

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kegiatan Menghafal Al-Qur'an

Al-Qur'an adalah firman Allah yang bermu'jizat yang diturunkan kepada nabi Muhammad sesuai dengan redaksinya melalui malaikat Jibril, secara berangsur-angsur, yang ditulis dalam mushaf-mushaf, yang diriwayatkan secara mutawatir dan bernilai ibadah bagi yang membacanya, yang dimulai dari surah Al-Fatihah dan diakhiri dengan surah An-Nas.²⁶

Al-Qur'an adalah bacaan yang mulia, kitab yang terpelihara (*Luh Mahfudz*) tidak ada yang menyentuhnya kecuali orang yang disucikan.²⁷ Tidak ada satu bacaan pun, selain Al-Qur'an, yang dipelajari redaksinya, bukan hanya dari segi penetapan kata demi kata dalam susunannya serta pemeliharaan kata tersebut, tetapi mencakup arti kandungannya yang tersurat dan tersirat sampai kepada kesan-kesan yang ditimbulkannya.²⁸

Al-Qur'an diturunkan oleh Allah SWT melalui Nabi Muhammad SAW yang "ummi" (buta huruf). Ia dilahirkan di Jazirah Arab, dan hidup di tengah-tengah kaum yang terbelakang peradabannya. Al-Qur'an diturunkan selama 22 tahun 2 bulan dan 22 hari.²⁹

Fungsi utama Al-Qur'an adalah sebagai hidayah (petunjuk) bagi manusia dalam mengelola hidupnya di dunia secara baik, dan merupakan rahmat untuk

²⁶ Nur Efendi dan Muhammad Fathurrohman, *Studi Al-Qur'an: Memahami Wahyu Allah secara Lebih Integral dan Komprehensif*, (Yogyakarta: Teras, 2014), hal. 40

²⁷ Mana'ul Quthan, *Pembahasan Ilmu Al-Qur'an I*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1993), hal. 9

²⁸ M. Quraish Shihab, *Lentera Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Mizan, 2013), hal. 21

²⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual*, (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), hal. 189

alam semesta, di samping pembeda antara yang hak dan yang batil, juga sebagai penjelas dengan sesuatu, akhlak, moralitas, dan etika-etika yang patut dipraktikkan manusia dalam kehidupan mereka. Penerapan semua ajaran Allah itu akan membawa dampak positif bagi manusia sendiri.³⁰

1. Definisi *hifdhul* (menghafal) Al-Qur'an

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia disebutkan bahwa menghafal berasal dari kata hafal yang artinya telah masuk di ingatan, dapat mengucapkan diluar kepala (tanpa melihat buku atau catatan lain). Sedangkan menghafal artinya berusaha meresapkan ke pikiran agar selalu ingat.³¹

Hifdh merupakan bentuk mashdar dari kata *hafidho-yahfadhu* yang berarti menghafal. Sedangkan penggabungan dengan kata Al-Qur'an merupakan bentuk *idhofah* yang berarti menghafalkannya. Dalam tataran praktisnya, yaitu membaca dengan lisan sehingga menimbulkan ingatan dalam pikiran dan meresap masuk dalam hati untuk diamalkan dalam kehidupan sehari-hari. Arti menghafal dalam kenyataannya yaitu membaca berulang-ulang sehingga hafal dari satu ayat ke ayat berikutnya, dari surat ke surat lainnya dan begitu seterusnya hingga genap 30 juz.³²

Menurut Farid Wadji, *tahfiz* al-Qur'an dapat didefinisikan sebagai proses menghafal al-Qur'an dalam ingatan sehingga dapat dilafadzkan/diucapkan di luar kepala secara benar dengan cara-cara tertentu secara terus menerus. Orang yang menghafalnya disebut *al-hafiz*, dan bentuk pluralnya adalah *al-huffaz*. Definisi tersebut mengandung dua hal pokok, yaitu: pertama, seorang

³⁰ Rif'at Syauqi Nawawi, *Kepribadian Qur'ani*, (Jakarta: Amzah, 2011), hal. 240

³¹ Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, hal. 381

³² Zaki Zamani dan M. Syukron Maksum, *Metode Cepat Menghafal Al-Qur'an*, ..., hal. 20-21

yang menghafal dan kemudian mampu melafadzkannya dengan benar sesuai hukum tajwid harus sesuai dengan mushaf al-Qur'an. Kedua, seorang penghafal senantiasa menjaga hafalannya secara terus menerus dari lupa, karena hafalan al-Qur'an itu sangat cepat hilangnya. Dengan demikian, orang yang telah hafal sekian juz al-Qur'an dan kemudian tidak menjaganya secara terus menerus, maka tidak disebut sebagai hafidz al-Qur'an, karena tidak menjaganya secara terus menerus. Begitu pula jika ia hafal beberapa juz atau beberapa ayat al-Qur'an, maka tidak termasuk hafidz al-Qur'an.³³

Kegiatan dalam KBBI diartikan aktivitas, usaha, pekerjaan, kekuatan dan ketangkasan (dalam berusaha).³⁴ Kegiatan menghafal Al-Qur'an yaitu membaca berulang-ulang sehingga hafal dari satu ayat ke ayat berikutnya, dari surat ke surat lainnya dan begitu seterusnya hingga genap 30 Juz.³⁵

2. Keutamaan para penghafal Al-Qur'an

- a. Mendapat karunia kenabian, meskipun tidak mendapat wahyu
- b. Menjadi "keluarga" Allah SWT. di bumi
- c. Menjadi orang yang berilmu
- d. Mempunyai derajat yang tinggi di surge
- e. Tidak rugi dalam perdagangan
- f. Bersama para malaikat yang mulia dan taat
- g. Mendapat syafaat Al-Qur'an

³³ Nurul Hidayah, "Strategi Pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an Di Lembaga Pendidikan", jurnal TA'ALLUM, Vol. 04, No. 01, Juni 2016, hal. 66

³⁴ KBBI online kbbi.kemdikbud.go.id/entri/Kegiatan diakses pada tanggal 20 Juni 2021 pukul : 10.56

³⁵ Zaki Zamani dan M. Syukron Maksum, *Metode Cepat...*, hal. 21

- h. Orang tua memperoleh pahala dari anak yang menghafal Al-Qur'an
- i. Mendapat mahkota kehormatan³⁶

3. Faktor-Faktor Pendukung Menghafal Al-Qur'an

Terdapat beberapa faktor pendukung tercapainya tujuan menghafal Al-Qur'an, antara lain:³⁷

a. Usia yang ideal

Tidak ada batasan usia tertentu secara mutlak untuk menghafal Al-Qur'an, tetapi tidak dapat dipungkiri bahwa tingkat usia seseorang memang berhubungan dengan keberhasilan menghafal Al-Qur'an.

b. Manajemen waktu

Diantara penghafal Al-Qur'an ada yang memproses menghafal Al-Qur'an secara spesifik (khusus), yakni tidak ada kesibukan lain kecuali menghafal Al-Qur'an saja. Ada pula yang menghafal disamping juga melakukan kegiatan-kegiatan lain. Kondisi seperti inilah para penghafal Al-Qur'an dituntut untuk pandai memanajemen waktu antara menghafal Al-Qur'an dan kegiatan lainnya.

Adapun waktu-waktu yang dianggap sesuai dan baik untuk menghafal dapat diklasifikasikan sebagai berikut: waktu sebelum terbit fajar, setelah fajar sampai terbit matahari, setelah bangun dari tidur siang, setelah shalat dan waktu diantara maghrib dan isya'.

c. Tempat menghafal

³⁶ Tri Maya Yulianingsih dan M. Yusuf Abdurrahman, *Bocah Ajaib Pengislam Ribuan Orang*, (Jogjakarta: Sabil, 2013), hal. 31-37

³⁷ Ahsin Wijaya Al-Hafidz, *Bimbingan Praktis Menghafal Al-Qur'an*, (Jakarta: Amzah, 2008), hal. 56-62

Situasi dan kondisi suatu tempat ikut mendukung dalam proses menghafal Al-Qur'an. Suasana yang bising, kondisi lingkungan yang tak sedap dipandang mata, penerangan yang tidak sempurna dan polusi udara yang tidak nyaman akan menjadi kendala berat dengan terciptanya konsentrasi. Oleh karena itu, dalam proses menghafal di antara penghafal ada yang cenderung mencari tempat yang luas seperti masjid atau tempat yang lain yang dianggap nyaman untuk proses menghafal.

