

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Sholat Dhuha

1. Penertian Sholat Dhuha

Sholat Dhuha terdiri dari dua kata, yaitu "Sholat" dan "Dhuha", yang mencakup makna material dan spiritual. Secara material, ini melibatkan gerakan fisik, sementara secara spiritual, ini melibatkan kegiatan rohani. Sholat adalah bentuk doa, permohonan, dan permintaan yang mendekatkan diri dengan Sang Pencipta. Sholat Dhuha merupakan salah satu sholat sunnah yang sangat dianjurkan oleh Rasulullah S.A.W. Banyak hadits yang menjelaskan berbagai keutamaan dan keistimewaan sholat Dhuha bagi siapa saja yang melaksanakannya.

Menurut Zaharo Assaffanah, dhuha merujuk pada waktu setelah subuh dan sebelum dzuhur. Beberapa ulama menafsirkan sholat dhuha sesuai dengan makna surat Adh Dhuha, yang berarti cahaya matahari. Sholat dhuha adalah sholat sunnah yang terdiri dari dua rakaat atau lebih, dengan jumlah maksimal dua belas rakaat.¹⁹

Menurut pendapat lain, Menurut pendapat lain, Maulana Ahmad menyatakan bahwa sholat dhuha adalah sholat sunnah yang dilakukan pada pagi hari ketika matahari sedang naik. Sholat dhuha memiliki kedudukan dan keutamaan yang besar. Imam Syaukani menjelaskan dalam sebuah hadis bahwa dua rakaat sholat dhuha dapat menggantikan 360 kali sedekah. Oleh karena itu, syariat sangat menekankan untuk

¹⁹ Zaharo Assaffanah, "Implementasi Program Sholat Dhuha dalam Pengembangan Kecerdasan Spiritual Peserta Didik di Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Jember Tahun Pelajaran 2021/2022", h.22

melaksanakannya secara istiqomah. Secara umum, sholat dhuha adalah sholat sunnah muakad sebagai bentuk ibadah, dan secara khusus, sholat ini berhubungan dengan permohonan rizki. Dalam pelaksanaannya, setiap dua rakaat diakhiri dengan satu salam, namun ada juga pendapat yang memperbolehkan empat rakaat dengan satu tasyahud atau satu salam.²⁰

Menurut Menurut Laelatulk Mahmudah, sholat dhuha adalah sholat yang dianjurkan oleh Nabi untuk dibiasakan. Umat yang mengerjakan sholat dhuha dua rakaat di pagi hari akan dicukupkan rezekinya sampai sore hari.²¹

Dapat disimpulkan dari berbagai pendapat ialah sholat yang dikerjakan pada waktu dhuha yaitu pada matahari terbit sampai pada sebelum dhuhur, yang dikerjakan bisa dengan berjamaah maupun sendiri. Sholat dhuha merupakan sholat sunnah yang dianjurkan Rasulullah.

2. Tata Cara Sholat Dhuha

Dalam pelaksanaan sholat dhuha terdapat beberapa pandangan mengenai tata caranya dalam melaksanakannya. Tata cara melaksanakannya sama seperti sholat biasanya. Kalau sebelum sholat berwudhu terlebih dahulu, lalu hendak memulai sholat dengan berdiri tegak menghadap kiblat ketika bertakbiratul ikhram niat sholat yang dikerjakannya.

Zaharo Assaffanah menyebutkan, ada beberapa cara pelaksanaan sholat dhuha yaitu:

²⁰ Maulana Ahmad, "Dahsyatnya Sholat Sunnah" Vol.1 (Yogyakarta: Pustaka Marwa, 2010): 137-138

²¹ Laelatulk Mahmudah, "Konsep Rezeki dalam Shalat Dhuha Perspektif Pendidikan Islam" (Skripsi, UNUGHA Cilacap 2021) h.13

1.) Niat Sholat Dhuha

Bacaan niat sholat dhuha sebagai berikut:

أُصَلِّي سُنَّةَ الضُّحَى رَكَعَتَيْنِ مُسْتَقْبِلَ الْقِبْلَةِ أَدَاءً لِلَّهِ تَعَالَى

Artinya: Saya shalat dhuha dua rakaat karena Allah

2.) Membaca Do'a Iftitah dan Al-Fatihah

3.) Membaca surat Al-Qur'an setelah membaca Al-Fatihah.

Jika rakat pertama ialah surat Asy-syams dan rakat kedua ialah Ad-Dhuha.

