (tidak sabaran)
b. Humor (lucu)	b. Uncertainty (bimbang)
c. Joy (gembira/ceria)	c. Anger (marah)
d. Curiosity (rasa ingin tahu)	d. Suspicion (curiga)
e. Happiness (kebahagiaan)	e. Anxiety (cemas)
f. Delight (kesukaan)	f. Guilt (rasa bersalah)
g. Love (rasa cinta/kasih sayang)	g. Jealousy (cemburu)
h. Excitement (ketertarikan)	h. Annoyance (rasa jengkel)
	i. Fear (rasa takut)
	j. Depression (depresi)
	k. Sadness (kesedihan)
	l. Hate (rasa benci)

4. Aspek – aspek Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosi menentukan potensi untuk mempelajari keterampilan-keterampilan praktis yang didasarkan pada lima aspek. Berikut penjelasan mengenai kelima aspek tersebut.⁴¹

a. Kesadaran diri

Kesadaran diri adalah kemampuan mengetahui kondisi diri sendiri pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri serta memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

b. Pengaturan diri

Pengaturan diri adalah kemampuan menangani emosi sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap

⁴¹ Goleman, *Kecerdasan Emosi*, hlm 513-514

kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, serta mampu memulihkan kembali dari tekanan emosi.

c. Motivasi

Motivasi adalah kemampuan menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun diri menuju sasaran, membantu untuk mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, serta untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

d. Empati

Empati adalah kemampuan merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif orang lain, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

e. Keterampilan sosial

Keterampilan sosial adalah kemampuan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar menggunakan keterampilan-keterampilan untuk memengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, serta untuk bekerja sama dan bekerja dalam tim.

5. Faktor – faktor yang Memengaruhi Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional anak dipengaruhi oleh lima faktor utama. Di antara faktor-faktor tersebut antara lain:

a. Faktor Hereditas

Faktor hereditas ini adalah faktor bawaan yang diturunkan dari orangtua biologis atau orangtua kandung kepada anaknya. Faktor ini merupakan salah satu faktor penting yang bisa memberikan pengaruh pada perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini, tak terkecuali dengan perkembangan kecerdasan emosional.

Dalam perspektif hereditas, perkembangan seorang anak sangat dipengaruhi oleh hal-hal sebagai berikut.⁴²

(1) Bakat

Anak dilahirkan dengan membawa bakat tertentu. Bakat yang dimiliki oleh anak pada dasarnya diwarisi oleh orangtuanya. Kecerdasan emosional anak juga sangat dipengaruhi oleh bakatnya.

(2) Sifat-sifat keturunan

Sifat-sifat keturunan yang diwariskan oleh orangtua atau nenek moyangnya pada anak dapat berupa fisik maupun psikis. Sifat-sifat keturunan yang diturunkan yang berupa psikis ini sangat memengaruhi kecerdasan emosional anak. Sebagai contoh sifat-sifat keturunan yang berupa psikis antara lain, seperti sifat pemalas, sifat pemaarah, pandai, gemar bicara, gemar bergaul, supel, dan sebagainya.

⁴² Novan Ardy Wiyani, *Mengelola dan Mengembangkan Kecerdasan Sosial dan Emosi Anak Usia Dini*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014) hlm 45-46

b. Faktor Lingkungan

Faktor lingkungan ini sering disebut dengan istilah *nurture*. Faktor lingkungan diartikan sebagai kekuatan yang kompleks dari dunia fisik dan social yang memiliki pengaruh terhadap susunan biologis serta pengalaman psikologis termasuk pengalaman social dan emosi anak sejak sebelum ada dan sesudah ia lahir.⁴³ Adapun faktor lingkungan yang memengaruhi kecerdasan emosional anak antara lain:

(1) Faktor Keluarga

Pelejitkan kecerdasan emosional anak usia dini sangat dipengaruhi oleh gaya asuh para orangtua. Orangtua unggul bisa melakukan pengasuhan anak dengan akurat sehingga kecerdasan emosi anak bisa dilejitkan seasyau atau minimal mendekati hasil yang diharapkan.⁴⁴ Namun bukan hanya pola asuh orangtua yang dapat memengaruhi kecerdasan emosional anak, melainkan sikap, situasi dan kondisi keluarga juga dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan kecerdasan emosional anak. Keadaan ekonomi, status sosial orangtua, status duda ataupun janda dari orangtua anak, kedudukan anak dalam lingkungan keluarga dan banyaknya anggota keluarga juga dapat memengaruhi perkembangan kecerdasan emosional anak.

