

## **Peningkatan Kecerdasan Emosional Dengan Membiasakan Membaca Al-Quran Pada Siswa Di SMP Negeri 66 Bengkulu Utara**

**Epi Pitriani**

SMP Negeri 66 Bengkulu Utara  
epipitriani87@gmail.com

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terbiasanya membaca Al-Quran terhadap kecerdasan emosional siswa di kelas VIII SMP Negeri 66 Bengkulu Utara. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Skala Likert merupakan alat pengumpulan data yang digunakan, yaitu skala kebiasaan membaca Al-Qur'an 35 pernyataan dan skala kecerdasan emosional diuji validitas dan reliabilitas 34 pernyataan. Uji korelasi dengan software SPSS for Windows 21.0 digunakan dalam analisis data. Hasil data kuantitatif menunjukkan bahwa bacaan Al-Quran tergolong sedang (60%) dan kecerdasan emosional berada pada level tinggi (50%). Hasil analisis uji korelasi dengan menggunakan teknik Pearson Product Moment memberikan nilai r sebesar 0,460 dengan nilai p sebesar 0,000, sedangkan nilai r tabel pada taraf signifikansi 5 persen N = 10 adalah sebesar 0,213, hal ini menunjukkan . hal ini menunjukkan bahwa tingkat kebiasaan membaca Al-Quran berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan emosional. Pengaruh variabel kebiasaan membaca Al-Quran terhadap kecerdasan emosional siswa SMP Negeri 66 Bengkulu Utara adalah ( $r_{xy} \times 100$ ), atau 21,16 persen.

**Kata Kunci:** Kebiasaan; Membaca Al-Quran; Kecerdasan Emosional.

### **Pendahuluan**

Al-Qur'an adalah ajaran dasar sebagai pegangan atau sebagai pedoman hidup bagi umat Islam. Di sisi lain, Banyak sekali keistimewaan yang dimiliki Al-Qur'an jika seseorang membacanya meskipun ia tidak mengetahui makna Al-Qur'an baik secara fisik maupun mental. Membaca Al-Quran terbukti dapat membuat seseorang menjadi lebih tenang karena mengurangi ketegangan saraf (Farhan 2017).

Membaca Al-Qur'an sangat dianjurkan bagi umat Muslim. Perintah membaca Al-Qur'an sendiri diabadikan dalam QS. Al-Alaq, ayat 1-5 (Al-Qur'an and Depag 1989).



Artinya: 1) Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan, 2) Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. 3) Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Mahamulia, 4) Yang mengajar (manusia) dengan pena, 5) Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya.

Menurut Quraish Shihab, kata “iqra” di sini berarti mengetahui maknanya, memelihara, mempelajari, membaca, mengkaji, meneliti, berarti menulis atau melafalkan apa yang tertulis untuk mengetahui makna yang dikandungnya. Pesan yang disampaikan oleh ayat ini adalah perintah untuk membaca. Kata “membaca” dalam surah ini melambangkan segala sesuatu yang dilakukan manusia, baik secara aktif maupun pasif. Paragraf berikutnya adalah tentang orang-orang yang memiliki kesempatan untuk mendapatkan informasi. Secara umum, mengatakan bahwa orang tidak buta huruf berarti mereka juga buta informasi. Cobalah untuk belajar dari semua informasi yang didapatkan dari hasil belajar (Mustolehudin 2011).

Banyak sekali manfaat membaca Al-Quran, khususnya membaca dan menafsirkan Al-Quran dapat menurunkan tingkat kecemasan, menurut DR. Ahmad Al-Qhadi yang mendapat

bukti bahwa Al-Qur'an dapat meredakan ketegangan syaraf sehingga membuat seseorang menjadi lebih tenang (Farhan 2017).

Ini dapat menjadi bukti bahwa Al-Qur'an dapat menjadi penyembuh sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Israa': 82 (Al-Qur'an and Depag 1989)

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

“Dan kami turunkan dari Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.”

Surah QS. Al-Israa' ayat 82 menjelaskan bahwa Al-Qur'an dapat menjadi penawar dan rahmat bagi orang beriman, tetapi tidak bagi orang yang tidak berbuat salah kecuali kerugian. Jadi arti penawarnya tidak ditujukan untuk semua orang dan hanya khusus untuk orang yang beragama. SMP Negeri 66 Bengkulu Utara menjadikan membaca Al-Quran sebagai latihan wajib. Hal ini dilakukan mengingat bahwa Al-Quran sebagai pedoman umat Muslim sehingga banyak sekali manfaat yang dapat diambil dari Al-Quran.

