

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dunia kerja adalah lingkungan yang di dalamnya terdapat beberapa individu yang sedang mengerjakan pekerjaan yang dapat menghasilkan atau memperoleh upah untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan yang ada. Di Indonesia, tingkat persaingan untuk mendapatkan pekerjaan semakin sulit. Tingginya tingkat pengangguran di Indonesia karena lapangan pekerjaan yang masih sedikit membuat mahasiswa yang baru menyelesaikan studi merasa cemas. Padahal mereka berharap proses pendidikan yang mereka tempuh sampai menjadi sarjana akan mempermudah untuk mendapatkan pekerjaan. Namun, kenyataannya menjadi sarjana tidak menjamin mendapatkan pekerjaan dengan cara yang mudah.

Pada kenyataannya sering terjadi apa yang mereka pikirkan dan inginkan untuk dikerjakan ternyata tidak tersedia atau hanya sedikit lapangan pekerjaan yang ada dan semakin memperburuk situasi. Ditambah mereka yang tidak mempunyai pengalaman dalam bekerja seringkali cemas karena membayangkan dunia kerja lebih sulit dibandingkan menjalani proses pendidikan di bangku kuliah. Banyaknya tekanan dari lingkungan dan keluarga supaya cepat mendapatkan pekerjaan semakin memperburuk keadaan psikologisnya. Dan tak jarang mereka akhirnya bekerja tidak sesuai dengan gelar yang dimiliki atau minat dan bakatnya demi cepat mendapatkan pekerjaan dan dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidup. Tetapi

pada akhirnya cepat merasa bosan dan jenuh karena pekerjaan yang tidak sesuai dengan minat dan bakat.

Setelah menjadi sarjana maka seharusnya telah mempersiapkan diri untuk terjun ke dunia kerja. Mengenyam pendidikan sampai Perguruan Tinggi seharusnya memiliki kompetensi, pengetahuan, sikap dan keterampilan pada setiap diri sarjana Jurusan Tasawuf Psikoterapi Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, dimana sebelum menjadi sarjana dituntut untuk memiliki kemampuan Kompetensi Utama dan Kompetensi Kelulusan diantaranya:

- 1) Kompetensi Utama yaitu Kompetensi; memiliki kompetensi dalam menyampaikan pemikiran ketasawufan secara reflektif, kritis rasional, sistematis baik secara lisan maupun tulisan, Pengetahuan; mengetahui dasar-dasar, prinsip-prinsip dan teori-teori ketasawufan atau sumber yang lain yang berdasarkan pandangan dari aqidah islamiyah yang kuat, Sikap; memiliki rasa percaya diri serta sikap profesional berdasarkan pertanggung jawaban ilmiah dalam menyampaikan pemikiran ketasawufan secara reflektif, kritis, rasional, sistematis baik melalui tulisan maupun lisan, Keterampilan; memiliki kecakapan dalam membuat analisis ketasawufan.¹
- 2) Kompetensi Lulusan. Kompetensi; lulusan tasawuf psikoterapi memiliki kecakapan membuat analisis dalam: bahasa lisan dan tulisan, sikap rasional dan bijaksana, mendialogkan disiplin ketasawufan

¹ Fakultas Ushuluddin, *Panduan Akademik Tahun Akademik 2014/2015 & Renstra Fakultas Ushuluddin* (Bandung: Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati, 2014), 145

dengan ilmu-ilmu yang lain, memahami gagasan ketasawufan melalui penelitian, membuat media komunitas, menulis karya ilmiah dan populer. Pengetahuan; lulusan tasawuf psikoterapi memiliki kecakapan teori serta konseptual mengenai paradigma, model, berfikir dengan dasar aqidah yang kuat dalam: lisan dan tulisan, penalaran disiplin, rasa, logika dan retorika, penguasaan ilmu secara lintas disiplin, memahami karakteristik realitas, memahami dasar-dasar pembuatan bulletin, news letter, dan lain-lain, karya ilmiah dan populer. Sikap; lulusan tasawuf psikoterapi memiliki sikap akademis dan pertanggung jawaban ilmiah dalam menyampaikan ketasawufan melalui kegiatan: tulis menulis, berdiskusi, mendialogkan disiplin ketasawufan dengan berbagai cabang ilmu yang lain, penelitian ketasawufan baik literatur maupun lapangan, media komunikasi, menulis karya ilmiah dan populer. Keterampilan; lulusan tasawuf psikoterapi terampil dalam membuat refleksi tasawuf melalui: bahasa lisan dan tulisan, berdiskusi, pengalaman, mendialogkan disiplin ketasawufan secara lintas disiplin, penulisan dan laporan hasil penelitian dalam bentuk makalah artikel dan lain-lain, media komunikasi, menulis karya ilmiah dan populer.²