4. Metode Dalam Menghafal Al-Qur'an

Sa'adullah menjelaskan beberapa metode yang biasanya digunakan oleh penghafal Al-Qur'an, antara lain: ³⁸

- a. *Bin-Nazhar*, yaitu membaca dengan cermat ayat-ayat Al-Qur'an yang akan dihafalkan dengan melihat mushaf secara berulang-ulang.
- b. *Tahfizh*, yaitu melafalkan sedikit demi sedikit ayat-ayat Al-Qur'an yang telah dibaca berulang-ulang pada saat bin-nazhar hingga sempurna dan tidak terdapat kesalahan. Hafalan selanjutnya dirangkai ayat demi ayat hingga hafal.
- c. *Talaqqi*, menyetorkan atau memperdengarkan hafalan kepada seorang guru atau instruktur yang telah ditentukan.
- d. Takrir, yaitu muroja'ah atau melakukan sima'an dengan ayat yang telah dihafal kepada seorang guru atau orang lain. Takrir ini bertujuan untuk mempertahankan hafalan yang telah dikuasai.

³⁸ Lisy Chairani dan Subandi, *Psikologi santri Penghafal Al-Qur'an Peranan Regulasi Diri*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hal. 41-42

- e. Tasmi', yaitu memperdengarkan hafalan kepada orang lain baik kepada perseorangan ataupun jama'ah

Metode-metode ini merupakan suatu rangkaian tahapan yang biasanya dilakukan para penghafal Al-Qur'an, akan tetapi pelaksanaannya bisa jadi dilakukan tidak dalam suatu rangkaian utuh. Misalnya, hanya menggunakan tahfizh dan takrir saja tergantung pada gaya menghafal masing-masing individu.

5. Kaidah-kaidah menghafal Al-Qur'an

Terdapat beberapa kaidah penting yang dapat membantu dalam proses penghafalan Al-Qur'an, yaitu:

- a. Kaidah pertama : tekad yang kuat

Menghafal Al-Qur'an merupakan tugas yang sangat agung dan besar. Tidak ada yang sanggup melakukan kecuali orang yang memiliki semangat dan tekad yang kuat serta keinginan yang membaja. Orang yang memiliki tekad yang kuat senantiasa antusias dan berobsesi merealisasikan apa yang telah ia niatkan dan menyegerakannya sekuat tenaga.

- b. Kaidah kedua : lancar membaca Al-Qur'an

Sebelum menghafal Al-Qur'an, sangat dianjurkan untuk lancar dalam membacanya dulu. Sebab, kelancaran saat membacanya niscaya akan cepat dalam menghafalkan Al-Qur'an. Orang yang sudah lancar membaca Al-Qur'an pasti sudah mengenal dan tidak asing lagi dengan

keberadaan ayat-ayat Al-Qur'an, sehingga tidak membutuhkan pengenalan ayat dan tidak membaca terlalu lama sebelum dihafal.³⁹

c. Kaidah ketiga : berguru kepada yang ahli

Seseorang yang menghafal Al-Qur'an harus berguru kepada ahlinya, yaitu guru tersebut harus seorang yang hafal Al-Qur'an, serta orang yang sudah mantab dalam segi agama dan pengetahuannya tentang Al-Qur'an, seperti *ulumul Qur'an*, *ashbab an-nuzul*-nya, tafsir, ilmu tajwid, dan lain-lain. Barang siapa ingin menghafal Al-Qur'an maka ia harus mempelajarinya dari guru yang menguasainya dengan baik, tidak cukup hanya bersandar kepada dirinya sendiri.⁴⁰

d. Kaidah keempat : memperkuat hafalan yang telah dilakukan sebelum pindah pada halaman lain.

Seseorang yang mulai menghafal Al-Qur'an tidak sepatasnya berpindah pada hafalan baru sebelum memperkuat hafalan yang telah dilakukan sebelumnya secara sempurna. Salah satu hal yang dapat membantu memecahkan masalah ini adalah mengulang hafalan tersebut di setiap ada waktu longgar.

e. Kaidah kelima : memakai satu mushaf yang digunakan untuk menghafal.

Penjelasannya bahwa manusia menghafal dengan melihat sama halnya dengan mendengar. Posisi-posisi ayat dalam mushaf akan tergambar dalam benak penghafal, sebab seringnya membaca dan melihat pada mushaf. Berpegang pada satu mushaf adalah yang paling

³⁹Wiwi Alawiyah Wahid, *Panduan Menghafal ...*, hal. 5

⁴⁰Ahmad Salim Badwilan, *Panduan Cepat menghafal Al-Qur'an...*, hal. 51.

baik, karena jika menggunakan mushaf yang berganti-ganti aka menyebabkan kekacauan pikiran.⁴¹

- f. Kaidah keenam : mengikat awal surat dengan akhir surat

Setelah melakukan penghafalan secara utuh, yang paling baik bagi seorang penghafal adalah jangan beralih dulu kepada surat lain kecuali jika telah dilakukan pengikatan (pengaitan) antara awal surat yang dihafal dengan akhir surat. Dengan demikian, penghafalan setiap surat membentuk satu kesatuan yang terhubung dan kuat, yang tidak terpisah.

- g. Kaidah ketujuh : mengikat hafalan dengan mengulang dan mengkajinya bersama-sama.

Rasulullah SAW bersabda, “Perumpamaan seorang yang mrnghafal Al-Qur’an seperti pemilik unta yang diikat. Jika ia menjaganya, berarti ia menahannya, dan jika ia melepaskannya, maka unta itu akan pergi.” (HR. Bukhari).

6. Penyebab lupa atau hilangnya hafalan Al-Qur’an
- a. Tidak menjauhi perbuatan dosa
 - b. Bersikap sombong
 - c. Tidak istiqomahkecer
 - d. Tidak melaksanakan shalat hajat
 - e. Tidak mengulang hafalan secara rutin
 - f. Berlebihan dalam memandang dunia

⁴¹*Ibid.*, hal. 53

- g. Malas melakukan sema'an
- h. Terlalu berambisi menambah banyak hafalan baru⁴²

B. Kecerdasan Emosional (EQ)

Menurut Reuven Bar-On yang dikutip Steven J. Stein dan Howard E. Book kecerdasan emosional adalah serangkaian kemampuan, kompetensi dan kecakapan non-kognitif yang memHubungani kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Goleman yang dikutip Fauziah *Intelligence Quotien* memberikan kontribusi dengan kesuksesan hidup seseorang sebanyak 20% dan 80% ditentukan oleh faktor-faktor lain. Salah satu diantaranya adalah *emotional Intellegence* atau kecerdasan emosional. Kecerdasan ini meliputi kesadaran diri, kendali dorongan hati, ketekunan, semangat dan motivasi, empati dan ketahanan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar bebas stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa.⁴³

Dalam Al-Qur'an dijelaskan bahwa Allah telah mengajarkan kepada manusia untuk mengatur emosi dirinya dengan cara menahan diri dari hawa nafsu. Sebagaimana firman Allah dalam surat An-Naziat ayat 40-41 sebagai berikut :

﴿وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ ﴿٤٠﴾ فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَىٰ ﴿٤١﴾﴾

⁴² Wiwi Alawiyah Wahid, *Panduan Menghafal ...*, hal. 127-138

⁴³ Fauziah, *Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Semester Ii Bimbingan Konseling Uin Ar-Raniry*, Jurnal Ilmiah Edukasi Vol. 1, No. 1, Juni 2015, hal. 91

Artinya : “Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya. Maka sesungguhnya syurgalah tempat tinggal(nya). (QS. An-Naziat: 40-41)”⁴⁴

Berdasarkan ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa manusia membutuhkan kecerdasan emosional yang dapat mengendalikan diri, memotivasi diri, kesadaran diri untuk meninggalkan keinginan hawa nafsunya.

Hamzah B. Uno mengatakan kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa.⁴⁵

Sehingga dapat diambil kesimpulan kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali diri sendiri dan orang lain, kemampuan mengendalikan dan mengatur diri menempatkan motivasi dan empati dan mampu melakukan interaksi sosial pada situasi dan kondisi tertentu serta mampu beradaptasi dengan reaksi dan perilaku.

Menurut Saphiro, istilah kecerdasan emosi pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh dua orang ahli, yaitu Peter Salovey dan John Mayer untuk menerangkan jenis-jenis kualitas emosi yang dianggap penting untuk mencapai keberhasilan. Jenis-jenis kualitas emosi yang dimaksudkan antara lain:

- 1) Empati
- 2) Mengungkapkan dan memahami perasaan

⁴⁴ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*, (Bandung: Syamil Al-Qur'an, 2005), hal. 718

⁴⁵ Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran, ...*, hal. 68

- 3) Mengendalikan amarah
- 4) Kemampuan kemandirian
- 5) Kemampuan menyesuaikan diri
- 6) Diskusi
- 7) Kemampuan memecahkan masalah antar pribadi
- 8) Ketekunan
- 9) Kesetiakawanan
- 10) Keramahan
- 11) Sikap hormat⁴⁶

Kecerdasan emosional menurut Daniel Goleman memiliki lima ranah, yaitu:

- 1) Kewaspadaan diri (*self awareness*)

Yaitu kemampuan untuk melihat diri sendiri dan mengenai emosi diri ketika mulai mengalami emosi tersebut.