Para siswa dibiasakan membaca Al-Qur'an sebelum memulai pelajaran yang dibimbing langsung oleh Guru yang bertugas. Hal ini memberikan dampak positif bagi para siswa sebagaimana dikemukakan oleh Wakil Kepala Sekolah ibu Didharianti Kusuma, S.Pd sebagai pegawai bagian kesiswaan menjelaskan bahwa membiasakan diri membaca dan mendalami Al-Qur'an membawa perubahan tingkah laku yang lebih positif dan sopan santun kepada guru dan masih banyak lagi. teman-teman yang dihormati.

Perkembangan zaman, baik ilmu pengetahuan maupun teknologi, membuat hampir semua hal menjadi praktis. Namun, ternyata perkembangan positif tidak lepas dari dampak negatifnya. Karena semuanya bisa dilakukan dengan mudah, banyak orang menyalahgunakan. Salah satu dampak negatifnya adalah pergaulan anak muda di luar norma agama dan pemerintahan, seperti pelanggaran hukum, kecanduan obat-obatan terlarang, maraknya pornografi, kebobrokan moral dan pengendalian diri secara emosional. Kejahatan tersebut salah satunya disebabkan oleh remaja yang memasuki fase labil, yaitu fase transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Oleh karena itu, pada tahap ini, remaja mengalami perubahan fisik seperti anggota tubuh, dan psikologis seperti aspek emosional. Selama fase transisi ini, kaum muda masuk ke dalam pembentukan identitas, yang merupakan kunci dari beberapa fase yang membentuk kepribadian orang dewasa (Sarwono 2012).

Para remaja harus memiliki pengendalian diri yang baik agar mampu membedakan hal baik dan hal buruk. Kecerdasan emosional didukung dengan pengendalian diri yang baik sebagai aspek penting. Usia, lingkungan sosial, jenis kelamin, dan juga pengalaman menjadi faktor-faktor yang membentuk kecerdasan emosional (Jati and Yoenanto 2013).

Orangtua berkewajiban untuk memilih lingkungan sosial yang baik kepada anak agar mampu membentuk kecerdasan emosional yang baik. Salah satunya adalah dengan memilihkan anak sekolah yang mendukung. Artinya adalah sekolah tidak hanya focus pada pelajaran umum akan tetapi juga pada pelajaran agama yang akan mengarahkan pada aqidah dan akhlak yang akan mendukung kecerdasan emosional maupun kecerdasan lainnya.

Adapun pendapat dari Daniel Goleman, emosional merupakan kecerdasan yang mengarah pada kemampuan individu untuk mengetahui emosi, menjangkau juga membangkitkan emosi agar membantu pikiran, memahami pikiran dan memaknainya, memahami emosi diri sendiri dan orang lain, serta mengelola emosi secara mendalam sehingga dapat membantu perkembangan emosional dan intelektual dalam kehidupannya. Daniel Goleman kemudian menjelaskan beberapa aspek kecerdasan emosional; 1) kesadaran akan perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain dalam bentuk penilaian diri yang akurat dan keyakinan akan kemampuan sendiri. 2) pengendalian yang dapat mengendalikan diri yang baik membutuhkan dorongan dari

dalam dirinya sendiri. Bisa beradaptasi kepada situasi atau tuntutan yang tanpa bisa menghilangkan fokus atau energi yang berlebihan. 3) mempunyai kesadaran sosial yang baik, kemampuan memahami situasi, empati pada orang lain maupun lingkungan, dan kemampuan mendengarkan atau membaca maupun melihat dari diri orang lain (Goleman 2007).

Tindakan yang salah terjadi karena permasalahan yang seringkali terjadi dikarenakan permasalahan dari diri sendiri ataupun karena permasalahan yang berhubungan dengan orang lain (Susanti 2015). Kecerdasan emosional sebagai salah satu penyebabnya dimana kemampuan dalam mengendalikan diri dan situasi yang masih kurang sebagai bentuk kecerdasan emosional. Oleh karena itu ketika seseorang memiliki kecerdasan emosional maka ia akan memiliki kemampuan melakukan pengontrolan diri agar tidak bertindak dengan segala bentuk penyimpangan yang bertolakbelakang pada norma-norma yang sudah ada. Sama halnya dengan pendapat Gottfredson dan Hirschi yang menyatakan bahwa bila seseorang itu mempunyai pengendalian diri yang rendah, mempunyai karakteristik yang stabil untuk melakukan tindakan-tindakan yang menyimpang. Tujuan dari penelitian ini untuk membuktikan adanya pengaruh kebiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan emosional siswa kelas VIII SMP Negeri 66 Bengkulu Utara.

