

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ibadah shalat merupakan perintah dari Allah dan Rosul-Nya untuk dikerjakan oleh setiap umat Muslim agar mendapatkan pahala dan juga salah satu kunci surga di Akhirat, selain itu di dalamnya terkandung banyak pelajaran dan pesan moral yang sangat penting. Nilai-nilai yang terkandung dalam shalat seperti iman, kekuatan moral, disiplin diri dan menghargai waktu, merupakan beberapa faktor penting yang akan meningkatkan kualitas sumber daya manusia Muslim.¹

Shalat merupakan rukun islam yang kedua. Di dalam syari'at islam shalat mempunyai peranan yang sangat penting, sehingga disebut shalat sebagai tiang agama, selain itu shalat juga ibadah yang paling pertama diperhitungkan saat di akhirat kelak.² Ibadah shalat dibagi kepada dua jenis, yaitu: yang pertama shalat fardlu ialah shalat yang rutin kita lakukan setiap hari atau disebut shalat 5 waktu, yang kedua shalat sunnah ialah shalat yang dianjurkan kepada orang mukallaf untuk mengerjakannya sebagai tambahan bagi shalat fardlu, tetapi tidak diwajibkan/diharuskan. Shalat sunnah disyariatkan untuk menambal kekurangan yang mungkin terjadi dalam shalat fardlu selain itu shalat mengandung keutamaan yang tidak terdapat pada ibadah-ibadah lain.

Shalat duha merupakan salah satu diantara shalat-shalat sunah yang sangat dianjurkan oleh Rasulullah SAW. Penjelasan para ulama bahkan Rasulullah SAW menyebutkan berbagai keistimewaan dan keutamaan shalat duha bagi mereka yang melaksanakannya. Sebagaimana yang telah kita ketahui, manusia tidak hanya terdiri

¹ Muhammad Rusli Amin, *Psikologi Shalat Untuk Orang Sukses*, (Jakarta: AMP Press, 2014) hal 6

² Tatang Ibrahim, *Fikih Madrasah Tsanawiyah* (Bandung: Armico, 2009) hal 25

dari dimensi lahiriyah fisik dan psikis saja, melainkan juga dimensi batin spiritual. Memenuhi kebutuhan fisik dan psikis saja serta merasa cukup dengan terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan ini tentunya akan menyebabkan ketidakseimbangan dalam diri kita. Oleh karena itu, salah satu keutamaan salah duha ialah untuk memenuhi kebutuhan kedua dimensi tersebut.³

Mengerjakan salat duha termasuk kedalam kategori orang yang selalu bersyukur atas segala nikmat yang telah Allah SWT berikan. Maka, jika kita selalu melakukannya, Allah SWT akan selalu melimpahkan karunia kepada hamba-Nya yang selalu mengerjakannya. Salat duha juga ibadah yang dapat meningkatkan kecerdasan seseorang, utamanya kecerdasan fisik, emosional, spiritual, dan intelektual.⁴

Kecerdasan merupakan kemampuan untuk berpikir secara abstrak, kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, ada juga yang mendefinisikan intelegensi sebagai intelek plus pengetahuan, teknik untuk memproses informasi yang disediakan oleh indra.⁵

Kecerdasan emosional adalah menunjuk pada suatu kemampuan untuk memahami perasaan diri masing-masing dan perasaan oranglain, kemampuan untuk memotivasi dirinya sendiri dan menata baik emosi-emosi yang muncul dalam dirinya dan dalam berhubungan dengan oranglain. Kecerdasan emosi menggambarkan suatu kemampuan yang walaupun berbeda namun berfungsi melengkapi kecerdasan kognisi seseorang. Jadi kecerdasan emosional ialah konsep kepekaan diri dan kepekaan

³ Sabil El-Ma'rufie, *Shalat Dhuha*, (Bandung, Mizania, 2013) hlm 27

⁴ M. Khalalurrahman Al Mahfani, *Berkah Shalat Dhuha* (Jakarta: Wahyu Media, 2008), hal 58

⁵ Alex Sobur, *Psikologi Umum Dalam Lintas Sejarah*, Cet II, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 156

terhadap oranglain, upaya memotivasi diri dan juga merupakan pelengkap kecerdasan kognisi.⁶