- 2) Pengolahan emosi (*managing emotions*)

Yaitu mengatur emosi sehingga sesuai dengan seharusnya membebaskan hal yang mengganggu yang terpendam di belakang perasaan, serta mengetahui cara untuk menghadapi ketakutan.

- 3) Memotivasi diri (*motivating oneself*)

Yaitu menyalurkan emosi untuk tujuan tertentu yang konstruktif.

- 4) Memahami orang lain (*emphathy*)

⁴⁶*Ibid.*, hal. 68-69

Yaitu peka dengan perasaan orang lain dan dapat melihat orang lain dari perspektif mereka masing-masing.

5) Mengatur hubungan dengan orang lain (*handling relationship*)

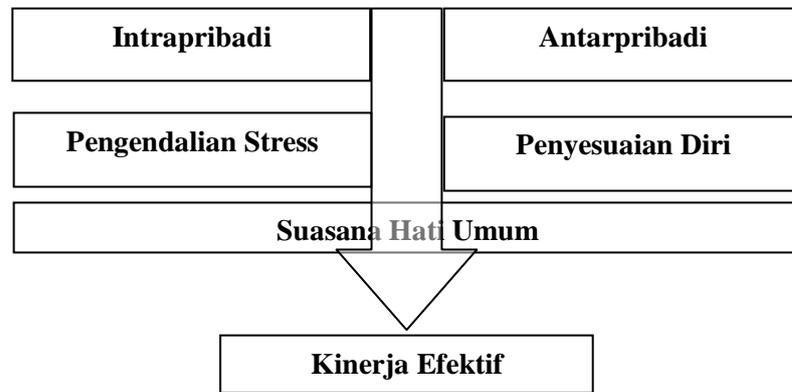
Yaitu dilakukan melalui keterampilan sosial dan kompetensi yang dimilikinya.⁴⁷

Sedangkan Reuven Bar-On membagi kecerdasan emosional menjadi lima ranah, yaitu:

- 1) Intrapersonal yaitu kemampuan untuk mengenal dan mengendalikan diri sendiri, memahami emosi diri dan mengungkapkan perasaan serta gagasan.
- 2) Interpersonal kemampuan menyadari dan memahami perasaan orang lain, peduli kepada oranglain secara umum dan menjalin hubungan sosial dengan baik,
- 3) Adaptasi atau penyesuaian diri merupakan kemampuan menguji perasaan diri, kemampuan mengukur situasi sesaat secara teliti dengan luwes mengubah perasaan dan pikiran diri lalu menggunakannya untuk memecahkan masalah.
- 4) Pengendalian stress yaitu kemampuan mengatasi stress dan mengendalikan luapan emosi.
- 5) Motivasi dan suasana hati merupakan kemampuan bersikap optimis, merasakan serta mengapresiasi kebahagiaan, menyukai diri sendiri dan orang lain serta bersemangat dalam melakukan setiap kegiatan.⁴⁸

⁴⁷ Retno Indayati, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik Dalam Perspektif Islam*, (Tulungagung: IAIN Tulungagung Press, 2014), hal. 67

Gambar 2.1
Model Kecerdasan Emosional Rauven Bar-On



Berdasarkan kutipan para ahli diatas maka penulis lebih mengacu dengan teori Rauven Bar-On dengan unsur-unsur dalam kecerdasan emosional yang dibagi menjadi lima ranah yang terdiri dari ranah intrapersonal, interpersonal, penyesuaian diri, pengendalian stress dan suasana hati umum. Dalam penelitian ini penulis meneliti tiga ranah yaitu: *Intrapersonal*, *interpersonal* dan penyesuaian diri.

1. Kecerdasan Intrapersonal

Menurut Amstrong yang dikutip Radjiman Ismail dan Nurfitri Sahidun kecerdasan intrapribadi (*Intrapersonal Intelligence*) dikategorikan sebagai kecerdasan dalam mengenal dan memahami diri sendiri, melakukan reaksi dengan situasi dan adanya sikap serta mampu mengintropeksi diri sendiri. *Self*

⁴⁸ Steven J. Stein dan Howard E. Book, terj. *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses...* hal. 39-41

*knowledge and the ability to act adaptively on the basis of the knowledge.*⁴⁹

Sedangkan menurut Prasetyo dan Andriyani kecerdasan intrapribadi adalah kapasitas untuk memahami dan menilai motivasi dan perasaan diri sendiri.⁵⁰

Kecerdasan intrapribadi (*Intrapersonal Intelligence*) yaitu kemampuan untuk memahami keinginan, minat hasrat dan harapan yang ada pada diri atau kemampuan memahami diri sendiri atau bertindak berdasarkan pemahaman tersebut. Beberapa individu yang memiliki kecerdasan semacam ini adalah ahli ilmu agama, ahli psikologi dan filsafat.

a. Aspek-aspek kecerdasan Intrapersonal

Untuk mengetahui lebih mendalam terkait dengan kecerdasan intrapersonal, menurut Alder yang dikutip Nurfadilah mahmud dan Rezki Amaliyah menyatakan bahwa ada tiga aspek utama yang dapat dijadikan patokan untuk mengukur kecerdasan intrapersonal yaitu:⁵¹

1) Mengenali diri sendiri

- a) Kesadaran diri emosional merupakan bagian dari bebas buta emosi, dan sebuah tanda keseimbangan dan kedewasaan.

⁴⁹ Radjiman Ismail dan Nurfitri Sahidun, *Peningkatan Kecerdasan Intrapersonal Dan Kecerdasan Interpersonal Melalui Metode Bermain Peran Di Kelompok B Paud Titian Kasih*,... hal. 15

⁵⁰ Thomas Amstrong, *Setiap Anak Cerdas: Panduan Membantu Anak Belajar dengan Memanfaatkan Multiple Intelligence-nya*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), hal. 80

⁵¹ Nurfadilah Mahmud dan Rezki Amaliyah AR, *Hubungan Kecerdasan Intrapersonal Dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa Ditinjau Dari Tingkat Akreditasi Sekolah Sma Negeri Di Kabupaten Polewali Mandar*, Jurnal Matematika dan Pembelajaran : Mapan Vol. 5, No. 2, Desember 2017, hal. 156 <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/Mapan/article/viewFile/3529/pdf> diakses 30 September 2020 pukul 09:38

- b) Sikap asertif, yaitu keterampilan emosional untuk secara bebas dan tepat mengungkapkan pikiran, perasaan, pendapat, dan keyakinan.
 - c) Harga diri, yaitu karakteristik kecerdasan emosi yang menunjukkan penilaian diri yang tinggi dan merupakan sumber penting bagi rasa percaya diri.
 - d) Kemandirian, yaitu sebuah sifat yang kita hubungkan dengan orang-orang yang suka memulai sebagai ciri dari kecerdasan emosi, kita dapat menggambarkan orang yang bebas atau tidak bergantung.
 - e) Aktualisasi diri, yaitu menganggap rendah dan membatasi diri sendiri.
- 2) Mengetahui apa yang diinginkan

Orang yang cerdas cenderung mengetahui apa yang mereka inginkan juga kemana tujuan hidup mereka. Mereka cenderung mendapatkan apa yang diinginkan dan mencapai tujuan mereka, dan kenyataannya mereka berhasil.

- 3) Mengetahui apa yang penting

Kita memiliki kecenderungan yang sama untuk menilai kembali diri kita. Tujuan yang di pertimbangkan dan nilai-nilai yang mendasarinya akan menemukan urutan kepentingan sendiri.

Sedangkan menurut Reuven Bar-On dalam Steven J. Stein dan Howard E. Book, ranah kecerdasan intrapersonal ini terdiri atas lima skala, yaitu:⁵²

- 1) Kesadaran diri, kemampuan untuk mengenali perasaan dan mengapa kita merasakannya dan Hubungan perilaku kita dengan orang lain.
- 2) Sikap asertif, kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan kita, membela diri dan mempertahankan pendapat.
- 3) Kemandirian, kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri, tidak bergantung pada orang lain.
- 4) Penghargaan diri, kemampuan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan kita, menyenangkan diri sendiri meskipun kita memiliki kelemahan.
- 5) Aktualisasi diri, kemampuan mewujudkan potensi yang kita miliki dan merasa senang atau puas dengan prestasi yang diraih di tempat kerja maupun dalam kehidupan pribadi.