⁴³ Ibid, hlm 46

⁴⁴ Prawira, *Psikologi Pendidikan*, hlm 163

(2) Faktor Lingkungan Sekolah

Sekolah merupakan lingkungan kedua bagi anak, pendidikan kedua bagi anak setelah keluarga. Hubungan antara anak dengan guru dan anak dengan teman sebayanya dapat memengaruhi perkembangan kecerdasan emosional anak. Pola asuh yang diberikan guru pada anak dan perilaku yang ditampilkan oleh guru pada anak juga dapat memengaruhi perkembangan kecerdasan emosional anak. Demikian pula interaksi yang dilakukan dengan teman sebayanya dan perilaku yang ditampilkan oleh teman sebayanya juga memiliki andil dalam menentukan perkembangan kecerdasan emosional anak.

c. Faktor Psikologis

Kondisi psikologis dapat memengaruhi kecerdasan emosi anak, antara lain tingkat intelektual, tingkat aspirasi dan kecemasan. Berikut ini penjelasannya.⁴⁵

(1) Tingkat intelektual di bawah rata-rata

Anak yang tingkat intelektualnya rendah, rata-rata mempunyai pengendalian emosi yang kurang dibandingkan dengan anak yang pandai pada tingkat umur yang sama.

(2) Kegagalan mencapai tingkatan aspirasi

Kegagalan yang berulang-ulang dapat mengakibatkan timbulnya keadaan cemas dan keraguan, sedikit atau banyak.

⁴⁵ Nugraha dan Rachmawati, *Metode Pengembangan*, hlm 4.30 – 4.31

- (3) Kecemasan setelah pengalaman emosi tertentu yang sangat kuat
Sebagai contoh akibat lanjutan dari pengalaman yang menakutkan akan mengakibatkan anak takut pada situasi yang dirasakan mengancam.

d. Faktor Umum

Faktor umum ini merupakan unsur-unsur yang dapat digolongkan ke dalam faktor hereditas dan lingkungan atau merupakan faktor campuran dari keduanya. Faktor umum yang dapat memengaruhi perkembangan anak usia dini antara lain⁴⁶:

(1) Jenis Kelamin

Jenis kelamin memiliki peranan penting dalam perkembangan kecerdasan emosional anak. Saat menghadapi suatu masalah dalam pergaulannya ataupun dalam menyelesaikan tugas-tugas kesehariannya, biasanya anak laki-laki cenderung akan mengatasi masalah tersebut dengan logikanya, sedangkan anak perempuan cenderung mengatasi masalah dengan perasaan. Dalam konteks pergaulan sosial, hal itu menjadikan anak perempuan lebih mudah berempati daripada anak laki-laki.

(2) Kesehatan

Kesehatan merupakan salah satu faktor umum yang memengaruhi perkembangan anak usia dini. Anak yang sehat fisik dan psikisnya akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang memadai

⁴⁶ Wiyani, *Mengelola dan Mengembangkan*, hlm 51

termasuk perkembangan kecerdasan emosionalnya. Sebaliknya jika mereka mengalami gangguan kesehatan, maka perkembangan kecerdasan emosionalnya juga akan mengalami hambatan.⁴⁷ Adapun kondisi fisik yang dapat menghambat perkembangan kecerdasan emosional antara lain⁴⁸:

- (a) *Kesehatan yang buruk*, disebabkan oleh gizi yang buruk, gangguan pencernaan atau penyakit. Dengan kondisi kesehatan yang buruk seseorang tidak dapat beraktivitas secara penuh sehingga membuatnya menjadi tertekan hingga akhirnya mudah marah terhadap orang lain. Jika kondisi tersebut berlanjut maka akan mengakibatkan penolakan sosial dari masyarakat.
- (b) *Kondisi yang merangsang*, seperti kaligata atau eksim. Penyakit kulit termasuk rasa gatal, apalagi jika terdapat pada bagian-bagian yang terbuka akan menyebabkan penderita menutup diri dan mungkin menjadi minder. Gatal yang tak henti-henti akan mengakibatkan kejengkelan pada individu dan dapat menimbulkan emosi yang tidak terkontrol.
- (c) *Setiap gangguan kronis*, seperti asma atau penyakit kencing manis. Penyakit kronis kadang membuat individu merasa putus asa sehingga ingin mengakhiri hidupnya. Kadang tindakan

⁴⁷ Ibid, hlm 52

⁴⁸ Nugraha dan Rachmawati, *Metode Pengembangan*, hlm 4.30

mematikan sulit dihindarkan, yaitu pada saat tekanan emosinya sangat kuat hingga terjadilah bunuh diri.

- (d) *Perubahan kelenjar*, terutama pada masa puber. Gangguan kelenjar mungkin juga disebabkan oleh stres emosi yang kronis, misalnya kecemasan yang mengambang (*free floating anxiety*).

Menurut catatan Aisah Indiati, ada dua faktor penting yang memengaruhi perkembangan emosi seseorang, yaitu kematangan perilaku emosional dan belajar. Pertama, kematangan perilaku emosional. Kematangan perilaku emosional secara fisiologi dipengaruhi oleh kelenjar endoktrin yang menghasilkan hormon adrenalin. Kelenjar endoktrin tersebut berkembang sangat pesat ketika anak berumur 5 tahun dan kemudian melambat ketika anak berumur di atas 5 tahun hingga 11 tahun. Di atas umur 11 tahun kelenjar endoktrin akan membesar lagi hingga anak berumur 16 tahun. Perkembangan kelenjar endoktrin yang berpengaruh kuat terhadap emosi dapat dikendalikan dengan cara memelihara kesehatan fisik dan keseimbangan tubuh.⁴⁹

Kedua, kegiatan belajar. Pembinaan dengan belajar diupayakan dengan menghilangkan pola reaksi emosional yang tidak diinginkan. Tindakan ini sekaligus sebagai usaha preventif bagi perkembangan anak.⁵⁰

⁴⁹ Prawira, *Psikologi Pendidikan*, hlm 163

⁵⁰ Ibid, hlm 164

C. Hakikat Anak Usia Dini dan Perkembangan Kecerdasan Emosionalnya

1. Definisi Anak Usia Dini

Para ahli beranggapan bahwa manusia mengalami masa keemasan (*the golden age*) yaitu pada saat masih berusia dini. Masa keemasan ini hanya datang sekali dan tidak dapat diulang lagi. Perkembangan pada masa anak usia dini ini berkembang sangat pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya.

Definisi anak usia dini menurut National Association for the Education of Young Children (NAEYC) adalah

Sosok individu yang sedang menjalani suatu proses perkembangan dengan pesat dan fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak usia dini berada pada rentang usia 0-8 tahun.⁵¹

NAEYC membagi anak usia dini menjadi 0-3 tahun, 3-5 tahun, dan 6-8 tahun. Menurut definisi ini anak usia dini merupakan kelompok manusia yang berada pada proses pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini mengisyaratkan bahwa anak usia dini adalah individu yang unik yang memiliki pola pertumbuhan dan perkembangan fisik, kognitif, sosio-emosional, kreativitas, bahasa dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tahapan yang sedang dilalui oleh anak tersebut.⁵² Sedangkan rentang usia pada anak usia dini berdasarkan UU nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun (0-6 tahun).

⁵¹ KB 1 Hakikat Anak Usia Dini.pdf, hlm 1 (diakses pada tanggal 08 Maret 2019 pukul 9.29 WIB)

⁵² Dadan Suryana, Hakikat Anak Usia Dini, (PAUD4107-M1.pdf) hlm 1.6 (diakses pada tanggal 08 Maret 2019 pukul 9.28 WIB)

Erickson mengemukakan bahwa masa kanak-kanak merupakan gambaran manusia sebagai manusia. Perilaku yang berkelainan pada masa dewasa dapat dideteksi pada masa kanak-kanak.⁵³ Begitu pentingnya masa anak usia dini, sampai-sampai Sigmund Freud berpendapat bahwa “*Child is father of man*” (anak adalah ayah dari manusia), artinya masa kanak-kanak sangat berpengaruh terhadap perkembangan kepribadian masa dewasa seseorang.