Berdasarkan informasi dari Badan Pusat Statistik, Keadaan Ketenagakerjaan Indonesia Februari 2018 (No. 42/05/Th. XXI, 07 Mei 2018), jumlah angkatan kerja pada february 2018 sebanyak 133,94 juta orang, naik 2,39

² Fakultas Ushuluddin, *Panduan Akademik Tahun Akademik 2014/2015 & Renstra Fakultas Ushuluddi*, 147

juta orang dibanding Februari 2017. Pada Februari 2018, sebanyak 127,07 juta orang penduduk bekerja sebanyak 6,87 juta orang menganggur. Dibanding setahun yang lalu, jumlah penduduk bekerja bertambah 2,53 juta orang sedangkan pengangguran berkurang 140 ribu orang.

Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) pada Februari 2017 sebesar 5,33 persen turun menjadi 5,13 persen pada Februari 2018. Dilihat dari tingkat pendidikan pada Februari 2018, TPT untuk Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) tertinggi diantara tingkat pendidikan lain yaitu sebesar 8,92 persen. TPT tertinggi berikutnya terdapat pada Diploma I/II/III sebesar 7,92 persen. Lalu TPT pada tingkat Universitas sebesar 6,31 persen. TPT pada tingkat pendidikan SD paling kecil diantara semua tingkat pendidikan yaitu sebesar 2,67 persen. Dibandingkan kondisi setahun yang lalu, peningkatan TPT terjadi pada tingkat pendidikan Diploma I/II/III, Universitas, dan SMA, sedangkan TPT pada tingkat pendidikan yang lainnya menurun.

Dapat disimpulkan bahwa pengangguran pada tingkat pendidikan Universitas atau Sarjana meningkat dari tahun lalu, pada Februari 2017 sebesar 4,98 persen lalu naik pada Februari 2018 yaitu sebesar 6,31 persen. Penyerapan tenaga kerja hingga february 2018, penduduk bekerja berpendidikan Universitas yaitu hanya sebanyak 11,71 juta orang dibanding penduduk yang bekerja pendidikan rendah (SMP ke bawah) sebanyak 75,99 juta orang.

Dilihat dari informasi diatas bahwa setiap tahunnya jumlah yang mencari pekerjaan semakin meningkat dan untuk yang berpendidikan tinggi, tingkat

persaingan untuk mendapatkan pekerjaan semakin sulit dan terjadinya kenaikan jumlah pengangguran pada tingkat pendidikan Universitas.

Hasil wawancara dari salah satu mahasiswa akhir yaitu Alfiyah Laila Afiyatin menyampaikan bahwa dia merasakan cemas untuk menghadapi dunia kerja, karena belum mempunyai pengalaman kerja dan menyebabkan kurang percaya diri. Walaupun sudah mempunyai bekal pada saat mengabdikan di lingkungan masyarakat, dan sudah melaksanakan praktek seperti KKN (Kuliah Kerja Nyata) dan PPM (Praktek Profesi Mahasiswa), menurutnya itu belum cukup untuk dijadikan bekal pada saat memasuki dunia kerja.

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada beberapa mahasiswa akhir, bahwa mahasiswa belum memiliki perencanaan yang matang dalam memulai karirnya. Banyak juga yang mengaku bahwa pada awal masuk jurusan tasawuf psikoterapi kurang paham dengan jurusan ini, dan yang penting bisa melanjutkan pendidikan di Perguruan Tinggi, jadi tidak memikirkan setelah lulus akan melakukan apa dan bagaimana.

Kecemasan yang terjadi pada masa dewasa awal dalam menghadapi dunia kerja akan menghambat dirinya untuk berkembang dengan optimal. Priest berpendapat bahwa kecemasan atau perasaan cemas adalah suatu keadaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi.³ Ketika seseorang mengalami perasaan cemas maka akan mengakibatkan tubuh menjadi

³ Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), 49

tegang, ketakutan, khawatir sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi kepada dirinya.