Setelah aspek-aspek ini terpenuhi maka mudah menjadikan seseorang cerdas dalam intrapersonal.

b. Ciri-ciri kecerdasan intrapersonal

Berikut ini ciri-ciri anak yang mempunyai kecerdasan intrapersonal menurut Susanti , yaitu: ⁵³

⁵² Steven J. Stein dan Howard E. Book, terj. *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses...* hal.39-40

- 1) Memperllihatkan sikap independen kemampuan kuat.
- 2) Bekerja atau belajar dengan baik seorang diri.
- 3) Memiliki rasa percaya diri yang tinggi.
- 4) Banyak belajar dari kesalahan masa lalu.
- 5) Berpikir fokus dan terarah pada pencapaian tujuan.
- 6) Banyak terlibat dalam hobi atau proyek yang dikerjakan sendiri

Seseorang dengan ciri-ciri diatas, kecerdasan intrapersonal yang dominan juga memiliki kemampuan menemukan cara atau jalan keluar untuk mengekspresikan perasaan dan pemikiran secara tepat. Apabila memiliki masalah ia juga mampu memotivasi dirinya agar segera bangkit dan mendorong diri sendiri mencapai cita-citanya.

c. Pentingnya Kecerdasan Intrapersonal

Bagi setiap orang yang ingin memiliki kendali atas kehidupannya kecerdasan intrapersonal sangat penting. Dari sini lah kecerdasan ini kadang-kadang dikenal sebagai kecerdasan penguasaan diri. Menurut May Lwin, dkk menyebutkan ada 5 alasan mengapa cerdas diri penting bagi setiap orang, diantaranya:

- 1) Mengembangkan pemahaman yang kuat mengenai diri yang membimbingnya kepada kestabilan emosional. Orang-orang dengan

⁵³ Susanti, dkk, *Mencetak Anak Juara: Belajar Dari Pengalaman 50 Anak Juara*, (Yogyakarta: Kata Hati, 2001), hal. 23

pemahaman yang lemah dengan diri sendiri cenderung dengan mudah menjadi tidak stabil secara emosional di bawah tekanan atau penderitaan. Karena itu mereka tidak dapat mengatasi banyak tantangan hidup, memilih untuk menderita tekanan emosional dan menyerah dengan mudah.

- 2) Mengendalikan dan mengarahkan emosi. Orang yang memiliki kecerdasan intrapersonal yang tinggi memiliki pemahaman yang dalam mengenai perasaan mereka dan dapat mengarahkan emosi tersebut sedemikian rupa sehingga mereka dapat memberdayakannya untuk mencapai tindakan. Mereka tahu bagaimana memotivasi diri mereka dan mencapai perasaan nyaman yang memungkinkannya mengendalikan situasi yang buruk dan mengubahnya menjadi sebaliknya. Mereka adalah orang-orang yang tetap santai, tenang, dan tegar selama masa-masa krisis. Mereka dapat dengan cepat menguasai keadaan dan mengendalikannya.
- 3) Mengatur dan memotivasi diri. Motivasi dirumuskan sebagai suatu proses yang menentukan tingkatan kegiatan, intensitas, konsistensi, serta arah umum dari tingkah laku manusia.⁵⁴ Biasanya, apa yang membedakan orang-orang yang berhasil dengan orang lainnya adalah kemampuan mereka untuk memotivasi diri mereka dan orang lain untuk melakukan hal-hal yang harus dilakukan.

⁵⁴ Slameto, *Belajar dan Faktor-faktor yang MemHubungannya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), hal. 170

- 4) Bertanggung jawab atas kehidupan diri sendiri. Orang-orang dengan kecerdasan intrapersonal yang tinggi cenderung bertanggung jawab dan menjadi pemilik kehidupan mereka sendiri. Mereka merasa bertanggung jawab atas akibat dari apa yang mereka hasilkan. Ketika ada hal-hal yang tidak beres, mereka cepat mengambil tanggung jawab.
- 5) Mengembangkan harga diri yang tinggi yang merupakan dasar bagi keberhasilan. Seseorang memiliki harga diri yang tinggi maka dia akan tetap menetapkan tujuan yang tinggi dan berjuang untuk meraihnya. Orang-orang dengan harga diri rendah merasa mereka tidak pantas berhasil dan tidak pernah menetapkan target bagi diri mereka. Sebagai akibatnya, mereka menjalani kehidupan rata-rata.⁵⁵

Dengan kecerdasan intrapersonal, seseorang tidak mudah bergantung pada orang lain. Dengan kata lain, kecerdasan ini berhubungan dengan bagaimana seseorang merefleksi diri dan dapat berpikir kritis. Kecerdasan intrapersonal yang kuat mampu membawa anak menuju pada kesuksesan. Hal ini disadari karena kesuksesan seseorang tidak hanya diukur dari kemampuan akademik melainkan dari kemampuan seseorang dalam menempatkan diri dan bergaul dengan lingkungan sekitarnya.

2. Kecerdasan Interpersonal

Menurut Thomas Amstrong Kecerdasan antarpribadi (*Interpersonal Intelligence*) yaitu kemampuan untuk menjalin interaksi sosial dan memelihara

⁵⁵ May Lwin, dkk, *Cara Mengembangkan Berbagai Komponen Kecerdasan*, (Jakarta: Indeks, 2008), hal. 234-236

hubungan sosial tersebut. Dapat juga diartikan sebagai kemampuan mempersepsi dan membedakan suasana hati, maksud, motivasi, serta perasaan orang lain.⁵⁶

Orang yang mempunyai kecerdasan interpersonal ini akan dipandang sebagai seseorang yang menarik. Tutar kata, cara berpakaian maupun perilakunya baik. Dia sangat mudah untuk beradaptasi dan lebih suka untuk bekerja kelompok. Kecerdasan interpersonal menjadi sangat penting dalam kehidupan karena pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial yang tidak bisa berdiri sendiri tanpa melibatkan orang lain.

a. Dimensi Kecerdasan Interpersonal

Menurut Safaria yang dikutip Monawati kecerdasan interpersonal dibagi menjadi tiga dimensi. Ketiga dimensi ini satu kesatuan utuh dan mengisi satu sama lain, apabila ada satu dimensi yang tidak ada akan memHubungani dimensi yang lain.⁵⁷

- 1) *Social sensivity* atau sensitivitas sosial, yaitu kemampuan merasakan dan mengamati reaksi atau perubahan sosial orang lain yang ditunjukkannya baik secara verbal maupun non-verbal. Anak yang memiliki sensitivitas sosial yang tinggi akan mudah memahami dan menyadari adanya reaksi-reaksi tertentu dari orang lain, entah reaksi tersebut positif atau pun negatif.

⁵⁶ Thomas Amstrong, *Setiap Anak Cerdas: Panduan Membantu Anak Belajar dengan Memanfaatkan Multiple Intelligence-nya*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), hal. 20

⁵⁷ Monawati, *Hubungan Antara Kecerdasan Interpersonal Dengan Prestasi Belajar,...* hal. 25

- 2) *Social insight*, yaitu kemampuan memahami dan mencari pemecahan masalah yang efektif dalam suatu interaksi sosial, sehingga masalah-masalah tersebut tidak menghambat apalagi menghancurkan relasi sosial yang telah dibangun. Didalamnya juga berkembangnya kesadaran diri secara baik. Kesadaran diri yang berkembang ini akan membuat seseorang mampu memahami keadaan diri sendiri maupun orang lain.
- 3) *Social communication* atau penguasaan keterampilan komunikasi sosial merupakan kemampuan individu untuk menggunakan proses komunikasi dalam menjalin dan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Dimana komunikasi merupakan hal yang paling penting dalam kehidupan manusia dan untuk membantu seseorang dalam mengatasi permasalahan yang ada.

Hampir sama dengan Safaria menurut Reuven Bar-On dalam Steven J. Stein dan Howard E. Book, ranah kecerdasan interpersonal ini terdiri atas tiga skala, yaitu:

- 1) Empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan pikiran orang lain juga sudut pandang orang lain.
- 2) Tanggung jawab sosial adalah kemampuan kemampuan untuk menjadi anggota masyarakat yang dapat bekerja sama dan bermanfaat bagi kelompok masyarakat.