2. Karakteristik Emosional Anak Usia Dini

Anak usia dini memiliki karakteristik pertumbuhan dan perkembangan yang bersifat unik, dalam artian pertumbuhan dan perkembangan tersebut sesuai dengan tingkat perkembangan dan pertumbuhan sesuai dengan yang dilalui oleh masing-masing anak. Jadi, masing-masing anak tumbuh dan berkembang sesuai dengan karakteristiknya sendiri.

Anak usia dini juga memiliki karakteristik umum pada perkembangan kecerdasan emosionalnya. Karakteristik inilah yang membedakan antara reaksi emosi anak dengan orang dewasa. Adapun karakteristik emosional anak adalah sebagai berikut.⁵⁴

a. Reaksi Emosi yang Sangat Kuat

Anak akan memperlihatkan reaksi emosi yang sama kuatnya dalam menghadapi setiap peristiwa, baik yang sederhana sifatnya maupun

⁵³ Syamsu Yusuf L.N dan Nani M. Sugandhi, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT RajaGrafindo Persada, 2014) hlm 47

⁵⁴ Nugraha dan Rachmawati, *Metode Pengembangan*, hlm 2.2 – 2.3

berat. Dalam hal kekuatan, makin bertambahnya usia anak, dan semakin bertambah matangnya emosi anak maka anak akan semakin terampil dalam memilah dan memilih kadar keterlibatan emosionalnya.

b. Reaksi Emosi bersifat Spontanitas

Kerap kali anak terlihat menangis tanpa sebab yang jelas. Anak melakukan hal tersebut dikarenakan ia memang menginginkannya sekalipun tidak ada pencetusnya. Semakin emosi anak berkembang menuju kematangannya semakin anak mampu mengontrol diri dan memperlihatkan reaksi emosi yang diterima lingkungan.

c. Reaksi Emosi Mudah Berubah

Seorang anak menangis lalu dapat langsung berhenti ketika ibunya mengalihkan perhatiannya pada benda-benda yang disukainya dan melupakan kejadian yang baru saja membuatnya menangis. Reaksi emosi anak mudah teralihkan dan mudah berganti dari satu kondisi ke kondisi yang lain.

d. Reaksi Emosi Bersifat Individual

Reaksi emosi bersifat individual ini maksudnya adalah meskipun peristiwa pencetus emosi adalah sama, tapi reaksi anak satu dengan yang anak lain akan berbeda dalam menyikapinya.

e. Emosi Anak Dapat Dikenali melalui Gejala Tingkah Laku yang Ditampilkan

Semua anak pada dasarnya lebih mudah mengekspresikan emosinya melalui sikap dan perilaku dibandingkan mengungkapkannya secara verbal.

Sementara itu, Hurlock mengemukakan beberapa pola perilaku anak dalam situasi sosialnya yang masih tergolong dalam perkembangan kecerdasan emosional anak. Adapun pola perilaku tersebut adalah sebagai berikut.⁵⁵

a. Kerja Sama

Anak belajar bermain atau bekerja sama hingga usia mereka empat tahun. Semakin banyak kesempatan yang mereka miliki untuk melatih keterampilan ini, semakin cepat mereka belajar dan menerapkannya secara nyata dalam kehidupannya.

b. Persaingan

Persaingan ini dapat mengakibatkan perilaku baik atau buruk pada anak. Jika anak melakukannya karena merasa terdorong untuk melakukan sesuatu sebaik mungkin, maka hal ini dapat berakibat baik pada prestasi dan pengolahan motivasinya. Namun, jika persaingan dianggap sebagai pertengkaran dan kesombongan maka hal ini dapat mengakibatkan timbulnya sosialisasi yang buruk.