Faktor-faktor yang mengakibatkan terjadinya perasaan cemas diantaranya yaitu kurangnya percaya diri, memiliki trauma di masa lalu, selalu berpikir negatif. Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik, akan selalu berpikir positif dan percaya diri.

Dengan kecerdasan spiritual kita dapat memaknai kehidupan dalam konteks yang lebih luas dan kaya, maka dari itu dapat setiap tindakan dan perilaku dalam hidup atau jalan hidup menjadi lebih bermakna. Kecerdasan spiritual yang baik akan menjadikan fungsi IQ dan EQ menjadi efektif, oleh karena itu sangat penting mempunyai kecerdasan spiritual yang baik.

Seseorang yang menempuh pendidikan dari tingkat dasar sampai tingkat perkuliahan, pasti mempunyai IQ yang cukup baik. Maka dari itu harus diimbangi dengan tingkat SQ yang baik pula. Seseorang yang mempunyai SQ yang baik memiliki daya juang yang tinggi. Maka dari itu tidak akan terpuruk pada kecemasan-kecemasan yang akan menghambat dirinya untuk maju.

Dengan kecerdasan spiritual, kita mampu mendengar suara hati dan mampu memahami masalah yang terjadi di dalam hidup karena dapat memandang hidup bukan dari satu sisi saja. Seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual yang baik mampu mengatasi perasaan gelisah dan kekhawatiran yang berlebihan. Kecemasan terjadi karena seseorang tersebut selalu berpikir negatif tentang apa

yang akan terjadi di masa depan. Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual yang baik akan selalu berpikir positif dan percaya diri.

Terdapat banyaknya mahasiswa akhir yang kebingungan dan merasa cemas untuk menghadapi pekerjaan. Tentu saja hal ini menjadi masalah, seharusnya mereka mampu dan berani untuk memasuki dunia kerja karena mereka sudah dibekali ilmu selama perkuliahan. Maka dari itu penulis tertarik untuk meneliti tentang masalah kecemasan menghadapi dunia kerja dan mengaitkannya dengan tingkat kecerdasan spiritual yang dimilikinya, dengan judul **“HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN SPIRITUAL DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI DUNIA KERJA (Mahasiswa Jurusan Tasawuf Psikoterapi Angkatan 2014)”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dan penjelasan dari latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian, antara lain sebagai berikut:

1. Bagaimanakah gambaran kecerdasan spiritual pada mahasiswa akhir jurusan Tasawuf Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Bagaimanakah gambaran kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir jurusan Tasawuf Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
3. Adakah hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa akhir jurusan Tasawuf Psikoterapi UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan beberapa rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian yang dilakukan ini dimaksudkan untuk mengetahui beberapa hal diantaranya:

1. Untuk mengetahui gambaran kecerdasan spiritual pada mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2014 di Fakultas Ushuluddin.
2. Untuk mengetahui gambaran kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2014 di Fakultas Ushuluddin.
3. Untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa Tasawuf Psikoterapi angkatan 2014 di Fakultas Ushuluddin.

D. Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritik
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi jurusan tasawuf psikoterapi, yaitu untuk menambah wawasan khususnya tentang kecerdasan spiritual yang berkaitan dengan kecemasan menghadapi dunia kerja.
 - b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk penelitian selanjutnya.
2. Manfaat praktis

- a. Manfaat untuk subjek penelitian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi umpan balik bagi mereka dan meningkatkan kecerdasan spiritual yang mana akan meningkatkan rasa percaya diri dan optimis sehingga tidak merasa cemas saat menghadapi dunia kerja.
- b. Manfaat untuk kampus, hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi gambaran mengapa terjadi kecemasan pada sarjana dalam menghadapi dunia kerja. Dan diharapkan kampus dapat membekali dan memberi arahan kepada mahasiswa akhir supaya dapat meminimalisir kecemasan yang terjadi pada saat sudah menjadi sarjana dalam menghadapi dunia kerja.