- 3) Hubungan antarpribadi mengacu pada kemampuan untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan yang saling menguntungkan.⁵⁸

b. Unsur-unsur Kecerdasan Interpersonal

Golmen mengemukakan unsur-unsur kecerdasan interpersonal yang dikutip Monawati sebagai berikut:

- 1) Kesadaran sosial, kesadaran ini yang menentukan bagaimana kita menangani suatu hubungan, hal ini meliputi:
 - a) Empati dasar, keesadaran dengan perasaan, kebutuhan, dan kepentingan orang lain.
 - b) Penyelarasan, menyesuaikan diri dengan keadaan atau situasi tertentu yang melibatkan orang atau hal lain diluar dirinya.
 - c) Ketepatan empatik, memahami pikiran, perasaan, dan maksud orang lain.
 - d) Kognisi sosial, pengetahuan yang berkaitan dengan bagaimana dunia sosial bekerja.⁵⁹

Dari penjelasan diatas seseorang yang memiliki kecerdasan interpersonal memiliki beberapa unsur yang khas. Jadi seseorang yang memiliki kecerdasan interpersonal yang tinggi dia mempunyai empati sosial yang tinggi, memiliki kecakapan sosial yang baik, mampu menjadi

⁵⁸ Steven J. Stein dan Howard E. Book, terj. *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses...* hal. 40

⁵⁹ Monawati, *Hubugan Antara Kecerdasan Interpersonal Dengan Prestasi Belajar...* hal. 25-26

pendengar bagi orang lain, dapat berbicara dengan baik serta mampu membaur dimanapun dia berada.

c. Karakteristik Kecerdasan Interpersonal

Menurut Safaria perkembangan dari kecerdasan Interpersonal ditentukan oleh kedekatan seorang individu dengan individu lain. Individu yang cerdas dalam interpersonalnya memiliki karakteristik tersendiri. Karakteristik anak yang memiliki kecerdasan interpersonal yang tinggi yaitu:

- 1) Mampu mengembangkan dan menciptakan relasi sosial baru secara efektif.
- 2) Mampu berempati dengan orang lain atau memahami orang lain secara total.
- 3) Mampu mempertahankan relasi sosialnya secara efektif, senantiasa berkembang semakin intim/ mendalam/penuh makna.
- 4) Mampu menyadari komunikasi verbal maupun non verbal, yang dimunculkan orang lain, atau dengan kata lain sensitif dengan perubahan situasi sosial dan tuntutan-tuntutannya. Sehingga anak mampu menyesuaikan dirinya secara efektif dalam segala macam situasi.
- 5) Mampu memecahkan masalah yang terjadi dalam relasi sosialnya dengan pendekatan *win-win solution*, serta yang paling penting adalah mencegah munculnya masalah dalam relasi sosialnya.

- 6) Memiliki keterampilan komunikasi yang mencakup keterampilan mendengarkan secara efektif, berbicara secara efektif dan menulis secara efektif.⁶⁰

Dari beberapa karakteristik kecerdasan interpersonal yang telah dikemukakan oleh beberapa ahli diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pada dasarnya anak-anak yang memiliki kecerdasan interpersonal dapat terlihat dari kemampuannya menjalin komunikasi, mempertahankan hubungan dengan orang lain serta mampu dalam menghadapiserita memahami orang dengan berbagai karakter dengan baik.

3. Penyesuaian Diri atau Adaptasi

Begitu banyak tokoh yang menjelaskan tentang pengertian dari istilah penyesuaian diri (*adjustment*). Sebagaimana yang telah diketahui bahwa penyesuaian diri adalah bagaimana seorang individu mampu untuk menghadapi berbagai sesuatu yang timbul dari lingkungan.

Menurut Schneiders penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Schneiders juga mengatakan bahwa orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah orang yang, dengan keterbatasan yang ada pada dirinya, belajar untuk bereaksi dengan dirinya dan lingkungan dengan cara yang matang, bermanfaat, maupun

⁶⁰ T. Safaria, *Interpersonal Intelligence : Metode Pengembangan Kecerdasan Interpersonal Anak*, (Yogyakarta: Amara Book, 2005)...hal. 25

kesulitan-kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengalami gangguan tingkah laku.⁶¹

Penyesuaian diri adalah suatu usaha manusia untuk mencapai keharmonisan pada diri dan lingkungan.⁶² Menurut Satmoko, penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang dengan diri sendiri, orang lain dan dunianya.⁶³

Kamus Sosiologi Antropologi menyebutkan adaptasi adalah suatu penyesuaian pribadi dengan lingkungan, penyesuaian ini dapat berarti mengubah diri pribadi sesuai dengan keadaan lingkungan, juga dapat berarti mengubah lingkungan sesuai dengan keinginan pribadi⁶⁴. Adaptasi ada yang bersifat pasif yang mana kegiatan pribadi di tentukan oleh lingkungan. Ada yang aktif yang mana pribadi memHubungani lingkungan.

Ghufron dan Rini mengemukakan berdasarkan pendapat para ahli, penyesuaian diri adalah kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan-tuntutan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan, sehingga terdapat keseimbangan antara pemenuhan kebutuhan dengan tuntutan lingkungan. Sehingga tercipta keselarasan antara individu dengan realitas.⁶⁵

Ada beberapa batasan pengertian dari adaptasi menurut Soerjono Soekanto⁶⁶, yakni :

- a. Proses mengatasi halangan-halangan dari lingkungan.

⁶¹ Hendra Agustiani, *Psikologi Perkembangan "Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja"*, (Bandung: Refika Aditama, 2006), hal. 146.

⁶² Siti Hartinah, *Pengembangan Peserta Didik*, Bandung: PT. Refika Aditama, 2008, Hal. 184

⁶³ Ghufron dan Rini, *Teori-Teori Psikologi*, Jogjakarta: Ar-Ruz Media, 2010, Hal. 50

⁶⁴ *Kamus Sosiologi Antropologi*, (Surabaya:Penerbit Indah, 2001)... hal. 10

⁶⁵ *Ibid*, hal. 52

⁶⁶ Soerjono Soekanto, *Sosiologi Suatu Pengantar*, Jakarta: Rajawali Press, 2009), hal. 34

- b. Penyesuaian dengan norma-norma.
- c. Proses perubahan untuk menyesuaikan dengan situasi yang berubah.
- d. Mengubah agar sesuai dengan kondisi yang diciptakan.
- e. Memanfaatkan sumber-sumber yang terbatas untuk kepentingan lingkungan dan sistem.
- f. Penyesuaian budaya dan aspek lainnya sebagai hasil seleksi alamiah.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang bertujuan mengubah perilaku individu yang mampu menggunakan mekanisme penyesuaian diri secara luwes, tergantung pada situasinya. Suatu proses dinamis untuk mencapai keseimbangan diri individu, kelompok, maupun unit sosial dengan norma-norma, proses perubahan atau kondisi yang diciptakan.

- a. Aspek-aspek adaptasi atau penyesuaian diri

Menurut Rauven Bar-On penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk bersikap lentur dan realistis, dan untuk memecahkan masalah yang muncul. Ranah dari adaptasi atau penyesuaian diri ini ada tiga, yaitu:⁶⁷

- 1) Uji realitas yaitu kemampuan melihat sesuatu sesuai dengan kenyataan, bukan seperti yang diharapkan atau yang ditakuti.
- 2) Sikap fleksibel kemampuan untuk menyesuaikan perasaan, pikiran dan tindakan dengan keadaan yang berubah-ubah.

⁶⁷ Steven J. Stein dan Howard E. Book, terj. *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses...* hal. 40

- 3) Pemecahan masalah merupakan kemampuan untuk mendefinisikan permasalahan kemudian bertindak untuk mencari dan menerapkan pemecahan yang tepat.

Menurut pendapat lain dalam Ahmad Isham Nadzir dan Nawang Warsi Wulandari aspek – aspek penyesuaian diri Menurut Runyon dan Haber menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang dilakukan individu memiliki lima aspek sebagai berikut:⁶⁸

- 1) Persepsi dengan realitas yaitu individu mengubah persepsinya tentang kenyataan hidup dan menginterpretasikannya, sehingga mampu menentukan tujuan yang realistis sesuai dengan kemampuannya serta mampu mengenali konsekuensi dan tindakannya agar menuntun pada perilaku yang sesuai.
- 2) Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan yaitu mempunyai kemampuan mengatasi stres dan kecemasan berarti individu mampu menerima kegagalan yang dialami.
- 3) Gambaran diri yang positif yaitu berkaitan dengan penilaian individu tentang dirinya sendiri. Individu mempunyai gambaran diri yang positif baik melalui penilaian pribadi maupun melalui orang lain, sehingga individu dapat merasakan kenyamanan psikologis.
- 4) Kemampuan mengekspresikan emosi dengan baik berarti individu memiliki ekspresi emosi dan kontrol emosi yang baik.

⁶⁸ Ahmad Isham Nadzir & Nawang Warsi Wulandari, *Hubungan Religiusitas Dengan Penyesuaian Diri Siswa Pondok Pesantren*, Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang Jurnal Psikologi Tabularasa Vol. 8, No.2, Agustus 2013: 698-707, hal. 702

- 5) Hubungan interpersonal yang baik yaitu berkaitan dengan hakekat individu sebagai makhluk sosial, yang sejak lahir tergantung pada orang lain. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu membentuk hubungan dengan cara berkualitas dan bermanfaat.

