

BAB 1 PENDAHULUAN

A Latar Belakang Masalah

Kecerdasan emosional merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia. Individu dengan kecerdasan emosional yang baik akan mampu mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang lain, mampu memotivasi diri sendiri dan mampu mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Sementara individu dapat dikatakan memiliki kecerdasan emosi rendah apabila tidak memiliki keseimbangan emosi, bersifat egois, berorientasi pada kepentingan sendiri, tidak dapat menyesuaikan diri dengan beban yang sedang dihadapi serta selalu gelisah. (Goleman, 1995, dalam Risma Chintya & Masganti Sit, 2024).

Kecerdasan emosional memiliki peran yang lebih besar dibandingkan dengan kecerdasan intelektual. Jika kecerdasan intelektual (IQ) menjadi syarat dalam menggapai keberhasilan, maka kecerdasan emosional (EQ) dapat mengantarkan seseorang menuju puncak prestasi. Menurut Daniel Goleman, kecerdasan intelektual (*intelligence quotients*) hanya memberikan 20% terhadap kesuksesan seseorang. Sedangkan 80% lainnya dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya ialah kecerdasan emosional (EQ). (Muh. Ilham Jaya, 2022). Keterampilan EQ bukanlah lawan keterampilan IQ atau keterampilan kognitif, namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Selain itu, EQ tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan. (Shapiro, 1998 : 10).

Individu dengan EQ rendah akan mengalami kesulitan dalam mengatur suasana diri, bahkan mungkin tidak mampu bersosialisasi secara baik. Namun fenomena yang ada menunjukkan bahwa tidak sedikit orang masih mengedepankan IQ tinggi sebagai penilaian utama. Padahal ada banyak orang dengan IQ sedang yang dapat mengungguli prestasi orang dengan IQ tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa IQ tidak selalu dapat memperkirakan kemampuan seseorang (Tri Sulastri, dkk, 2021). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Azizurrahman, dkk (2023) menunjukkan bahwa siswa di MAN 2 Lombok Timur mengalami peningkatan kecerdasan emosional, hal tersebut karena ditanamkannya budaya religius salah satunya dengan membiasakan melakukan istighosah.

Dalam beberapa tahun terakhir, kegiatan istighosah telah menjadi semakin populer di kalangan masyarakat. Kata istighosah ini mempunyai berbagai makna dari berbagai pendapat, diantaranya istighosah berasal dari kata “*ghoutsu, ghotsa, ghoutsan, ighotsatan*” yang artinya pertolongan, menolongnya, membantunya. Sedangkan menurut A. Nuril Huda dalam Siti Makhmudah (2017) kata istighosah berasal dari “*Al-ghouts*” yang berarti pertolongan. Dalam tata bahasa Arab kalimat yang mengikuti pola (wazan) “*istaf’ala*” atau “*istif’al*” yang menunjukkan arti permintaan atau permohonan. Maka istighosah berarti meminta pertolongan.

Kegiatan istighosah merupakan salah satu bentuk ibadah yang dilakukan dengan membaca doa-doa khusus yang sebagai upaya menghubungkan diri pribadi kepada Allah, yang berisikan permohonan-permohonan tertentu serta didalamnya menggunakan (wasilah) perantara para nabi, rasul dan auliya yang saleh dalam laku

hidupnya. (Barmawie Umar, 1993). Nilai-nilai tersebut yang menjadikan masyarakat atau lingkungan pesantren sering kali melakukan istighosah dengan berbagai macam do'a, dzikir dan surah-surah yang ada dalam Al-Qur'an sesuai dengan hajat dan permohonan seorang hamba kepada Allah SWT. Dengan berbagai bacaan yang ada dalam kegiatan Istighosah tak jarang banyak sekali orang menelitinya. (Dedek Romansyah, 2021).

Salah satu lembaga yang melakukan kegiatan istighosah secara rutin adalah pondok pesantren dimana pondok pesantren ini mencetak santri agar dapat memperdalam sikap yang harus dilakukan dalam menjaga hubungan secara sosial antara sesama manusia (*habluminannas*) dan yang terpenting menjaga hubungan kepada Allaah SWT (*Habluminallah*), yang mana terjalinnya hubungan sosial antar sesama santri dilandasi oleh aspek emosi. (Ma'shum, 1995). Namun, apakah kegiatan istighosah jika dilakukan secara intensif akan memberikan pengaruh terhadap kecerdasan emosional?