E. Tinjauan Pustaka

Setelah meninjau beberapa hasil penelitian yang berkaitan dengan tema kecerdasan spiritual dan kecemasan menghadapi dunia kerja dari penelitian terdahulu baik berupa skripsi, jurnal dan lain sebagainya, yang dapat memudahkan penulis untuk melakukan penelitian ini, maka dapat diperoleh beberapa tinjauan pustaka yang telah penulis baca. Hasil tinjauan pustaka yang didapatkan oleh penulis sebagai berikut:

- a. Dalam jurnal *Mediapsi* Vol. 2 No. 2 tahun 2016 yang diteliti oleh Teuku Riki Azhari yang berjudul “**Hubungan Regulasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Syiah Kuala**”. Objek penelitian dalam jurnal ini adalah mahasiswa yang masih mengerjakan tugas

akhir yang mengalami kecemasan untuk menghadapi dunia kerja pada saat sudah menjadi sarjana. Dalam jurnal ini memaparkan bahwa kecemasan yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir dalam menghadapi dunia kerja dapat diminimalisir dengan regulasi diri yang baik.

- b. Dalam jurnal yang diteliti oleh Meiriza Tria Adinda Nasution yang berjudul **“Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja”**. Dalam jurnal ini menghubungkan antara rasa kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja, dan yang menjadi objek adalah 139 sarjana S1 pencari kerja yang terdaftar pada Dinas Tenaga Kerja Kota Pekanbaru. Terdapat hasil yang signifikan bahwa adanya hubungan negative antara kepercayaan diri dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada sarjana S1.
- c. Dalam skripsi Widya Danianto, Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma tahun 2010 yang berjudul **“Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Sanata Dharma.”** Dalam skripsi ini terdapat 98 mahasiswa tingkat akhir yang dijadikan subjek. Untuk teknik pengumpulan data hanya menggunakan skala, yaitu skala konsep diri dan skala kecemasan dalam menghadapi dunia kerja.

Dari hasil tinjauan pustaka diatas maka adanya perbedaan dengan penelitian yang akan penulis teliti. Tidak jarang sarjana yang mempunyai gelar S1 merasa cemas dalam menghadapi babak baru yaitu dunia kerja. Berbeda dengan penelitian diatas, penulis akan meneliti tentang adanya hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kecemasan menghadapi dunia kerja. Objek penelitiannya pun, penulis akan meneliti kepada mahasiswa akhir jurusan Tasawuf Psikoterapi yang pada umumnya memiliki kecerdasan spiritual yang baik tetapi masih ada yang merasa cemas dan kebingungan dalam menghadapi dunia kerja.

F. Kerangka Pemikiran

Pekerjaan adalah suatu hal yang sangat diidam-idamkan oleh setiap orang dewasa. Karena dengan bekerja kebutuhan-kebutuhan hidupnya akan terpenuhi dan tercukupi.

Banyak orang yang melanjutkan pendidikan sampai Perguruan Tinggi dan akhirnya memiliki gelar sarjana supaya bisa mendapatkan pekerjaan secara mudah. Tetapi untuk memasuki dunia kerja tidak semudah yang dibayangkan. Karena dibutuhkan keterampilan, tanggung jawab, kemampuan dalam bidang pekerjaan tersebut, profesionalitas, sikap dan perilaku yang baik untuk bekerja di dalam suatu perusahaan. Apalagi, lapangan pekerjaan di Indonesia sedikit dan persaingan untuk mendapatkan pekerjaan pun semakin ketat.

Kecemasan dapat terjadi karena ketidaksiapan mental pada mahasiswa akhir yang akan menjadi sarjana untuk bertemu orang-orang baru dan lingkungan yang baru dalam dunia kerja. Kecemasan-kecemasan yang terjadi pada mahasiswa akhir ini akan semakin terasa pada saat semakin dekatnya waktu lulus dari

Universitas dan belum mempersiapkan secara matang hal apa yang akan dilakukan setelah menjadi sarjana nanti.

Priest berpendapat bahwa kecemasan atau perasaan cemas adalah suatu keadaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi. Calhoun dan Acocella menambahkan, kecemasan adalah perasaan ketakutan (baik realistis maupun tidak realistis) yang disertai dengan keasaan peningkatan reaksi kejiwaan.⁴

Ketika ada konflik atau situasi-situasi yang mengancam diri maka akan menimbulkan kecemasan. Sesuatu yang mengancam fisik, harga diri, atau perasaan tertekan saat melakukan sesuatu diluar kemampuannya juga akan menimbulkan kecemasan.