Penelitian kuantitatif korelasional adalah metode penelitian yang digunakan. Variabel dalam penelitian ini adalah kebiasaan membaca Al-Qur'an sebagai variabel bebas dan kecerdasan emosional sebagai variabel terikat. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 66 Bengkulu Utara dengan jumlah subjek yaitu 10 siswa. Adapun angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah Aspek Kebiasaan Membaca Al-Qur'an (Syah 2006) dan Kecerdasan Emosional (Goleman 1996).

Angket aspek kebiasaan membaca Al-Qur'an berdasarkan 4 indikator menurut Burghardt (Syah 2012) yaitu aspek kontinuitas, konsistensi, perencanaan dan kesungguhan terdiri dari 35 item pernyataan. Sedangkan angket gejala kecerdasan emosional memiliki 3 aspek (Goleman 1996) yaitu kesadaran diri, pengelolaan diri dan kesadaran sosial terdiri dari 34 item pernyataan.

## Hasil Penelitian

Teknik analisis yang digunakan adalah Teknik analisis *product moment* dibantu dengan *software Statistical Packages for Social Science (SPSS) 21.0*.

Tabel 1. Statistik deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<u>Kebiasaan Membaca Al-Qur'am</u>	10	100	140	122,5	10,473
<u>Kecerdasan Emosional</u>	10	48	125	106,1	7,85

Tabel 2. Uji Analisis Data Kebiasaan Membaca Al-Qur'an

Valid		Frekuensi	Persentase
		Tinggi	1
	Sedang	6	60
	Rendah	3	30
	Total	10	100

Berdasarkan angket Al-Qur'an pada aspek kebiasaan membaca diperoleh mean 122,5 dan standar deviasi 10,473. Hasil ini kemudian dapat digunakan untuk menentukan subjek mana yang termasuk dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah menggunakan klasifikasi intensitas variabel.

Diketahui bahwa 1 orang atau 10% dari kelas atas membaca Alquran, 6 orang atau 60% dari kelas menengah dan 3 orang atau 30%.

Tabel 3. Uji Analisis Data Kecerdasan Emosional

		Frekuensi	Persentase
Valid	Tinggi	5	50
	Sedang	3	30
	Rendah	2	20
	Total	10	100

Tabel 4. Uji Hipotesis

Correlations			
		Kebiasaan Membaca Al-Qur'an	Kecerdasan emosional
Kebiasaan Membaca Al-Qur'an	Pearson Correlation	1	,460**
	Sig. (2-tailed) N	10	,000
Kecerdasan Emosional	Pearson Correlation	,460**	1
	Sig. (2-tailed) N	,000	10

Berdasarkan hasil uji korelasi product-moment diperoleh r hitung sebesar 0,460 dengan p-value 0,00 dan r-tabel dengan nilai N 10 sebesar 0,213 ( $p\text{-value} < 0,05$ ). Setelah itu  $H_a$  diterima,  $H_0$  ditolak, dan disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kebiasaan membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional siswa kelas VIII SMP Negeri 66 Bengkulu Utara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kebiasaan membaca AlQur'an terhadap kecerdasan emosional siswa kelas VIII SMP Negeri 66 Bengkulu Utara. Berdasarkan hasil perhitungan uji korelasi dengan SPSS 21 menggunakan teknik korelasi product-moment diperoleh nilai r-number sebesar 0,460 dengan p-value 0,00, sedangkan nilai r-tabel berada pada taraf signifikansi 5 persen dengan N 50 adalah 0,213. Karena diperoleh nilai r-number ( $0,460 > r\text{-tabel}$ ) ( $\text{sig } 5 \text{ persen} = 0,213$ ) ( $p\text{-value} < 0,05$ ), maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan terdapat ada perbedaan yang signifikan antara gaya membaca Al Quran dengan kecerdasan emosional siswa Kelas VIII SMP Negeri 66 Bengkulu Utara.