Azizurrahman,dkk (2023) menunjukkan bahwa budaya religious salah satunya dengan membiasakan melakukan istighosah di MAN 2 Lombok Timur memiliki pengaruh terhadap kecerdasan emosional, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi budaya religius maka semakin tinggi juga kecerdasan emosional. Penelitian lain yang dilakukan oleh Eka Silviyana (2019) hasilnya menunjukkan bahwa efek yang dirasakan dari mengikuti istighosah ialah tumbuhnya ketenangan jiwa, dapat memperbaiki akhlak, menambah pertemanan, meningkatkan ibadah, dan sebagai sarana bertaubat. adapun menurut Diah Septiani (2019) bahwa pengaruh yang positif antara variabel pembinaan keagamaan dengan

variabel kecerdasan emosional yang dilaksanakan di Balai Rehabilitasi Sosial Korban Penyalahgunaan NAPZA (BR SKPN) Galih Pakuan Bogor. Faktor dominan yang paling berpengaruh terhadap kecerdasan emosional adalah nilai keyakinan. Salah satu contoh keyakinannya adalah dengan meyakini dengan sepenuh hati terhadap apa yang diajarkan oleh agama. Penelitian lainnya yaitu dilakukan oleh Pitrini, dkk (2022) yang menunjukkan bahwa kegiatan istighosah dapat memberikan keseimbangan emosi, ketenangan, mengurangi kecemasan dan kegelisahan. Namun, penelitian tersebut tidak secara spesifik meneliti pengaruh intensitas kegiatan istighosah terhadap kecerdasan emosional.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh intensitas kegiatan istighosah terhadap kecerdasan emosional, serta untuk mengetahui seberapa besar pengaruh tersebut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan teori dan praktik dalam bidang kecerdasan emosional dan kegiatan istighosah. Salah satu lembaga yang rutin mengadakan kegiatan istighosah ialah Ponpes Salafi Ar-Raaid Cipadung, dimana kegiatan ini dilakukan rutin setiap malam jum'at pada pukul 19.00 WIB.

Untuk lebih memperkuat penelitian yang sudah ada, peneliti melakukan studi awal terlebih dahulu dengan wawancara langsung terhadap beberapa mahasantri Ponpes Ar-Raaid yang intensif melakukan istighosah, diantaranya yaitu Turaeni (23 tahun), menurutnya setelah melaksanakan kegiatan istighosah hati dan pikiran yang sebelumnya terasa berat menjadi lebih ringan, lebih sadar akan diri sendiri bahwa hakikatnya manusia adalah hamba yang membutuhkan Tuhan, yang akhirnya dalam

melakukan interaksi dengan orang lain pun terasa menjadi lebih mudah. Adapun menurut Irmalasari (24 Tahun), istighosah itu sebagai salah satu wadah untuk *charger* qolbu dan ruhani, sebagaimana *handphone* yang perlu di *charger* agar tidak *lowbat* dan mati, ruhani dan hati pun perlu di *charger* agar tidak mati dan dapat digunakan dengan baik dan tentunya akan berpengaruh terhadap emosi. Menurutny apa yang ada di dalam hati dan fikiran akan muncul melalui perilaku dan mempengaruhi bagaimana cara kita dalam bersikap.

Dari berbagai pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap dua variable tersebut, yakni kegiatan istighosah dan kecerdasan emosional (EQ), dimana sudah banyak orang melakukan penelitian tentang istighosah namun tidak banyak yang menghubungkannya dengan kecerdasan emosional, yang mana kecerdasan emosional penting dimiliki oleh individu terutama para santri dalam penyesuaian dirinya dengan orang lain. Kemudian tempat, waktu dan karakteristik dari subjek bisa dijadikan sebagai suatu kebaruan. Untuk itu, peneliti ingin mengetahui bagaimana pengaruh kegiatan istighosah terhadap kecerdasan emosional mahasiswa Pondok Pesantren Salafi Ar-Raaid.

B Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka diperoleh rumusan masalah sebagai berikut :
Apakah kegiatan istighosah memiliki pengaruh terhadap kecerdasan emosional (EQ) mahasiswa Pondok Pesantren Salafi Ar-Raaid ?

C Tujuan penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah yang ada, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

Untuk mengetahui apakah kegiatan istighosah memiliki pengaruh terhadap kecerdasan emosional (EQ) mahasiswa Pondok Pesantren Salafi Ar-Raaid.

D Kegunaan penelitian

Kegunaan penelitian dibagi menjadi 2 yaitu kegunaan teoretis dan kegunaan praktis

Kegunaan Teoretis

1. Dapat membantu mengembangkan teori kecerdasan emosional dengan menambahkan variabel intensitas kegiatan istighosah sebagai faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional.
2. Penelitian ini dapat membantu meningkatkan pemahaman tentang hubungan antara spiritualitas dan kecerdasan emosional, serta bagaimana kegiatan istighosah dapat mempengaruhi kecerdasan emosional.
3. Membantu mengidentifikasi bagaimana intensitas kegiatan istighosah dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

Kegunaan Praktis

1. Penelitian ini dapat membantu pengembangan program kecerdasan emosional yang lebih efektif dengan memasukkan kegiatan istighosah sebagai salah satu komponen.

2. Penelitian ini dapat membantu pengembangan strategi *coping* yang lebih efektif bagi individu yang sedang menghadapi tekanan dengan menunjukkan bahwa intensitas kegiatan istighosah dapat meningkatkan kecerdasan emosional.
3. Penerapan dalam pendidikan, penelitian ini dapat membantu penerapan kegiatan istighosah dalam pendidikan untuk meningkatkan kecerdasan emosional santri.