Menurut psikologi sufi, manusia memiliki dorongan dari jiwa hewani. Salah satu dorongan jiwa hewani yang terdapat pada manusia yaitu bergerak menjauh dari hal-hal yang negative (rasa takut). Ia dapat berkembang menjadi ketakutan atau kecemasan.⁵

Ketakutan dan kecemasan adalah lebih merajalela daripada yang disadari oleh kebanyakan orang. Banyak kehidupan sebagian besar manusia didominasi oleh kecemasan tingkat rendah dan konstan, rasa takut yang tidak jelas bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, bahwa kehidupan akan terus bertambah buruk secara tidak jelas. Mereka menjadi terkondisikan untuk mencari apa pun yang dapat mengurangi kecemasan mereka.⁶

⁴ Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), 49.

⁵ Robert Frager, *Hati, Diri dan Jiwa, Psikologi Sufi untuk Transformasi*, (Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta, 2005), 281.

⁶ Robert Frager, *Hati, Diri dan Jiwa, Psikologi Sufi untuk Transformasi*, 281.

Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan meliputi factor internal dan factor eksternal. Faktor internal yang mengakibatkan kecemasan yaitu tingkat religiusitas yang rendah, pesimis, kurang percaya diri, pengalaman negatif masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Sedangkan faktor eksternal adalah seperti kurangnya dukungan sosial.⁷

Konsep diri yang rendah juga menyebabkan tingkat kecemasan dalam menghadapi dunia kerja semakin tinggi. Konsep diri adalah pandangan seseorang mengenai dirinya sendiri yang didasarkan dari pengalamannya berinteraksi dengan orang lain yang mempunyai arti penting dalam hidupnya. Seseorang yang mempunyai regulasi diri yang rendah juga rentan mengalami kecemasan menghadapi dunia kerja.

Terdapat banyak faktor yang menjadikan mahasiswa akhir merasa cemas untuk menghadapi dunia kerja. Kecemasan bisa terjadi karena seseorang memikirkan hal-hal yang sangat buruk terjadi pada saat sedang bekerja, padahal itu hanyalah pikiran negatif yang menjadikan dia merasa cemas untuk menghadapi dunia kerja. Bisa saja karena faktor pengalaman sendiri atau orang lain, seseorang yang mempunyai pengalaman berkerja yang tidak menyenangkan bisa mengakibatkan trauma dan merasa cemas ketika menghadapi pekerjaan yang baru.

Lapangan pekerjaan yang sedikit dapat menimbulkan kecemasan terhadap mahasiswa akhir. Kecemasan juga bisa terjadi ketika mahasiswa akhir tidak mempunyai cukup bekal ilmu dan keterampilan serta pengalaman kerja, padahal

⁷ M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 147

sekolah atau kursus yang diikutinya sesuai dengan bidang pekerjaan yang ditawarkan.⁸

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan yaitu tingkat religiusitas yang rendah. Keimanan dan ketakwaan adalah obat penawar bagi kecemasan. Hal ini terdapat pada firman Allah SWT pada surat Al-A'raf ayat 35:⁹

يَا بَنِي آدَمَ إِذَا يَأْتَيْكُمْ رَسُولٌ مِّنكُمْ يَفْصَحُ عَلَيْكُمْ آيَاتِي ۖ فَمَنْ اتَّقَىٰ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ¹⁰

“Hai anak Adam, jika datang kepadamu rasul-rasul darimu yang menceritakan kepadamu ayat-ayat-Ku, maka siapa yang bertakwa dan mengadakan perbaikan tidaklah diliputi rasa kekhawatiran (kecemasan) dan tidak (pula) kesedihan.”

Beriman dan berzikir kepada Tuhan adalah penyembuh dasar dari rasa takut dan kecemasan.¹¹ Ketika kita sungguh-sungguh beriman dan bertakwa kepada Allah SWT, maka kita tidak akan merasa cemas, sebab hati merasa tenang dan damai, memasrahkan semua yang akan terjadi kepada-Nya, yang diiringi dengan do'a dan usaha.

Dari beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya kecemasan yang dialami oleh mahasiswa akhir yang akan menghadapi dunia kerja, diantaranya yaitu kurangnya rasa percaya diri, trauma dimasa lalu, berpikiran negatif, tingkat

⁸ Siska Adinda Prabowo Putri, “Karir dan Pekerjaan di Masa Dewasa Awal dan Dewasa Madya”. Majalah Ilmiah Informatika. Vol. 3 No. 3, Sept 2012, 194.

⁹ M. Darwis Hude, *Emosi*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2006), 242

¹⁰ *Al-Qur'an Tajwid dan Terjemah*, Departemen Agama Republik Indonesia, (CV Penerbit Diponegoro, 2010), 154.