4.) Setelah membaca surat Al-Qur'an dilanjutkan rukuk

5.) Selesai melakukan rukuk, berdiri sejenak atau disebut dengan I'tidal

6.) Setelah itu sujud, disertai duduk diantara dua sujud kemudian sujud lagi.

7.) Sujud kedua selesai, kemudian berdiri lagi layaknya seperti rakat pertama setelah rakat kedua selesai hingga tasyahud akhir

8.) Kemudian salam.

9.) Berdo'a setelah sholat dhuha.²²

Berikut bacaan do'a setelah sholat dhuha:

اللَّهُمَّ إِنَّ الضُّحَاءَ ضُحَاءُكَ وَالْبَهَاءَ بَهَاءُكَ وَالْجَمَالَ جَمَالُكَ وَالْقُوَّةَ قُوَّتُكَ
اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ رِزْقِي فِي السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ وَالْقُدْرَةَ قُدْرَتُكَ وَالْعِصْمَةَ عِصْمَتُكَ

²² Zaharo Assaffanah, "Implementasi Program Sholat Dhuha dalam Pengembangan Kecerdasan Spiritual Peserta Didik di Madrasah Tsanawiyah Negeri 2 Jember Tahun Pelajaran 2021/2022", h. 23-24

وَأِنْ كَانَ فِي الْأَرْضِ فَأَخْرِجْهُ وَإِنْ كَانَ مُعَسَّرًا فَيَسِّرْهُ وَإِنْ كَانَ حَرَامًا
فَطَهِّرْهُ وَإِنْ كَانَ بَعِيدًا فَمَقِّبْهُ بِحَقِّ ضَحَائِكَ وَبِهَاءِكَ وَجَمَالِكَ وَقُوَّتِكَ
وَقُدْرَتِكَ آتِنِي مَا أَرْتِي عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ

Artinya: "Ya Allah, bahwasanya waktu dluha itu waktu dluhaMu, kecantikan ialah kecantikanMu, keindahan itu keindahanMu, kekuatan itu kekuatanMu, kekuasaan itu kekuasaanMu, dan perlindungan itu, perlindunganMu".²³

3. Adab dan Etika Sholat Dhuha

Islam ialah agama Islam adalah agama yang luar biasa, yang membimbing umatnya untuk selalu berbuat baik, berperilaku baik, dan bersikap terpuji kepada sesama makhluk hidup. Selain itu, Islam juga mengajarkan kita untuk selalu memperhatikan adab dan etika dalam melaksanakan ibadah. Oleh karena itu, sebelum melaksanakan sholat dhuha, kita harus memahami adab dan etikanya agar ibadah kita diterima di hadapan Allah. Berikut ini adalah adab dan etika dalam menjalankan sholat dhuha:

a.) Mempersiapkan keadaan dengan kondisi yang baik

1. Membersihkan bagian tubuh maupun pakaian dan tempat sholat yang kotor
2. Menutup aurat yang terlihat hingga sempurna
3. Berdiri menghadap kiblat

²³ Shobiroh Ulfa Kurniyawati, "Keajaiban Shalat Tahajud, Subuh, dan Dhuha", Vol.1 (Rawamangun: Adfale Prima Cipta, 2017), 83

4. merenggangkan kedua telapak kaki ketika merapikan shaf,
- b.) Menenangkan hati dan pikiran dengan khusyuk ketika sholat
1. Menjauhi kata hati dari kata lalai
 2. Mengabaikan dari pikiran yang buruk maupun bersifat duniawi
 3. Memikirkan hal-hal untuk akhirat.
 4. Menyadari setiap hal yang kita perbuat diawasi Allah.
- c.) Membersihkan hati dari perbuatan yang buruk
1. Menghindari dari sifat riya' dalam shalat.
 2. Ketika berdo'a hendaknya beretika seperti tidak mengeraskan suara.²⁴

4. Keutamaan Shalat Dhuha

Sebagaimana kita ketahui, Rasulullah SAW sangat menekankan dalam melaksanakan sholat dhuha. Beliau menginginkan kita untuk berusaha semaksimal mungkin untuk mengerjakan sholat dhuha, agar kita dapat memperoleh keutamaannya, semua itu demi kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.²⁵