⁵⁵ Ibid, hlm 2.16 – 2.18

c. Kemurahan Hati

Kemurahan hati merupakan perilaku kesediaan untuk berbagi dengan anak lain. Jika hal ini meningkat maka perilaku mementingkan diri sendiri akan berkurang. Perilaku kemurahan hati sangat disukai oleh lingkungan sehingga menghasilkan penerimaan sosial yang baik.

d. Hasrat Akan Penerimaan Sosial

Jika anak memiliki hasrat yang kuat akan penerimaan sosial, hal ini akan mendorong anak untuk melakukan penyesuaian sosial secara baik.

e. Simpati

Seorang anak belum mampu melakukan simpati sehingga mereka pernah mengalami situasi yang mirip dengan duka cita. Mereka mengekspresikan simpati dengan berusaha menolong atau menghibur seseorang yang sedang bersedih.

f. Empati

Empati merupakan kemampuan untuk meletakkan diri sendiri dalam posisi orang lain serta menghayati pengalaman orang tersebut. Hal ini hanya akan berkembang jika anak telah dapat memahami ekspresi wajah orang lain atau maksud pembicaraan orang lain.

g. Ketergantungan

Kebutuhan anak akan bantuan, perhatian, dan dukungan orang lain membuat anak memperhatikan cara-cara berperilaku yang dapat

diterima lingkungannya. Namun, berbeda dengan anak yang bebas, ia cenderung mengabaikan hal ini.

h. Sikap Ramah

Seorang anak memperlihatkan sikap ramah dengan cara melakukan sesuatu bersama orang lain, membantu teman, dan menunjukkan kasih sayang.

i. Meniru

Anak-anak merupakan peniru yang ulung. Mereka meniru perilaku orang-orang sekitarnya. Dengan meniru, anak-anak mendapatkan respon penerimaan kelompok terhadap diri mereka.

j. Perilaku Kelekatan

Berdasarkan pengalamannya pada masa bayi, ketika anak merasakan kelekatan yang hangat dan penuh cinta kasih bersama ibunya, anak mengembangkan sikap ini untuk membina persahabatan dengan anak lain.

3. Perkembangan Emosi pada Anak Usia Dini

Proses perkembangan yang pesat terjadi pada masa anak usia dini, baik perkembangan nilai moral dan agama, fisik motorik, kognitif, sosial emosional, bahasa, dan seni. Adapun tingkat pencapaian perkembangan kecerdasan emosional pada anak usia dini adalah sebagai berikut.⁵⁶

⁵⁶ *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*, (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2015) hlm 40 - 63

Tabel 2.2
Tingkat Pencapaian Perkembangan
Kecerdasan Emosional Anak Usia Dini

Usia Anak	Tingkat Pencapaian
0 – 3 bulan	<ul style="list-style-type: none"> a. Menatap dan tersenyum b. Menangis untuk mengekspresikan ketidaknyamanan (misal, BAK, BAB, lingkungan panas)
3 - 6 bulan	<ul style="list-style-type: none"> a. Merespon dengan gerakan tangan dan kaki b. Menangis apabila tidak mendapatkan yang diinginkan c. Merespon dengan menangis / menggerakkan tubuh pada orang yang belum dikenal
6 – 9 bulan	<ul style="list-style-type: none"> a. Menempelkan kepala bila merasa nyaman dalam pelukan (gendongan) atau meronta kalau merasa tidak nyaman
9 – 12 bulan	<ul style="list-style-type: none"> a. Menyatakan keinginan dengan berbagai gerakan tubuh dan ungkapan kata-kata sederhana b. Meniru cara menyatakan perasaan (misal, memeluk, mencium)
12 – 18 bulan	<ul style="list-style-type: none"> a. Menunjukkan reaksi marah apabila merasa terganggu, seperti permainannya diambil b. Menunjukkan reaksi yang berbeda terhadap orang yang baru dikenal c. Bermain bersama teman tetapi sibuk dengan mainannya sendiri d. Memperhatikan / mengamati teman-temannya yang beraktivitas
18 – 24 bulan	<ul style="list-style-type: none"> a. Mengekspresikan berbagai reaksi emosi (senang, marah, takut, kecewa) b. Menunjukkan reaksi menerima atau menolak kehadiran orang lain c. Bermain bersama teman dengan mainan yang sama d. Meniru perilaku orang dewasa yang pernah dilihatnya e. Makan dan minum sendiri
2 – 3 tahun	<ul style="list-style-type: none"> a. Memberi salam setiap mau pergi b. Memberi reaksi percaya pada orang dewasa c. Menyatakan perasaan terhadap anak lain d. Berbagi peran dalam suatu permainan (misal, menjadi dokter, perawat, pasien)