Kecerdasan emosi membantu individu untuk mengenali perasaan yang tengah dirasakannya, bereaksi terhadap perasaan yang muncul dan mengendalikan perasaan tersebut. Kecerdasan emosi mampu memberikan manfaat emosional untuk meningkatkan kreatifitas dan aktifitas individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Kecerdasan emosi mampu menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada dirinya secara kreatif.⁷

Remaja yang belum mampu mengembangkan kecerdasan emosi terjadi karena kurang adanya semangat pada dirinya untuk berkembang secara optimal yang disebabkan para remaja belum mampu mengenal potensi yang mereka miliki. Namun, disisi lain hal tersebut terjadi karena kurangnya dorongan dan dukungan dari lingkungan sekitar dalam memberikan kesempatan bagi remaja untuk berkembang secara optimal. Salah satu realitas kehidupan remaja yang kurang mendapat dukungan dari lingkungan sekitar adalah remaja yang kurang perhatian dari orangtua.

Mappiare berpendapat bahwa masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun adalah remaja akhir. Masa remaja adalah masa yang tidak realistik, remaja cenderung memandang kehidupan dari kaca mata berwarna merah jambu, melihat dirinya sendiri dan

⁶ Danie I Goleman, *Kecerdasan Emosional. Terj. T. Hermaya* (Jakarta, Gramedia Pustaka Utama, 1996) hal 194

⁷ Danie I Goleman, *Kecerdasan Emosional. Terj. T. Hermaya* hlm 7

oranglain sebagaimana yang diinginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.⁸

Karakteristik umum perkembangan remaja adalah bahwa remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa sehingga seringkali menunjukkan sifat-sifat karakteristik, seperti kegelisahan, kebingungan, karena terjadi sesuatu pertentangan, keinginan untuk menghayal, dan aktivitas berkelompok.⁹

Pola emosi remaja adalah sama dengan pola emosi masa kanak-kanak. Perbedaannya terletak pada rangsangan yang membangkitkan emosi dan derajat, dan khususnya pada pengendalian latihan individu terhadap ungkapan emosi mereka. Anak laki-laki dan perempuan dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya dihadapan oranglain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Perubahan fisik, psikis, dan kematangan emosi di masa remaja itu sangat dominan sehingga berpengaruh pada stabilitas emosi seseorang.

Hasil observasi sementara yang dilakukan oleh penulis di SMP Karya Bhakti dapat disimpulkan bahwa kondisi siswa SMP Karya Bhakti, mereka kurang produktif dalam memanfaatkan waktu, kurang disiplinnya siswa seperti sering kesiangan sehingga terlambat mengikuti kegiatan belajar. Melihat keadaan tersebut maka pihak kepala sekolah beserta guru-guru yang lain menerapkan program baru dengan menganjurkan seluruh siswa dan guru di SMP Karya Bhakti melaksanakan shalat dhuha sebelum pelajaran dimulai. SMP Karya Bhakti ini mulai menerapkan shalat dhuha pada tahun 2016 sampai sekarang.

⁸ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (jakarta: Erlangga 1980), hlm 207

⁹ Jalaludin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011) hlm 80-81

Berdasarkan penjelasan diatas, untuk membuktikan apakah ada pengaruh shalat duha terhadap kecerdasan emosional remaja, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Shalat Dhuha Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja” yang khususnya diberikan di SMP Karya Bhakti Kelas VIII.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, penulis dapat merumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana pelaksanaan shalat duha di SMP Karya Bhakti ?
2. Bagaimana hubungan shalat duha terhadap kecerdasan emosional remaja?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan shalat duha di SMP Karya Bhakti.
2. Untuk mengetahui bagaimana hubungan shalat duha terhadap kecerdasan emosional remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Manfaat secara teoritis, penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk memperkaya khazanah ilmu pengetahuan dan menambah wawasan tentang agama.
 - b. Untuk menambah pengetahuan tentang kecerdasan emosional remaja melalui pembiasaan sholat duha.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi peneliti manfaat menambah pengalaman dalam melakukan penelitian tentang masalah yang terjadi

- b. Bagi sekolah memberi masukan tentang permasalahan yang terjadi dan usaha dalam menyelesaikan masalah tersebut.
- c. Bagi pihak lain untuk memberikan pengetahuan tentang keutamaan sholat duha. Maka dari itu, peneliti akan memaparkan berbagai keutamaan sholat duha.