Penyesuaian diri yang baik adalah individu yang dapat memberi respon yang matang, bermanfaat, efisien dan memuaskan. Menurut teori Schneider dalam jurnal Junifa Clarabella, Penyesuaian diri yang baik dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu:⁶⁹

- 1) Kontrol dengan emosi yang berlebihan.

Aspek ini menekankan kepada adanya kontrol dan ketenangan emosi individu yang memungkinkannya mampu menghadapi masalah dengan pemecahan masalah yang cermat dan tepat.

- 2) Mekanisme pertahanan diri yang minimal.

Aspek ini lebih mengindikasikan respon yang normal dari pada penyelesaian masalah melalui serangkaian mekanisme pertahanan diri disertai tindakan nyata untuk mengubah suatu kondisi.

- 3) Frustrasi personal yang minimal.

Meminimalkan frustrasi yang bisa memunculkan perasaan tidak berdaya dan mengakibatkan individu mengalami kesulitan dalam

⁶⁹ Junifa Clarabella, *Hubungan Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Hardiness pada Remaja yang Mengalami Residential mobility di Keluarga Militer*, Jurnal Wacana Program studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Vol. 7, No.1 2015 ISSN : 2716-1625, hal. 99-100 <https://jurnalwacana.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/wacana/article/view/79/79> diakses pada 11 Februari 2021 pukul 22:56

mengorganisir kemampuan berpikir, perasaan, motivasi dan tingkah laku dalam menghadapi situasi yang menuntut penyelesaian.

4) Kemampuan untuk belajar.

Penyesuaian normal yang ditunjukkan individu merupakan proses belajar berkesinambungan dari perkembangan individu sebagai hasil dari kemampuannya mengatasi situasi konflik dan stres.

5) Belajar dari pengalaman masa lalu.

Seperti proses belajar, individu belajar bagaimana menghadapi konflik dan krisis berdasar pengalaman, baik pengalaman sendiri ataupun orang lain.

6) Sikap realistik dan objektif.

Sikap yang realistik dan objektif bersumber pada pemikiran yang rasional. Kemampuan menilai situasi, masalah dan keterbatasan individu sesuai dengan kenyataan sebenarnya.

7) Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri.

Individu memiliki kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan dengan masalah atau konflik serta kemampuan mengorganisasi pikiran.

Sedangkan menurut Enung Fatimah, aspek-aspek penyesuaian diri terdiri dari dua aspek yaitu:⁷⁰

- 1) Penyesuaian pribadi. Penyesuaian pribadi adalah seseorang untuk menerima diri demi tercapainya hubungan yang harmonis antara

⁷⁰ Enung Fathimah, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: Pustaka Setia, 2008), hal. 207-208

dirinya dan lingkungannya. Dan ia bisa memahami siapa dirinya yang sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangan yang ia miliki serta mampu bertindak objektif sesuai dengan kondisi dan potensi dirinya. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai oleh tidak adanya rasa benci, tidak ada keinginan untuk lari dari kenyataan, atau tidak percaya pada potensi dirinya.

- 2) Penyesuaian social. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan social di tempat individu itu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan sosial tersebut mencakup hubungan dengan keluarga, masyarakat, teman sebaya, atau masyarakat luas secara umum.

b. Karakteristik Penyesuaian Diri

Tidak semua individu berhasil dalam menyesuaikan diri dan banyak rintangannya, baik dari dalam maupun dari luar. Menurut Sunarto ada dua kategori penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri secara negatif, yaitu:⁷¹

- 1) Penyesuaian diri secara positif.

Mereka yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut:

- a) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional yaitu apabila ketika individu mampu menghadapi suatu masalah yang dihadapi

⁷¹ Sunarto dan Agung Hartono, *Perkembangan Peserta didik* (Jakarta: Rineka Cipta,2002), hal. 67

dengan tenang dan tidak menunjukkan ketegangan, misalnya tenang, ramah, senang, dan tidak mudah tersinggung.

- b) Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi yaitu individu tidak menunjukkan perasaan cemas dan tegang pada situasi tertentu atau situasi yang baru, misalnya percaya diri dan tidak mudah putus asa.
- c) Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri yaitu individu mampu menunjukkan atau memiliki pilihan yang tepat dan logis, individu mampu menempatkan dan memposisikan diri sesuai dengan norma yang berlaku, misalnya mempertimbangkan dahulu apa yang akan dilakukan dan berhati-hati dalam memutuskan sesuatu.
- d) Mampu dalam belajar yaitu individu dapat mengikuti pelajaran yang ada di sekolah dan dapat memahami apa yang diperoleh dari hasil belajar, misalnya senang dengan pelajaran dan berusaha menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.
- e) Menghargai pengalaman yaitu individu mampu belajar dari pengalaman sebelumnya, dan individu dapat selektif dalam bersikap apabila menerima pengalaman yang baik atau buruk, misalnya belajar dari pengalaman dan tidak melakukan kesalahan yang sama.
- f) Bersikap realistis dan objektif yaitu individu dapat bersikap sesuai dengan kenyataan yang ada di lingkungan sekitarnya, tidak

membeda-bedakan antara satu dengan yang lainnya, dan bertindak sesuai aturan yang berlaku.

2) Penyesuaian diri secara negatif

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang salah, yaitu:⁷²

a) Reaksi bertahan (*defence reaction*) Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Ia selalu berusaha menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan. Bentuk reaksi bertahan antara lain: Rasionalisasi, yaitu suatu usaha bertahan dengan mencari alasan yang masuk akal; Represi, yaitu suatu usaha menekan atau melupakan hal yang tidak menyenangkan; Proyeksi, yaitu suatu usaha memantulkan ke pihak lain dengan alasan yang tidak dapat diterima.

b) Reaksi menyerang (*aggressive reaction*) Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya, ia tidak mau menyadari kegagalannya. Reaksi yang muncul antara lain: Tidak Senang membantu orang lain; Menggertak dengan ucapan atau perbuatan menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka;

⁷² *Ibid*, hal. 68

Menunjukkan sikap merusak; Keras kepala; Balas dendam; Marah secara sadis.

c) Reaksi melarikan diri (*escape reaction*) Reaksi ini orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalannya. Reaksi yang muncul antara lain: Banyak tidur; Minum-minuman keras; Pecandu ganja dan narkoba; Regresi atau kembali pada tingkat perkembangan yang lain.

c. Faktor-faktor yang memHubungani adaptasi atau penyesuaian diri

Keberhasilan seseorang dalam melakukan penyesuaian diri diHubungani oleh beberapa faktor. Menurut Sunarto & Hartono yang dikutip oleh Leni Indriani penyesuaian diri diHubungani oleh lima faktor, yaitu:⁷³

1) Kondisi fisik

Seringkali kondisi fisik berHubungan kuat dengan proses penyesuaian diri. Kondisi fisaik ini bisa meliputi bentuk tubuh dan kesehatan.

2) Kepribadian

Unsur kepribadian yang penting Hubungannya dengan penyesuaian diri meliputi kemauan dan kemampuan untuk berubah,pengaturan diri dan realisasi.

⁷³ Leni Indriani, *Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Penyesuaian Diri Di Sekolah Pada Siswa Kelas Xi Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Yogyakarta,...* hal. 226

- 3) Edukasi atau pendidikan yang dapat memHubungani penyesuaian diri individu mencakup pengalaman, belajar, determinasi diri, dan konflik.
- 4) Kondisi lingkungan mencakup keluarga, masyarakat, dan sekolah.
- 5) Penentu kultural yang mencakup budaya dan agama.

Agama berkaitan erat dengan faktor budaya. Agama memberikan sumbangan nilai-nilai, keyakinan, praktik-praktik yang memberi makna sangat mendalam, tujuan, serta kestabilan dan keseimbangan hidup individu. Selain agama, budaya juga merupakan faktor yang sangat berHubungan dengan kehidupan individu. Hal ini terlihat dari adanya karakteristik budaya yang diwariskan kepada individu melalui berbagai media dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

C. Hubungan Kegiatan Menghafal Al-Qur'an dengan Kecerdasan Emosional

1. Hubungan kegiatan menghafal Al-Qur'an dengan kecerdasan intrapersonal

Kecerdasan intrapersonal dikategorikan sebagai kemampuan dalam mengintropeksi diri, mengenali dan memahami diri sendiri. Seseorang yang mempunyai kecerdasan intrapersonal yang baik akan mempunyai kapasitas memahami dan menilai motivasi juga perasaan diri sendiri sehingga dia

memahami keinginan, minat hasrat dan harapan yang ada pada diri atau bertindak berdasarkan pemahaman tersebut.

Keputusan para mahasiswa untuk menjadi santri *tahfidz* (atau sebaliknya, santri *tahfidz* yang menempuh pendidikan di Universitas) memunculkan tantangan tersendiri. Mereka dituntut untuk bisa membagi waktu antara jadwal kuliah dan kegiatan di pondok pesantren khususnya menghafal Al-Qur'an secara proposional. Sebagai santri penghafal Al-Qur'an harus mempunyai motivasi, harapan dan target dalam menyelesaikan hafalannya.