	<ul style="list-style-type: none"> e. Mulai bisa mengungkapkan ketika ingin buang air kecil dan buang air besar f. Mulai memahami hak orang lain (harus antri, menunggu giliran) g. Mulai menunjukkan sikap berbagi, membantu dan bekerja sama h. Bermain secara kooperatif dalam kelompok i. Peduli dengan orang lain (tersenyum, menanggapi bicara) j. Membagi pengalaman yang benar dan salah pada orang lain k. Bermain bersama berdasarkan aturan tertentu
3 – 4 tahun	<ul style="list-style-type: none"> a. Mengikuti aktivitas dalam suatu kegiatan besar (misal: piknik) b. Meniru apa yang dilakukan orang dewasa c. Bereaksi terhadap hal-hal yang tidak benar (marah bila diganggu) d. Mengatakan perasaan secara verbal e. Mulai bisa melakukan buang air kecil tanpa bantuan f. Bersabar menunggu giliran g. Mulai menunjukkan sikap toleran sehingga dapat bekerja dalam kelompok h. Mulai menghargai orang lain i. Mulai menunjukkan ekspresi menyesal ketika melakukan kesalahan j. Membangun kerjasama k. Memahami adanya perbedaan perasaan (teman takut, saya tidak) l. Meminjam dan meminjamkan mainan
4 – 5 tahun	<ul style="list-style-type: none"> a. Menunjukkan sikap mandiri dalam memilih kegiatan b. Mengendalikan perasaan c. Menunjukkan rasa percaya diri d. Memahami peraturan dan disiplin e. Memiliki sikap gigih (tidak mudah menyerah) f. Bangga terhadap hasil karya sendiri g. Menjaga diri sendiri dan lingkungannya h. Mau berbagi, menolong, dan membantu teman i. Menunjukkan antusiasme dalam melakukan permainan kompetitif secara positif j. Menaati aturan yang berlaku dalam suatu permainan k. Menghargai orang lain l. Menunjukkan rasa empati

5 – 6 tahun	<ul style="list-style-type: none"> a. Memperlihatkan kemampuan diri untuk menyesuaikan dengan situasi b. Memperlihatkan kehati-hatian kepada orang yang belum dikenal (menumbuhkan kepercayaan pada orang dewasa yang tepat) c. Mengenal perasaan sendiri dan mengelolanya secara wajar d. Tahu akan haknya e. Menaati aturan kelas (kegiatan, aturan) f. Mengatur diri sendiri g. Bertanggung jawab atas perilaku untuk kebaikan diri sendiri h. Bermain dengan teman sebaya i. Mengetahui perasaan temannya dan merespon secara wajar j. Berbagi dengan orang lain k. Menghargai hak / pendapat / karya orang lain l. Menggunakan cara yang diterima secara sosial dalam menyelesaikan masalah m. Bersikap kooperatif dengan teman n. Menunjukkan sikap toleran o. Mengekspresikan emosi yang sesuai dengan kondisi yang ada (senang, sedih, antusias) p. Mengenal tata krama dan sopan santun sesuai dengan nilai dan budaya setempat
-------------	--

D. Pengaruh Murottal al-Qur'an terhadap Kecerdasan Emosional

Al-Qur'an memiliki kontribusi besar dalam kehidupan manusia. Salah satu kontribusi yang dapat dirasakan adalah mencerdaskan manusia dan membuatnya menjadi *insan kamil* yang cerdas secara intelektual, emosional, dan spiritual. Maka dari itu, penting bagi orangtua untuk memperkenalkan al-Qur'an pada sang buah hati supaya menjadi anak yang cerdas. Adapun cara untuk mengenalkan al-Qur'an pada anak bisa dilakukan sedari anak masih dalam kandungan. Jika telanjur tidak diperkenalkan sejak dalam kandungan, bisa diperkenalkan pada masa usia dini, yaitu 0-8 tahun.