E. Tinjauan Pustaka

1. Penelitian yang dilakukan oleh saudari Dede Parida, UIN Sunan Gunung Djati Fakultas Ushuluddin Jurusan Tasawuf Psikoterapi Tahun 2014, dengan skripsi yang berjudul “ Pengaruh Sholat Duha Terhadap Kesehatan Mental (Study Kasus Santri Pesantren Syifaaush Shuduur)”.¹⁰ Seseorang yang telah berhasil dalam mendirikan shalat akan dapat menjaga diri dari sebuah perbuatan yang tidak pantas dilakukan menurut hatinya, yang mana dengan perbuatan tersebut apabila didasarkan pada kata hatinya (hati nurani), dalam dirinya akan timbul perasaan berdosa yang selanjutnya akan menumbuhkan sebuah kegundahan dalam dirinya.
2. Penelitian yang dilakukan oleh saudara Khairul Anwar, IAIN Walisongo Semarang Fakultas Tarbiyah Tahun 2011, dengan skripsi yang berjudul Pengaruh Implementasi Shalat Duha Terhadap Kecerdasan Spiritual MA Sunan Gunung Jati Gesing Kismantoro Wonogiri.¹¹ Bahwa sesuatu yang diniati ibadah kepada Allah SWT akan selalu membawa kita pada kebaikan, dan ini sangatlah menyangkut pada kejiwaan dan dapat menciptakan sebuah kecerdasan yang berpengaruh pada problem-problem yang eksistensinya menyangkut manusia

¹⁰ Parida D, “*Pengaruh Sholat Dhuha Terhadap Kesehatan Mental*”,(Skripsi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung 2014)

¹¹ Khairul Anwar, *Pengaruh Implementasi Shalat Dhuha terhadap Kecerdasan Spiritual Siswa*, (Skripsi Fakultas Tarbiyah IAIN Walisongo Semarang 2011)

dan Allah. Shalat sunnah dhuha sangat dianjurkan oleh Rasulullah, karena tidak karena keistimewaannya, namun ternyata banyak rahasia dan hikmah yang sangat besar. Menurut banyak orang shalat sunnah duha berguna untuk memohon keluasaan rezeki, tapi ternyata bukan rezeki dalam wujud materi saja, tetapi juga yang memberikan pengaruh terhadap kerohanian dan kejiwaan yang menyangkut kecerdasan spiritual (SQ) dan kepribadian yang sangat diimpikan oleh pendidikan saat ini untuk memberikan solusi bagi kemerosotan moral bangsa ini.

3. Penelitian yang dilakukan oleh saudara Subagyo, IAIN Purwokerto Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Tahun 2016, dengan skripsi yang berjudul Pembinaan Akhlak Anak Melalui Pembiasaan Shalat Duha Di Sekolah Luar Biasa Negeri Purbalingga.¹² Dari hasil penelitiannya dapat disimpulkan bahwa program pembiasaan shalat duha dapat menimbulkan akhlak terhadap Allah SWT, dengan ditandai rasa syukur atas segala nikmat melalui ucapan maupun perbuatan. Akhlak terhadap sesama manusia, anak dapat menyadari begitu penting rasa persaudaraan, bentuk ini ditandai menyambung tali silaturahmi, menjaga kesopanan, dapat mengontrol emosi selain itu, fikiran dan hati jadi tenang sehingga dapat memperlancar proses belajar.

Dari beberapa penelitian diatas, terdapat perbedaan dengan penelitian yang penulis angkat, meskipun objek penelitiannya sama mengenai sholat duha, namun tidak ada penelitian yang membahas Pengaruh Pembiasaan Sholat Duha Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja (Study deskriptif siswa kelas VIII SMP Karya Bhakti Bandung).

¹² Subagyo, "Pembinaan Akhlak Anak Melalui Pembiasaan Shalat Dhuha Di Sekolah Luar Biasa Negeri Purbalingga" (Skripsi Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto 2016)

F. Kerangka Teori

Shalat menurut bahasa artinya berdoa sedangkan menurut istilah yaitu syara', shalat adalah suatu ibadah yang terdiri dari ucapan dan gerakan yang dimulai dari takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam, dengan memenuhi syarat-syarat tertentu. Shalat termasuk rukun islam yang kedua, shalat mempunyai peranan yang sangat penting di dalam syari'at islam, maka dari itu shalat disebut sebagai tiang agama. Shalat juga merupakan suatu amalan yang paling pertama diperhitungkan di akhirat.¹³ Shalat merupakan suatu upaya untuk membangun hubungan baik antara manusia dengan Tuhannya. Dengan shalat, kelezatan bermunajat kepada Allah akan lebih terasa, dan pengabdian kepada-Nya dapat diekspresikan. Shalat juga dapat mengantarkan seseorang kepada keamanan, kedamaian, dan keselamatan dari-Nya. Selain itu, shalat akan menghubungkan *mushalli* kepada kesuksesan, kemenangan dan pengampunan dari segala kesalahan.¹⁴