¹¹ Robert Frager, *Hati, Diri dan Jiwa, Psikologi Sufi untuk Transformasi*, 281.

religiusitas yang rendah, adakah hubungannya dengan kecerdasan spiritual yang ia miliki.

Menurut Toto Tasmara, kecerdasan spiritual atau kecerdasan ruhaniah adalah kecerdasan yang berpusatkan pada rasa cinta yang mendalam kepada Allah Rabbul-‘Alamin dan seluruh ciptaan-Nya. Sebuah keyakinan yang mengatasi seluruh perasaan yang bersifat jasadi, bersifat sementara dan fana. Kecerdasan ruhaniah ini berarti memberikan muatan yang bersifat keilahian ke dalam *god spot* yang merupakan fitrah manusia.¹²

Kecerdasan spiritual terletak pada alam bawah sadar, dalam Islam ia disebut dengan fitrah.¹³ Semua manusia memiliki suara hati fitrah yang sama, universal dan terekam dalam hati manusia, dengan syarat hati manusia berada dalam kondisi fitrah. Inilah yang disebut kesadaran spiritual.¹⁴

Danah Zohar dan Ian Marshall mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.¹⁵

¹² Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Intelligence)*, (Jakarta: Gema Insani, 2001), x

¹³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Penerbit Arga, 2001), 28

¹⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, 45

¹⁵ Akhirin, “Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Melalui Rukun Iman dan Rukun Islam”. *Jurnal tarbawi*. Vol. 10 no. 2, Juli-Desember 2013, 13

Dapat dikatakan kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang berhubungan dengan hati nurani sehingga ia mampu menyelesaikan perkara kehidupannya dan dapat memandang hidup bukan hanya dari satu sisi saja.¹⁶

Manusia memiliki potensi yang sangat luar biasa, supaya dapat berkembang maka dibutuhkan tingkat kecerdasan spiritual yang baik. Seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual yang baik diantaranya yaitu, dirinya mampu untuk bersikap secara baik dan fleksibel terhadap lingkungannya, mempunyai kesadaran yang tinggi, mempunyai daya juang yang tinggi, tetap tegar menghadapi masalah dan rasa sakit, mempunyai prinsip hidup yang sesuai dengan nilai-nilai, selalu berhati-hati dan mempertimbangkan berbagai hal supaya tidak menyebabkan kerugian yang tidak perlu, memandang suatu hal dari berbagai sisi, mampu memaknai kehidupan lebih luas, menjadi seseorang yang mandiri dalam menghadapi masalah.¹⁷

Dengan kecerdasan spiritual kita mampu untuk selalu berpikir positif dan mampu menghadapi masalah-masalah dalam kehidupan. Seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual yang baik memiliki jiwa yang sehat, selalu bersikap jujur sesuai hati nurani, selalu menjauhi penyakit hati (sombong, iri, benci, kikir, pesimis, malas, dan sebagainya), menerima jati diri, mampu untuk menghadapi masalah depresi dan perasaan gelisah, memegang prinsip-prinsip

¹⁶ Akhirin, "Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Melalui Rukun Iman dan Rukun Islam". 14.

¹⁷ Akhirin, "Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Melalui Rukun Iman dan Rukun Islam". 15

syariat, mempunyai emosi yang stabil, spontan, ikhlas dalam menerima kehidupan, mampu menguasai dan mengontrol diri, sederhana, ambisius, percaya diri.¹⁸

Kecemasan bisa terjadi karena cara berpikir yang salah atau berpikir negative sehingga membayangkan sesuatu hal yang menakutkan yang akan terjadi di masa depan. Sedangkan seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual yang baik selalu percaya diri, berpikir positif, dapat mengatasi rasa cemas dan gelisah.

Jadi, dilihat dari apa yang sudah dijelaskan bahwa, seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual yang baik dapat menghadapi rasa cemas yang berlebihan ketika menghadapi tantangan baru atau dalam penelitian ini lebih kepada menghadapi dunia kerja. Karena dengan kecerdasan spiritual seseorang akan menjadi lebih kreatif, berwawasan luas, dan memiliki daya juang yang tinggi.¹⁹

Berdasarkan pemaparan diatas maka kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut



¹⁸ Akhirin, "Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Melalui Rukun Iman dan Rukun Islam". 18.

¹⁹ Akhirin, "Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Melalui Rukun Iman dan Rukun Islam". 16

Gambar 1.1 Skema Pemikiran