Pada titik ini para santri dituntut untuk memahami dirinya sendiri. Bagaimana mereka harus bersikap dan menyeimbangkan antara kepentingan pribadi (pengembangan diri), akademik dan juga menghafal Al-Qur'an. Pada titik ini juga santri dituntut untuk menemukan metode menghafal Al-Qur'an yang sesuai dengan minat dan kemampuannya, karena setiap santri pasti menginginkan hasil ideal antara akademik di kampus dan kuantitas, terlebih kualitas hafalan Al-Qur'an yang baik.

Kondisi seperti ini akan menumbuhkan sikap mandiri, disiplin, menghargai waktu serta tangguh dalam menghadapi segala tantangan proses menghafal Al-Qur'an. Misalnya kemandirian dan disiplin dalam mengatur sistem muroja'ah dan setoran tambahan hafalan. Sehingga mempunyai kesadaran yang timbul dari dalam dirinya sendiri untuk menyelesaikan hafalannya dalam jangka waktu yang telah ditetapkan.

Sehingga dari keterangan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara kegiatan menghafal Al-Qur'an dengan kecerdasan intrapersonal santri.

2. Hubungan kegiatan menghafal Al-Qur'an dengan kecerdasan interpersonal

Kecerdasan interpersonal merupakan kemampuan untuk menjalin interaksi sosial dan memelihara hubungan sosial tersebut. Juga bisa diartikan kemampuan memahami dan membedakan suasana hati, maksud serta perasaan orang lain. Seseorang yang mempunyai kecerdasan interpersonal ini dipandang sebagai seseorang yang menarik. T tutur kata, cara berpakaian maupun perilaku dan akhlakunya pun juga baik.

Seperti firman Allah dalam Q.S Al-Hujurat ayat 10 :

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

Artinya : “Orang-orang beriman itu sesungguhnya bersaudara. Sebab itu damaikanlah (perbaikilah hubungan) antara kedua saudaramu itu dan takutlah dengan Allah, supaya kamu mendapat rahmat.”⁷⁴

Ayat diatas menjelaskan bahwa sesungguhnya orang-orang yang beriman kepada Allah dan Rasul-Nya adalah bersaudara. Sebab iman yang ada telah menyatukan hati mereka. Maka damaikanlah (perbaiki hubungan) antara kedua saudara demi menjaga hubungan persaudaraan seiman.

⁷⁴ Departemen Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, hal. 521

Pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial sehingga kecerdasan interpersonal menjadi sangat penting dalam kehidupan. Dengan menghafal Al-Qur'an bisa meningkatkan kecerdasan interpersonal ini. Dalam interaksi sosial, misalnya dengan saling memotivasi dan menguatkan antar sesama penghafal Al-Qur'an. Saling mengevaluasi dan mencocokkan hafalan (*sema'-sema'an*) satu sama lain. Kegiatan ini membuat para penghafal Al-Qur'an peka dan bertanggung jawab atas kebenaran hafalan pasangannya, sebagaimana yang telah dicontohkan oleh kyai atau pembimbing.

3. Hubungan kegiatan menghafal Al-Qur'an dengan penyesuaian diri (adaptasi)

Menurut Schneiders, penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana ia tinggal dan tercipta keselarasan antara individu dengan realitas.⁷⁵

Penyesuaian diri santri di pondok pesantren dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mencapai hubungan yang harmonis antara kebutuhan dan tuntutan baik dari dalam diri maupun lingkungan pondok pesantren.

⁷⁵ Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: Remaja Rosda Karya, 2010, hal. 193

Seperti disebutkan dalam Q.S Al-Israa ayat 15.

مَنْ أَهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّٰ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۗ وَلَا نَزِرُ وَازِرًا وَّزُرَٰهُ أُخْرَىٰ ۗ

وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا

Artinya: “Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rasul.”⁷⁶

Ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah SWT telah menerangkan dan mengingatkan hamba-Nya yang pertama untuk menyelamatkan dirinya sendiri sesuai dengan hidayah yang telah ditunjukkan oleh Allah SWT, sedangkan yang kedua untuk mengingatkan kepada hamba-Nya bahwa seseorang yang melakukan dan memilih jalan yang sesat akan menimbulkan kerugian pada dirinya sendiri. Hal ini terkait dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh Manusia, bahwa dimanapun dia berada dituntut untuk menyesuaikan diri. Sehingga individu mampu memperoleh ketenangan dimasa yang akan datang.

Hakekat dari menghafal Al-Qur’an bukan hanya terletak pada kemampuan menguasai bacaan saja tetapi juga mengamalkannya. Karena menghafal itu sendiri merupakan dasar untuk memiliki pengetahuan yang akan dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Idealnya dalam tingkah

⁷⁶ Departemen Agama, *Al-Qur’an dan Terjemahan*, hal.283

laku seorang penghafal Al-Qur'an juga harus konsisten dengan petunjuk Al-Qur'an

Untuk mengamalkannya tentu saja penghafal Al-Qur'an harus membekali dirinya dengan referensi yang cukup berdasarkan dalil-dalil Al-Qur'an. Dalil-dalil ini nantinya membantu dalam menentukan mana yang baik dan mana yang tidak, perbuatan apa yang wajib dilakukan dan perbuatan apa yang patut dihindarkan. Sehingga hal ini membuat individu peka dengan berbagai situasi yang dihadapinya dan memudahkan individu untuk membuat penilaian atas situasi atau peristiwa, mampu menyesuaikan diri, dan tidak berlebihan dalam menyikapi sesuatu.

Dengan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dengan kegiatan menghafal Al-Qur'an santri memiliki pengetahuan dalil-dalil sebagai pedoman dalam bertingkah laku sehingga santri dapat melakukan penyesuaian diri sesuai petunjuk Al-Qur'an.

D. Penelitian Terdahulu

1. Ahmad Faiz Khudhari dan Habibul Muiz (2018), "*Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an*" menunjukkan hasil bahwa semua santri mahasiswa STIDKI minimal telah memiliki hafalan 3 juz Al Qur'an atau 100 % karena syarat masuk PMB ke STIDKI sudah harus memiliki minimal 3 juz dan lancar membaca Al Qur'an, Frekuensi (intensitas) bacaan Al Qur'an santri mahasiswa STIDKI paling banyak adalah 3 jam dalam sehari atau 36,3 %, Kemampuan mahasiswa STIDKI

dalam menambah hafalan baru Al Qur'an setiap pekannya mencapai rata-rata 7 halaman atau 50% hanya 9,0% saja yang bisa menambah hafalan baru sebanyak 3 halaman, Waktu yang dirasa nyaman dan dipilih oleh mahasiswa untuk menghafalkan AL Qur'an adalah malam hari sebesar 27,2 %, pagi hari 22,7 % , tetapi yang menarik adalah mayoritas mahasiswa STIDKI tidak terikat waktu tertentu untuk menambah hafalan AL Qur'an artinya bisa pagi, siang, sore atau malam hari sebanyak 45,4 %, Adapun waktu yang dirasa paling sulit berkonsentrasi untuk menghafalkan Al Qur'an adalah siang hari sebesar 40,9 % dan sore hari 18,1 % dan menariknya 27,2 % tidak ada masalah dengan pilihan waktu artinya mereka bisa beradaptasi dengan pilihan waktu.

2. Rizky Nur Isnani (2018), "*Hubungan Antara Kemampuan menghafal Al-Qur'an dengan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam Kelas Xi Ipa 1 di SMA TMI Roudlatul Qur'an Metro Barat Kota Metro*" menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara kemampuan menghafal al-qur'an dengan hasil belajar pendidikan agama islam kelas xi ipa 1 di SMA TMI roudlatul qur'an metro barat kota metro. Terbukti dengan hasil analisis lebih besar dari pada , dimana sebesar 0.614 dan pada taraf signifikan 5% sebesar 0.388. Ini menunjukkan bahwa H_0 di terima, hal tersebut ditunjukkan pada Hubungan Antara Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam di SMA TMI Roudlatul Qur'an Metro Barat Kota Metro.