Orang yang membiasakan diri melaksanakannya telah disediakan surga baginya. Rasulullah, bahkan orang yang banyak dosanya apabila ia dengan sungguh-sungguh bertobat dan rajin mengerjakan sholat dhuha, makai ia akan diampuni dosannya oleh Allah. Selain itu, Solat dhuha juga dapat merupakan sedekah bagi tiap-tiap anggota badan yang memang harus disedekahi.²⁶

²⁴ Anisa Putri Ayunda, "Penanaman Nilai Akhlak Melalui Pembiasaan Shalat Dhuha di SDIT Harapan Bunda Purwokerto," (Skripsi, IAIN Purwokerto 2019) h.36

²⁵ Siti Nor Hayati, "Manfaat Sholat Dhuha dalam Pembentukan Akhlakul Karimah Siswa (Studi Kasus pada Siswa Kelas XI MAN Purwoasri Kediri Tahun Pelajaran 2014-2015)" *Spiritualita*, Vol.1, (Juni, 2017): 46

²⁶ Rafi'udin, "Esiklopedia Shalat Sunnah: Dhuha", h.42-43

Lebih jelasnya didalam sabda Rasulullah SAW sebagai berikut:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مُحَمَّدِ بْنِ أَسْمَاءَ الضُّبَيْعِيُّ حَدَّثَنَا مَهْدِيُّ وَهُوَ ابْنُ مَيْمُونٍ
حَدَّثَنَا وَاصِلٌ مَوْلَى أَبِي عُبَيْنَةَ عَنْ يَحْيَى بْنِ عَقِيلٍ عَنْ يَحْيَى بْنِ يَعْمَرَ عَنْ
عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ يُصْبِحُ أَبِي الْأَسْوَدِ الدُّؤَلِيُّ عَنْ أَبِي ذَرٍّ
عَلَى كُلِّ سَلَامَى مِنْ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ فَكُلُّ تَسْبِيحَةٍ صَدَقَةٌ وَكُلُّ تَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ
وَكُلُّ تَهْلِيلَةٍ صَدَقَةٌ وَكُلُّ تَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ وَنَهْيٌ عَنْ
الْمُنْكَرِ صَدَقَةٌ وَيُجْزَى مِنْ ذَلِكَ رَكْعَتَانِ يَرْكَعُهُمَا مِنَ الضُّحَى

Artinya: Telah diriwayatkan oleh Abdullah bin Muhammad bin Asma` Ad-Dluba`i bahwa Mahdi bin Maimun menceritakan kepada kami dari Washil, mantan budak Abu 'Uyainah, dari Yahya bin 'Uqail, dari Yahya bin Ya'mar, dari Abul Aswad Ad-Du`ali, dari Abu Dzarr. Nabi shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: "Setiap pagi, setiap persendian kalian ada sedekahnya. Setiap tasbih adalah sedekah, setiap tahmid adalah sedekah, setiap tahlil adalah sedekah, setiap takbir adalah sedekah, dan setiap amar ma'ruf nahi mungkar adalah sedekah. Semua itu dapat diganti dengan dua rakaat sholat dhuha." (HR. Muslim, Ahmad, & Abu Daud).²⁷

B. Kecerdasan Spiritual

1. Pengertian Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual berasal dari kata "cerdas" dan "spiritual". Dalam kamus Bahasa Indonesia, "cerdas" berarti kesempurnaan perkembangan akal

²⁷ Rafi'udin, "Esiklopedia Shalat Sunnah: Dhuha" (Tangerang: Al-Kaustar MD Prima, 2018), 44

budi seperti kepandaian dan ketajaman pikiran, sedangkan "intelegensi" dalam bahasa Inggris berarti pemahaman, kecepatan, dan kesempurnaan dalam sesuatu. Kecerdasan adalah kemampuan untuk memecahkan masalah, terutama yang berkaitan dengan kemampuan berpikir. Kecerdasan spiritual adalah kemampuan seseorang untuk mendengarkan suara hatinya dan mengenali tindakan baik yang perlu dilakukan. Mengikuti suara hati akan mempengaruhi perilaku seseorang, memberi mereka kemampuan untuk mengeksplorasi dan menginternalisasi kekayaan rohani dan jasmaniah dalam hidup mereka.