Dalam islam shalat memiliki kedudukan yang sangat istimewa karena shalat merupakan pilar islam. Pendapat Abdullah Sani dalam bukunya *Muslim dan Shalat*, bangunan islam itu mempunyai fundamen tauhid dan tiangnya adalah shalat, atau dengan kata lain bangunan islam itu didirikan atas lima sendi yang disebut rukun islam. Sedangkan menurut Syahminan Zaeni mengemukakan beberapa faktor yang menyebabkan shalat menempati kedudukan yang istimewa dalam ajaran islam, yaitu:

1. Shalat ialah satu-satunya ajaran islam yang di syari'atkan dengan cara yang sangat istimewa yaitu dengan Isra Mikraj.
2. Shalat ialah ibadah pokok yang pertama dan ibadah yang diwajibkan Tuhan kepada Nabi Muhammad saw, dan umatnya saat Nabi berada di Mekah.

¹³ Ibrahim Tatang, *Fikih Madrasah Tsanawiyah*, (Bandung: Armico 2008), hal 25

¹⁴ Khairunnas Rajab, *P psikologi Ibadah*, (Jakarta: Amzah 2011) cet I, hal 91

3. Shalat merupakan ibadah satu-satunya yang harus didirikan setiap hari oleh orang-orang yang beriman.
4. Shalat sebagai tiang agama.
5. Shalat sebagai pembeda antara orang beriman dan orang kafir.

Shalat sebagai legitimasi amal perbuatan seorang hamba pada hari pembalasan.¹⁵ Di hari kiamat nanti seluruh amal perbuatan manusia di dunia akan diperhitungkan dihadapan Allah SWT dan shalat lah yang pertama kali diperhitungkan (dihisab). Jadi, apabila urusan shalat di dunia sudah selesai maka seluruh amalan nya pun akan beres, begitupun sebaliknya jika urusan shalatnya tidak beres maka seluruh amal yang lainnya tidak akan beres.¹⁶

Sholat duha merupakan shalat sunnah yang dianjurkan. Seperti namanya, *duha* berarti pagi. Maka dari itu shalat duha ialah shalat yang dikerjakan dipagi hari ketika matahari naik sepenggalahan atau naik satu tombak dari tempat menyembulnya.¹⁷ Sholat duha adalah shalatnya yang mempunyai jiwa dermawan, sebab di sela-sela kesibukan dirinya yang tengah merengkuh rezeki, ia dengan ikhlas melaksanakan shalat dhuha untuk menghadap Allah tanpa ada rasa rugi sedikitpun bahwa waktunya telah terbuang untuk menghadap Allah. Apalagi, jika melaksanakan shalat duha delapan rakaat, maka termasuk orang yang dermawan dan termasuk golongan orang sangat patuh kepada Allah.¹⁸

Sabil El-Ma'rufie berpendapat bahwa melaksanakan salat duha termasuk salah satu upaya untuk mewujudkan rasa sukur kepada Allah SWT. Hal ini mengingat

¹⁵ Solihin, *Memaknai Shalat Dalam Kehidupan Sosial*, (Bandung : Arfino Raya 2011) hal 13

¹⁶ Tjetje D, *Pokok-Pokok Ajaran Agama*, (Bandung: Mutiara Hikmah 2013) hal 74

¹⁷ Muhammad Arifin, *Banjir Harta dengan Dahsyatnya Dzikir, Sholat Sunnah, dan Puasa Sunnah*, (Jogjakarta: Diva Press 2013) cet I, hal 102

¹⁸ Muhammad Makhdlori, *Berdhuha Akan Membuatmu Benar-benar Sukses dan Kaya*, (jogjakarta: Diva Press 2011) cet VIII, hal 26

manusia kebanyakan lupa menghadap atau berkonsultasi terlebih dahulu kepada Allah pada pagi hari sebelum memulai aktivitas. Salat duha dapat memacu diri untuk mengontrol jiwa agar selalu dekat dengan Allah Swt, karena Allah Swt sangat dekat kepada hamba hamba Nya yang mau mendekat.¹⁹