Al-Qadi melalui penelitiannya membuktikan bahwa hanya dengan mendengarkan al-Qur'an, seorang Muslim, baik yang berbahasa Arab maupun bukan dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar. Penurunan depresi dan kesedihan serta memperoleh ketenangan jiwa. Dari hasil uji cobanya, ia berkesimpulan bahwa bacaan al-Qur'an berpengaruh besar hingga 97%.⁵⁷

Stimulasi berupa murottal al-Qur'an diyakini mampu menjadi *blue print* bagi proses pembentukan karakter, kecerdasan, dan potensi sifat-sifat kejiwaan, akhlak, atau budi pekerti yang *qur'ani*.⁵⁸ Stimulasi murottal al-Qur'an ini memiliki efek relaksasi yang lebih baik dibandingkan dengan terapi audio yang lainnya karena stimulasi murottal al-Qur'an dapat memunculkan gelombang alpha sebesar 63,11%.⁵⁹

Metode belajar menggunakan murottal al-Qur'an ini termasuk dalam metode belajar *Quantum Learning*, yaitu metode belajar yang secara tidak langsung menciptakan keadaan alfa ketika belajar.⁶⁰ Pemberian rekayasa lingkungan yang nyaman melalui murottal al-Qur'an ini mampu membuat otak berada dalam keadaan jernih, relaks, tetapi siaga.

Menurut Ustadz Rizem Aizid, membaca atau mendengarkan al-Qur'an dapat memberikan efek untuk meningkatkan kecerdasan otak dan daya ingat memiliki waktu khusus, yaitu setelah shalat magrib dan subuh. Menurut hasil penelitian, peningkatan tersebut dapat mencapai 80%. Hal ini karena kedua

⁵⁷ Anwar, *Sentuhan al-Qur'an*, hlm 39

⁵⁸ Ibid, hlm 53

⁵⁹ Wadiyah, *Pengaruh Murottal*, hlm 6

⁶⁰ Pasiak, *Revolusi IQ/EQ/SQ*, hlm 177

waktu itu adalah waktu pergantian dari siang ke malam atau sebaliknya.⁶¹ Namun, meskipun begitu yang lebih penting adalah melakukannya dengan intens, terus menerus, dan istiqomah tentu akan memberikan efek yang nyata terhadap kecerdasan otak.

E. Penelitian Terdahulu

Persamaan dan perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 2.3
Penelitian Terdahulu

No	Judul Penelitian Terdahulu	Metode Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Rizki Wadiah. 2018. <i>Pengaruh Murottal al-Qur'an terhadap Emosi</i>	Kuantitatif - Quasi Eksperimen – <i>Interrupted Time Series Design</i>	Variabel dependent dan independet sama yakni menggunakan murottal untuk mengukur emosi, sama-sama menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan Quasi Eksperimen.	Meskipun variabel dependent-nya sama, tapi pengukurannya berbeda. Pada penelitian ini mengukur emosi dengan menggunakan aspek-aspek kecerdasan emosional, sedangkan pada penelitian Rizki Wadiah emosi diukur berdasarkan jenis-jenis emosi (emosi positif-emosi negatif). Selain itu desain penelitian ini menggunakan

⁶¹ Aizid, *Tartil al-Qur'an*, hlm 85

				<p>desain <i>Nonequivalen Control Group Design</i>, sedangkan penelitian Rizki Wadiah menggunakan <i>Interrupted Time Series Design</i> tanpa adanya kelas kontrol. Subjek penelitiannya juga berbeda, pada penelitian Rizki Wadiah menggunakan siswa kelas V SD, sedangkan pada penelitian ini subjek penelitiannya adalah anak TK-A.</p>
2	<p>Yenny Apriyani. 2015. <i>Pengaruh Terapi Murottal terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas V SD Muhammadiyah 2 Pontianak</i></p>	<p>Kuantitatif – Quasi Eksperimen – <i>One Group Pretest Post Test Design</i></p>	<p>Menggunakan variabel independen yang sama yaitu murottal, sama-sama menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan Quasi Eksperimen.</p>	<p>Variabel dependent-nya berbeda yaitu terhadap konsentrasi siswa, sedangkan pada penelitian ini menggunakan variabel dependent yaitu terhadap kecerdasan emosional. Subjek penelitian Yenny Apriyani menggunakan siswa kelas V SD, sedangkan pada penelitian</p>