Menurut Ricky Cahya Permatasari, kecerdasan spiritual berarti melibatkan ibadah dalam setiap tindakan dan langkah yang diambil seseorang terhadap dirinya sendiri, serta berpikir dengan prinsip tauhid dan bertindak semata-mata karena Allah. Kebutuhan spiritual mencakup mempertahankan keyakinan, mengembalikan keyakinan, dan memenuhi tanggung jawab agama dengan menjalankan perintah-perintahnya.²⁸

Sedangkan menurut Ginanjar Agustian, sebagaimana yang dikutip oleh Fitri Wahyuningsih, kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk menggabungkan kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual, serta memberikan makna spiritual pada apa yang dipikirkan dan dilakukan. Sementara itu, Zohar dan Marshall, juga dikutip oleh Fitri Wahyuningsih, mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kemampuan untuk menangani masalah makna atau nilai. Ini berarti kecerdasan untuk menempatkan tindakan dan kehidupan kita dalam konteks yang lebih luas dan bermakna,

²⁸ Ricky Cahya Permatasari, "Pembiasaan Membaca Juz Amma dan Shalat Dhuha dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas III di Mi Ma'arif Ngrupit Ponorogo", h.23

serta kemampuan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang memiliki makna yang lebih besar daripada yang lain. Kecerdasan spiritual mencerminkan fitrah manusia yang sesungguhnya.²⁹

Menurut Marsha Sinetar, seperti yang dikutip oleh Faizatur Rohmah, kecerdasan spiritual adalah sebuah pemikiran yang mendalam. Kecerdasan ini berasal dari dorongan dan efektivitas yang terkait dengan keberadaan atau kehidupan ilahi yang menyatukan kita sebagai bagian dari keseluruhannya.³⁰

Dapat disimpulkan dari beberapa menurut ahli bahwa makna kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk memandang bahwa pergerakan hidup seseorang memiliki makna yang lebih besar dan merupakan sebuah langkah tindakan seseorang menuju dirinya sendiri, serta berpikir dengan tauhid dan berprinsip hanya karena Allah.

2. Aspek-aspek Kecerdasan Spiritual

Abd. Syukur menyatakan bahwa kecerdasan spiritual memiliki empat aspek, yaitu: kejujuran, amanah, Fathanah, dan Tabligh.

a. Shiddiq

Untuk memupuk sifat kejujuran (shiddiq), seseorang harus mampu menunjukkan kejujuran dalam kata-kata dan tindakan terhadap dirinya sendiri, juga mampu bersikap jujur terhadap orang lain dan terhadap Allah.

b. Amanah

²⁹ Fitri Wahyuningsih, "Analisis Kecerdasan Emosional Kecerdasan Spiritual dan Kecerdasan Intelektual Pengaruhnya Terhadap Kompetensi Guru pada Pondok Pesantren Nadil Ulumiddiniyah Ory", h.23

³⁰ Faizatur Rohmah, "Pembiasaan Shalat Dhuha dalam Membentuk Karakter Kecerdasan Spiritual Siswa di Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Jember", h.40

Kepercayaan (amanah) adalah salah satu aspek kecerdasan spiritual, sebagaimana yang terkait dengan agama. Kepercayaan yang diamanahkan Allah kepada manusia menjadi tahap awal dalam perjalanan janji, yaitu janji untuk bertemu dengan Allah SWT.

c. Fathanah

Fathanah adalah kecerdasan dalam membuat keputusan yang luar biasa, yang berdasarkan pada moralitas atau akhlak yang baik, menunjukkan kebijaksanaan, atau kearifan dalam berpikir dan bertindak.

d. Tabligh

Tabligh Tabligh merujuk pada penjelasan ajaran agama Islam yang disampaikan kepada sesama manusia. Ketika nabi dan rasul menyampaikan kebenaran, tidak ada yang disembunyikan, bahkan jika hal itu melibatkan mereka sendiri atau keluarganya. Oleh karena itu, seseorang dengan kecerdasan spiritual yang baik akan memiliki dampak positif dalam kehidupan dan keberanian untuk menyebarkan kebenaran.³¹

3. Tanda-tanda Orang yang Mempunyai Kecerdasan Spiritual

Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual tidak hanya menghadapi masalah dalam hidup dengan cara rasional dan emosional, tetapi juga mengintegrasikannya dengan dimensi spiritual. Oleh karena itu, langkah-langkahnya menjadi lebih siap dan bermakna dalam kehidupan.