Sudah sejak lama masa remaja dinyatakan sebagai masa badai emosional. Dalam bentuknya yang ekstrem, pandangan ini terlalu bersikap stereotip karena remaja tidak selalu dalam kondisi “badai dan stress”. Meskipun demikian tidak dapat disangkal bahwa masa remaja awal merupakan suatu masa dimana fluktuasi emosi (naik dan turun) berlangsung lebih sering. Remaja muda dapat merasa sebagai orang yang paling bahagia di suatu saat kemudian merasa sebagai orang paling malang di saat lain. Dalam banyak kasus, intensitas dari emosi dari mereka agaknya berada di luar proporsi dari peristiwa yang membangkitkannya. Remaja muda dapat merajuk, tidak mengetahui bagaimana caranya mengekspresikan perasaan mereka secara cukup. Dengan sedikit atau tanpa provokasi sama sekali, mereka dapat menjadi sangat marah ke orang tuanya, memproyeksikan perasaan-perasaan mereka yang tidak menyenangkan kepada oranglain.²⁰

Remaja mulai menjadi lebih pandai dalam mengatur emosi mereka, dan mulai memiliki perbendaharaan untuk memengaruhi keadaan emosi diri mereka sendiri dan oranglain. Remaja lebih bisa menerjemahkan situasi sosial sebagai bagian dari proses tampilan emosi. Remaja mengembangkan berbagai skema tentang berbagai variasi orang tertentu dalam menunjukkan tampilan emosinya, dan mengatur tampilan emosi mereka berdasarkan skema tersebut. Pada awalnya remaja mulai mencoba melepaskan ikatan emosional mereka dengan orangtua dan lebih banyak mengembangkan persahabatan dengan teman sebayanya. Jenis kelamin memainkan peran penting

¹⁹ Sabil El-Ma'rufie, *Salat Dhuha* (bandung, Mizania, 2013), hlm 23

²⁰ John W. Santrock, *Remaja*, (Jakarta: Erlangga, 2007), hlm 201

dalam menunjukkan tampilan emosi, seperti hanya laki-laki akan lebih berusaha menyembunyikan rasa takut dibanding perempuan.²¹

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan oranglain, kemampuan dalam memotivasi diri sendiri, dan kemampuan dalam mengelola emosi dengan baik terhadap diri sendiri dan dalam hubungannya dengan oranglain.²² Kecerdasan emosional adalah sebuah kemampuan untuk “mendengarkan” bisikan emosi, dan menjadikannya sebagai sumber informasi penting dalam memahami diri sendiri dan oranglain demi mencapai sebuah tujuan.²³

Goleman berpendapat bahwa kecerdasan emosional ialah kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati, berempati dan berdoa.²⁴

Dalam uraian diatas dapat diketahui bahwa kecerdasan emosional yang berfungsi sebagai pengendalian dorongan hati, mengelola suasana hati, memotivasi diri sendiri, mampu memahami orang lain, diharapkan dapat membantu remaja siswa SMP Karya Bhakti khususnta kelas VIII untuk berkembang secara maksimal dengan kecerdasan emosionalnya.

G. Hipotesis

Hipotesis secara etimologis dibentuk dari kata hypo yang berarti kurang dan thesis artinya pendapat. Jadi maksudnya ialah suatu kesimpulan yang belum sempurna atau kesimpulan yang masih kurang. Hipotesis tidak lain ialah jawaban sementara

²¹ Aliah, *Psikologi Perkembangan Islami*, (Jakarta, PT Raja Grafindo Persada, 2006) hlm 170

²² Agus Efendi, *Revolusi Kecerdasan Abad 21 Kritik MI, EI, SQ,AQ & Succesful Intelegence Atas IQ*, (Bandung: Alfabeta 2005) hlm. 171

²³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual (ESQ)*. (Jakarta, Arga Wihaya Persada, 2001) hlm, 64

²⁴ Daniel Goleman, hlm 171

terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.²⁵

Berdasarkan pendapat diatas bisa dipahami bahwa karena sifatnya yang masih sementara, maka ada dua kemungkinan terhadap hipotesis yang diajukan, yakni diterima atau ditolak. Ada dua macam hipotesis, ialah hipotesis kerja yang disebut hipotesis alternatif dan hipotesis no yang disebut hipotesis statistik.



²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung, Alfabeta 2014), hlm 64