3. Adi Prasetyo Wibowo (2018), "*Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa SMPN 2 Nglegok Blitar*" menunjukkan hasil ada pengaruh positif antara Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Aspek Mengenal emosi diri Siswa SMPN 2 Nglegok Blitar dengan signifikansi $0.000 < 0.05$ dengan besaran Adjusted R Square 27,6%. Dan juga ada pengaruh positif antara Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Aspek Mengelola emosi Siswa SMPN 2 Nglegok Blitar dengan signifikansi $0.000 < 0.05$ dengan besaran Adjusted R Square 21.0%. Dan juga ada pengaruh positif antara Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Aspek Memotivasi diri Siswa SMPN 2 Nglegok Blitar dengan signifikansi $0.000 < 0.05$ dengan besaran Adjusted R Square 34.8%. Dan juga ada pengaruh positif antara Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Aspek Mengenal emosi orang lain Siswa SMPN 2 Nglegok Blitar dengan signifikansi $0.000 < 0.05$ dengan besaran Adjusted R Square 29.8%. dan Dan juga ada pengaruh positif antara Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Aspek Membina hubungan Siswa SMPN 2 Nglegok Blitar dengan signifikansi $0.000 < 0.05$ dengan besaran Adjusted R.
4. Indah Aprilla Sari (2020), "*Hubungan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Dengan Kecerdasan Emosional Siswa Tahfidz Di Sma It Baitul Muslim Lampung Timur*" dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kemampuan menghafal dengan kecerdasan emosional siswa

Tahfidz di SMA IT Baitul Muslim Lampung Timur, ditunjukkan dengan hasil bahwa r_{xy} 0,494 dan Nilai pada t tabel untuk $N = 48$ dengan taraf signifikansi 5% adalah 0,308 dan untuk taraf signifikansi 1% adalah 0,398. Penelitian ini disimpulkan hubungan kemampuan hafalan Al-Qur'an dengan Kecerdasan emosional siswa memiliki tingkat hubungan sedang, artinya siswa yang memiliki kemampuan menghafal Al-Qur'an baik akan memiliki kecerdasan emosional yang baik.

5. Dina Fitriyani (2016), "*Pengaruh Aktivitas Menghafal Alqur'an terhadap Kecerdasan Spiritual Santri di Pondok Pesantren Anak-Anak Tahfidzul Qur'an (PPATQ) Raudlatul Falah Bermi Gembong Pati Tahun 2016*" dari hasil penelitian ini menunjukkan hasil uji korelasi product moment diketahui bahwa $r_{xy} = 0,324 \geq r_{tabel} = 0,308$. Hal ini menunjukkan bahwa antara kedua variabel tersebut memiliki korelasi. Sementara analisis varians diperoleh $F_{hitung} = 4,575 \geq F_{tabel} = 4,08$. Selain itu, diketahui persamaan garis regresi dengan rumus $\hat{Y} = a + bX$ adalah $\hat{Y} = 37,704 + 0,403X$. Dengan demikian dapat dinyatakan signifikan dan hipotesis yang diajukan dapat diterima. Adapun besarnya pengaruh aktivitas menghafal al-Qur'an terhadap kecerdasan spiritual santri adalah 10,5% dan 89,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang belum diketahui oleh peneliti.

Untuk mengetahui persamaan dan perbedaan dari penelitian sebelumnya, maka peneliti menyajikannya dalam bentuk tabel berikut ini:

Tabel 2.1
Perbandingan Penelitian

No.	Nama Peneliti dan Judul Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Ahmad Faiz Khudhari dan Habibul Muiz (2018), <i>"Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an"</i>	Terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan kemampuan menghafal Al-Qur'an	<ul style="list-style-type: none"> a. Penelitian korelasional b. Pendekatan penelitian kuantitatif c. Menggunakan kuisioner dalam pengumpulan data 	<ul style="list-style-type: none"> a. Variabel Independen (X) yaitu kecerdasan emosional, variabel (Y) menghafal Al-Qur'an b. Subjek dan lokasi penelitian

No.	Nama Peneliti dan Judul Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
2.	Rizky Nur Isnani (2018), <i>“Hubungan Antara Kemampuan menghafal Al-Qur’an dengan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam Kelas Xi Ipa 1 di SMA TMI Roudlatul Qur’an Metro Barat Kota Metro”</i>	Terdapat hubungan antara kemampuan menghafal al-qur’an dengan hasil belajar pendidikan agama islam kelas xi ipa 1 di SMA TMI roudlatul qur’an metro barat kota metro	a. Variabel Independen (X) yaitu menghafal Al-Qur’an b. Pendekatan penelitian Kuantitatif c. Pengumpulan data menggunakan instrument angket	a. Variabel Dependen (Y) yaitu hasil belajar b. Subjek dan lokasi penelitian
3.	Adi Prasetyo Wibowo (2018), <i>“Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur’an Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa SMPN 2 Nglegok Blitar”</i>	Ada pengaruh positif dan signifikan antara intensitas membaca Al-Qur’an terhadap kecerdasan emosional siswa SMPN 2 Nglegok Blitar	a. Variabel Dependen (Y) yaitu kecerdasan emosional b. Pendekatan penelitian Kuantitatif d. Menggunakan kuisioner dalam pengumpulan data	a. Variabel Independen (X) yaitu pengaruh intensitas membaca Al-Qur’an b. Penelitian korelasional untuk mencari pengaruh antara 2 variabel c. Subjek dan lokasi penelitian
4.	Indah Aprilla Sari (2020), <i>“Hubungan Kemampuan Menghafal Al-Qur’an Dengan Kecerdasan Emosional Siswa Tahfidz Di Sma It Baitul Muslim Lampung Timur”</i>	Ada hubungan positif antara kemampuan menghafal dengan kecerdasan emosional siswa Tahfidz di SMA IT Baitul Muslim Lampung Timur	a. Variabel Independen (X) yaitu Menghafal Al-Qur’an b. Variabel Dependen (Y) yaitu Kecerdasan Emosional c. Metode penelitian kuantitatif korelasional	a. Rumusan masalah b. Subjek dan lokasi penelitian

No.	Nama Peneliti dan Judul Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
5.	Dina Fitriyani (2016), "Pengaruh Aktivitas Menghafal Alqur'an terhadap Kecerdasan Spiritual Santri di Pondok Pesantren Anak-Anak Tahfidzul Qur'an (PPATQ) Raudlatul Falah Bermi Gembong Pati Tahun 2016"	Ada korelasi dan pengaruh yang signifikan antara aktivitas menghafal Al-Qur'an terhadap kecerdasan spiritual santri Tahfidzul Qur'an (PPATQ) Raudlatul Falah Bermi Gembong Pati Tahun 2016	a. Variabel Independen (X) yaitu menghafal Al-Qur'an b. Pendekatan penelitian Kuantitatif korelasional c. Menggunakan kuisioner dalam pengumpulan data	a. Variabel Dependen (Y) yaitu kecerdasan spiritual b. Subjek dan lokasi penelitian c. Pendekatan kuantitatif korelasional dan pengaruh antara 2 variabel

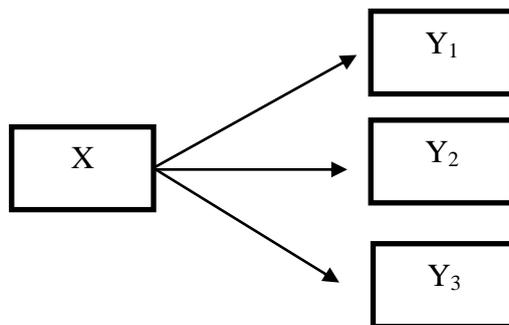
Berdasarkan lima penelitian terdahulu yang sudah dicantumkan diatas, posisi penelitian ini mendukung penelitian oleh Indah Aprilla Sari (2020), dengan judul "*Hubungan Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Dengan Kecerdasan Emosional Siswa Tahfidz Di SMA IT Baitul Muslim Lampung Timur*" yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara kemampuan menghafal dengan kecerdasan emosional siswa Tahfidz di SMA IT Baitul Muslim Lampung Timur, ditunjukkan dengan hasil bahwa r_{xy} 0,494 dan Nilai pada t tabel untuk $N = 48$ dengan taraf signifikansi 5% adalah 0,308 dan untuk taraf signifikansi 1% adalah 0,398.

Sehingga terdapat hubungan yang positif dan signifikan hubungan kemampuan hafalan Al-Qur'an dengan Kecerdasan emosional siswa

E. Kerangka Berfikir Penelitian

Kerangka berfikir penelitian merupakan suatu kesimpulan teori yang berhubungan dengan variabel-variabel yang ada dalam penelitian. Menurut Sugiyono kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antar variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan.⁷⁷

Secara empiris pada penelitian terdahulu menunjukkan terdapat hubungan kemampuan hafalan Al-Qur'an dengan Kecerdasan emosional siswa memiliki tingkat hubungan sedang, artinya siswa yang memiliki kemampuan menghafal Al-Qur'an baik akan memiliki kecerdasan emosional yang baik.



Gambar 3.1

Kerangka Berpikir

Keterangan

- X = Menghafal Al-Qur'an
 Y₁ = Kecerdasan Intrapersonal
 Y₂ = Kecerdasan Interpersonal
 Y₃ = Adaptabilitas

⁷⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hal. 92