³¹ Abd. Syukur Abu Bakar, "Aspek-Aspek Kecerdasan Spritual dan Emosional dalam Al-Quran (Telaah Surah Luqman Ayat 12-19)" Vol.11, (Januari-Juni 2022): 248-249

Menurut kutipan Akhmad Muhaimin dari Danah Zohar dan Ian Marshall, minimal ada sembilan indikator individu yang memiliki kecerdasan spiritual, yang meliputi:

a. Kemampuan bersifat fleksibel

Individu yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi ditandai dengan fleksibilitas dalam menghadapi masalah. Fleksibilitas di sini merujuk pada pengetahuan yang luas dan dalam serta sikap hati yang terbuka. Individu yang fleksibel mampu menyesuaikan diri dengan berbagai situasi dan kondisi, jarang memaksakan kehendak, dan tidak sering terlihat mengalah pada orang lain. Mereka berusaha menerima dengan lapang dada.

b. Tingkat Kesadaran Tinggi

Mempunyai tingkat kesadaran yang tinggi mengindikasikan bahwa seseorang telah mengidentifikasi identitasnya. Individu yang mampu mengendalikan diri dari berbagai masalah atau mengelola emosinya. Dengan pemahaman yang baik tentang diri sendiri, seseorang akan lebih mudah memahami orang lain. Kemudian, mereka akan mulai memahami konsep tentang keberadaan ilahi. Dalam menghadapi tantangan hidup, terutama yang semakin kompleks, tingkat kesadaran yang tinggi sangat penting; mereka tidak mudah putus asa dan jarang terjebak dalam kemarahan.

c. Kemampuan Menghadapi Penderitaan

Tidak semua individu dapat menghadapi penderitaan dengan cara yang baik. Umumnya, manusia merespon penderitaan dengan

keluhan, kekesalan, kemarahan, dan mungkin juga keputusasaan. Namun, individu yang memiliki kecerdasan spiritual yang matang akan memiliki kemampuan untuk menghadapi penderitaan dengan baik. Mengatasi penderitaan dengan baik merupakan kemampuan yang diperoleh karena individu tersebut menyadari bahwa penderitaan memiliki tujuan untuk memperkuat diri dan membangun kekuatan. Mereka memahami bahwa penderitaan tidak hanya dialami oleh diri sendiri, tetapi juga oleh orang lain. Mereka juga menemukan hikmah dari penderitaan yang mereka alami.

d. Kemampuan Menghadapi Rasa Takut

Hampir semua individu pasti mengalami rasa takut terhadap sesuatu. Dalam menghadapi ketakutan ini, banyak orang terpengaruh oleh kecemasan yang berlebihan, bahkan berkelanjutan. Namun, yang ditakuti belum tentu terjadi. Contohnya, kekhawatiran terhadap masa depan atau karier dapat membuat seseorang melupakan prinsip-prinsip hukum dan nilai. Hal ini dapat menyebabkan pesimisme dan kehilangan kepercayaan diri.

Namun, individu dengan kecerdasan spiritual yang tinggi akan mampu menghadapi rasa takut dengan baik. Dengan kesabaran, mereka dapat menjalani hidup dengan baik. Kesabaran memungkinkan mereka untuk menghadapi berbagai situasi dengan tenang. Kesabaran dalam banyak hal dapat dianggap sebagai keberanian dalam menghadapi kehidupan. Individu yang memiliki

kecerdasan spiritual akan memiliki fondasi yang kuat dalam keyakinan batin mereka.

e. Kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai.

Salah satu indikator individu yang memiliki kecerdasan spiritual adalah kualitas hidupnya yang meningkat karena komitmennya terhadap visi dan nilai-nilai yang dipegangnya. Visi dan nilai-nilai ini memiliki makna yang sangat berharga dalam kehidupan manusia. Visi dan nilai seseorang dapat berasal dari keyakinan pada Tuhan atau dari pengalaman hidup. Individu yang memiliki visi dan nilai yang jelas mampu memberikan arah pada hidupnya, tetap teguh dalam menghadapi cobaan, dan lebih mampu mencapai kebahagiaan.

f. Enggan menyebabkan keraguan yang tidak perlu

Individu yang memiliki kecerdasan spiritual yang matang akan enggan mengambil keputusan atau langkah-langkah yang bisa menimbulkan keraguan yang tidak perlu. Dalam mempertimbangkan hal ini, hal tersebut merupakan bagian dari manajemen yang efektif. Berpikir secara selektif dan mengambil langkah-langkah yang tepat sangatlah penting dalam kehidupan. Dengan mengambil langkah-langkah yang bijaksana, langkah-langkah tersebut akan diterima dengan baik oleh banyak orang karena tidak mengakibatkan kerugian.