Perilaku yang muncul secara berulang bahkan menetap sehingga menjadikan sebagai perilaku yang baru dan dapat terulang secara otomatis disebut dengan kebiasaan (Syah 2012). Kebiasaan muncul disebabkan adanya stimulus tertentu yang akhirnya menyebabkan pengulangan tingkah laku dan berfungsi sebagai penguat dari terbentuknya kebiasaan (Zulhammi 2015). Kebiasaan membaca Al-Qur'an secara berulang akan membentuk suatu tingkahlaku yang menetap pada individu.

Kecerdasan sosial sebagai kecerdasan yang haru dimiliki oleh manusia sebagai makhluk sosial, dimana didalamnya terdapat kecerdasan emosional sebagai kecerdasan untuk mengelola emosi dan perasaannya sendiri maupun orang lain, serta mampu memfilter informasi yang didapatkan sehingga tidak diarahkan dengan sesuai (Andriani 2014). Menurut Daniel Goleman mengukur kecerdasan emosional dapat dilakukan dengan beberapa aspek yaitu, 1) memiliki rasa sosial. 2) memiliki kesadaran diri yang baik. 3)mampu mengelola diri baik (Goleman 2007).

Wawancara yang dilakukan dengan Kepala SMP Negeri 66 Bengkulu Utara menyatakan bahwa membiasakan siswa dalam membaca Al-Qur'an di sekolah dijadwal secara teratur yaitu sebelum pembelajaran dimulai, sebelum dzuhur dan 5 menit sebelum pulang sekolah.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Ibu Nurul Badriyah, S.Pd selaku kepala SMP Negeri 66 Bengkulu Utara. Pembiasaan membaca Al-Qur'an ini pada saat pertama kali diterapkan hanya pada saat sebelum pembelajaran dimulai, dan program ini telah berjalan sejak tahun 2017, mulai dari angkatan pertama. Aspek psikologis akan sangat dipengaruhi ketika seseorang membaca Al-Qur'an (Alwin 2020).

Berdasarkan faktor-faktor yang berpengaruh terhadap cara membaca Al-Qur'an salah satunya adalah proses pembiasaan dengan mengulangnya. Hasil yang diperoleh menunjukkan, beberapa siswa masih dalam kelompok kategori rendah dalam kebiasaan membaca Al-Qur'an. Berdasarkan hasil wawancara dengan seorang guru, bahwa ketika mengaji secara terpisah untuk hafalan, ada siswa yang masih ragu membaca, ada siswa yang berbicara dan tidak bisa menghafal.

Dari apa yang dilihat bisa mendapat kesimpulan yaitu siswa yang terbiasa membaca Al-Qur'an dengan kategori yang rendah maka mempunyai tingkat kecerdasan emosional yang rendah pula, begitupun dengan sebaliknya bila siswa terbiasa membaca Al-Qur'an dengan tingkat tinggi maka mempunyai tingkat kecerdasan emosional yang tinggi pula. Membaca Al-Qur'an berpengaruh terhadap kecerdasan emosional yang memiliki kaitan pada pandangan para ulama yang menyebutkan bahwasanya membaca Al-Qur'an memiliki banyak sekali manfaat yaitu salah satunya yaitu menangani emosional. Penelitian DR. Ahmad al-Qadhi menunjukkan bahwa Al-Qur'an dapat mengurangi ketegangan-ketegangan yang ada pada saraf (Farhan 2017). Sehingga bisa mengurangi maupun menurunkan tingkat kecemasan yang dapat membuat emosi menjadi lebih stabil. Al-Qur'an yang mendatangkan ketenangan sejalan dengan sabda Rasulullah SAW:

*“Tidaklah berkumpul suatu kaum dalam suatu majlis membaca kitab Allah kecuali turun pada mereka ketenangan dan diliputi rahmat dan dikerumuni oleh malaikat dan Allah akan menyebutkan mereka di hadapan para malaikatnya.” (HR. Muslim)*

Rasa tenang ini akan menciptakan emosi yang lebih stabil, memungkinkan seseorang mengendalikan diri dan pikirannya. Pengendalian diri yang baik berasal dari kemampuan seseorang dalam menghadapi masalah atau emosi yang membuatnya depresi. Hal ini karena seseorang yang membaca Al-Qur'an berulang kali, selain memperoleh ketenangan dari manfaat membaca Al-Qur'an, juga berpengaruh terhadap rekonstruksi kognitif dari ayat-ayat Al-Qur'an yang dibacanya, akan mempunyai pemahaman yang wajar tentang masalah evaluasi (Farhan 2017).