				ini menggunakan anak TK-A.
3	Eva Dwi Mayrani dan Elis Hartati. 2013. <i>Intervensi Audio dengan Murottal Surah ar-Rahman terhadap Perilaku Anak Autis</i>	Kuantitatif - Pra-eksperimental – <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	Menggunakan variabel independen yang sama yaitu murottal, sama-sama menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen.	Penelitian Mayran dan Hartati ini menggunakan variabel dependen yaitu perilaku anak autis secara umum, sedangkan pada penelitian ini menggunakan kecerdasan emosional anak. Melalui variabel dependen ini dapat diketahui pula bahwa subjek penelitiannya pun berbeda. Pada penelitian Mayrani dan Hartati menggunakan subjek penelitian anak autis (yang tergolong anak berkebutuhan khusus) dengan usia 6-12 tahun, sedangkan penelitian ini menggunakan anak yang tidak tergolong berkebutuhan khusus dengan rentang usia mulai dari 4-5 tahun. Desain penelitian Mayrani dan Hartati ini

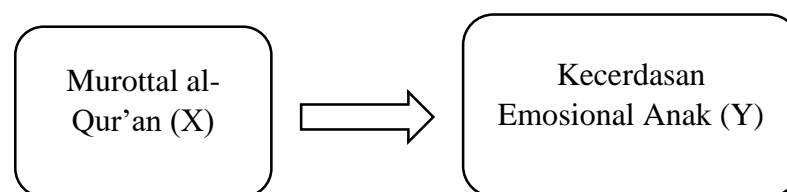
				menggunakan pra eksperimental, sedangkan pada penelitian ini menggunakan quasi eksperimental.
4	Fithroh Roshinah, Laila Nursaliha, dan Saiful Amri. <i>Pengaruh Terapi Murottal terhadap Tingkat Hiperaktif Impulsif pada Anak Attention Deficit Hyperactif Disorder (ADHD)</i>	Eksperimen subjek tunggal (<i>Single Subject Research / SSR</i>)	Menggunakan variabel independen yang sama yaitu murottal, sama-sama menggunakan penelitian kuantitatif.	Penelitian Roshinah, Nusaliha dan Amri ini menggunakan variabel dependen yaitu Tingkat Hiperaktif Impulsif, sedangkan pada penelitian ini menggunakan Kecerdasan Emosional. Melalui variabel dependen ini dapat diketahui pula bahwa subjek penelitiannya pun berbeda. Pada penelitian Roshinah, Nusaliha dan Amri ini menggunakan subjek anak pengidap ADHD yang tergolong sebagai anak berkebutuhan khusus, sedangkan pada penelitian ini menggunakan anak yang tidak tergolong pada

				anak berkebutuhan khusus.
--	--	--	--	---------------------------------

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dipaparkan pada tabel di atas dapat diketahui bahwa ada persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian terdahulu. Salah satunya terdapat penelitian terdahulu yang juga meneliti tentang pengaruh murottal al-Qur'an terhadap emosi. Ada pula penelitian terdahulu yang juga meneliti pengaruh al-Qur'an terhadap variabel terikat yang berbeda. Dengan adanya penelitian terdahulu, maka penelitian ini mampu memperkuat penelitian terdahulu, meskipun dilakukan melalui analisis data yang berbeda.

F. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual adalah kerangka atau konsep pola pikir yang menunjukkan permasalahan yang akan diteliti sekaligus mencerminkan jenis dan jumlah rumusan masalah yang perlu dijawab melalui penelitian.



Penjelasan mengenai kerangka konseptual tersebut adalah ada beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kecerdasan emosional, salah satunya dengan mendengarkan murottal al-Qur'an. Murottal al-Qur'an (variabel X) yang diperdengarkan pada anak akan memengaruhi kecerdasan emosional anak

(variabel Y). Jadi, kedua variabel tersebut sangat berhubungan antara satu dengan yang lain.