Pengaruh dari kebiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan emosional siswa SMP Negeri 66 Bengkulu Utara adalah sebesar  $(r_{xy}^2 \times 100)$  atau 21,16% yang artinya tidak hanya membaca Al-Qur'an yang mempengaruhi kecerdasan emosional sebesar 78,84 persen. Sedangkan yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah faktor lingkungankeluarga dan lingkungan sekolah, dan juga otak manusia itu sendiri.

## **Kesimpulan**

Kebiasaan membaca Al-Qur'an memiliki peningkatan pada siswa SMP Negeri 66 Bengkulu Utara yang memiliki tempat di posisi kategori tinggi sebanyak 1 orang (10%), yang memiliki tempat di posisi kategori sedang sebanyak 6 orang (60%), dan yang memiliki posisi di kategori rendah sebanyak 3 orang (30%). Dari pernyataan ini menunjukan bahwa terbiasanya membaca Al-Qur'an di SMP Negeri 66 Bengkulu Utara masuk pada kategori sedang. Tingkat kecerdasan emosional siswa M SMP Negeri 66 Bengkulu Utara berada kategori tinggi sebanyak 5 orang (50%), dalam kategori sedang berjumlah 3 orang (30%), dan yang berada di kategori rendah sebanyak 2 orang (20%). Hal ini menunjukan bahwa tingkat kecerdasan emosional di SMP Negeri 66 Bengkulu Utara berada dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil uji hipotesis maka didapatkan hasil yang menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara kebiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan emosional siswa kelas VIII di SMP Negeri 66 Bengkulu Utara. Besarnya pengaruh kebiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan emosional sebesar 28,4 persen, yang artinya terdapat pengaruh kebiasaan membaca Al-Qur'an terhadap kecerdasan emosional.

## Bibliografi

- Al-Qur'an, Yayasan Penyelenggara Penterjemah, and R I Depag. 1989. *Al-Qur'an Dan Terjemahnya. Semarang: Toha Putra.* Semarang: Toha Putra.
- Alwin, Syaputra. 2020. "Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuludin Adab Dan Dakwah (Fuad) Iain Bengkulu."
- Andriani, Asna. 2014. "Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient) Dalam Peningkatan Prestasi Belajar." *EDUKASI: Jurnal Pendidikan Islam (e-Journal)* 2 (1): 86–99.
- Farhan, Farhan. 2017. "Kemukjizatan Kata-Kata Al-Quran Dan Pengaruhnya Terhadap Jiwa Manusia." *Jurnal Pendidikan BASIS* 1 (2).
- Goleman, Daniel. 1996. *Kecerdasan Emosional. Terj. T. Hermaya. Gramedia Pustaka Utama.* Jakarta.
- . 2007. *Kecerdasan Emosi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.*
- Jati, Ginanjar Waluyo, and Nono Hery Yoenanto. 2013. *Kecerdasan Emosional Siswa Sekolah Menengah Pertama Ditinjau Dari Faktor Demografi. Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan.* Vol. 2.
- Mustolehudin, Mustolehudin. 2011. "Tradisi Baca Tulis Dalam Islam Kajian Terhadap Teks AlQur'an Surat Al 'Alaq Ayat 1-5." *Analisa: Journal of Social Science and Religion* 18 (1): 145–54.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. 2012. *Psikologi Ulayat. Jurnal Psikologi Ulayat.* Vol. 1.
- Susanti, Iis. 2015. *Perilaku Menyimpang Dikalangan Remaja Pada Masyarakat Karangmojo Plandaan Jombang. Paradigma.* Vol. 3.
- Syah, Muhibbin. 2006. *Psikologi Belajar.* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- . 2012. *Psikologi Belajar (Cetakan Ke-12).* Jakarta: Rajawali Pers.
- Zulhammi, Zulhammi. 2015. "Teori Belajar Behavioristik Dan Humanistik Dalam Perspektif Pendidikan Islam." *Darul'Ilmi: Jurnal Ilmu Kependidikan Dan Keislaman* 3 (1): 105–25.