g. Cenderung melihat keterkaitan berbagai hal

Agar Keputusan dan Langkah yang diambil akan dapat mendekati keberhasilan, pentingnya kemampuan dalam melihat keterkaitan

antara berbagai hal. Agar hal yang dipertimbangkan itu menghasilkan kebaikan. Akan tetapi, tidak semua orang memiliki kecerdasan spiritual yang bisa melakukannya. Dengan demikian orang itu termasuk yang lebih berkualitas dalam kehidupan.

h. Cenderung bertanya “Mengapa” atau Bagaimana Jika”

Mengajukan pertanyaan "Mengapa" dan "Bagaimana Jika" merupakan pertanyaan yang mendasar dan seringkali dilakukan oleh seseorang untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam. Hal ini menandakan tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi, sehingga individu tersebut mampu memahami masalah dengan baik dan mengambil keputusan yang tepat. Pertanyaan-pertanyaan ini sangat penting untuk mencegah timbulnya masalah dan untuk memiliki alternatif solusi ketika menghadapi masalah. Oleh karena itu, merencanakan tujuan dengan baik sangatlah penting untuk mencapai kesuksesan.

i. Pemimpin yang Penuh Pengabdian dan Bertanggung jawab

Jika Anda mencari seorang pemimpin, prioritaskanlah orang yang memiliki tingkat kecerdasan spiritual yang tinggi. Karena ini akan memastikan bahwa mereka akan bertanggung jawab dan mampu memimpin dengan dedikasi. Di dalam konteks Indonesia, tampaknya menjadi impian untuk memiliki pemimpin yang penuh dedikasi dan bertanggung jawab.

Banyak orang yang bersaing untuk menjadi pemimpin, tetapi kerap timbul pertanyaan apakah mereka benar-benar bisa

bertanggung jawab dalam kepemimpinannya. Namun, kita tidak boleh pesimis ketika kita memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi. Oleh karena itu, kita harus percaya bahwa kita mampu berbakti dan bertanggung jawab.³²

Menurut pendapat Helfia ada beberapa indikator kecerdasan spiritual yaitu:

1. Iman Kepada Allah SWT
2. Memiliki Taqwa yang merupakan indikasi kecerdasan ruhaniah yaitu ingin lebih dekat dengan Allah
3. Menimbulkan makna dalam menyelesaikan persoalan
4. Mampu untuk berbuat kebaikan
5. Kesadaran diri dalam setiap kegiatan yang ada
6. Mampu menghadapi sebuah tantangan.³³

4. Manfaat Kecerdasan Spiritual

Ricky Cahya Permatasari menyatakan bahwa pengendalian kecerdasan spiritual dapat memberikan berbagai manfaat positif. Berikut adalah beberapa manfaat dari kecerdasan spiritual:

1. Orang Islam yang cerdas spiritualnya bekerja hanya untuk Allah. Jika mereka bekerja untuk manusia, gaji mereka tidak dapat dihitung, tetapi jika mereka bekerja untuk Allah, kekayaan mereka tidak terbatas.

³² Akhmad Muhaimin Azzet, "Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Bagi Anak" Vol.1 (Yogyakarta: KATAHATI, 2010), 42-48

³³ Helfia, "Hubungan Kecerdasan Spiritual dan Emosional dengan Kinerja Guru", *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam* Vol. 3 (Juni 2023): 86

2. Muslim yang cerdas akan berupaya memiliki perilaku yang baik, sebagaimana yang dicontohkan oleh Nabi Muhammad, yang terkenal akan kejujuran, kecerdasan, dan kepercayaannya yang tinggi. Mereka akan meneladani sifat-sifat terpuji beliau, seperti keteguhan, kecenderungan untuk membantu, semangat perdamaian, memberi prioritas pada kepentingan orang lain, ketundukan, dan banyak lagi.
3. Orang yang cerdas secara spiritual akan merasa bahwa Allah selalu melihatnya di mana pun dia berada, membuatnya sadar bahwa dia kecil di hadapan Allah yang maha besar.
4. Kecerdasan spiritual biasanya menghasilkan pemimpin yang bertanggung jawab, serta mendukung, membimbing, dan memotivasi orang lain agar meraih kesuksesan.³⁴

Abd Wahab menyatakan bahwa manfaat paling penting dari kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk menyadari bahwa setiap saat, detik, dan napas yang diambil selalu diperhatikan oleh Allah, dan tidak akan terlewat dari pengawasan-Nya. Ketika seseorang merasa bahwa ia diperhatikan oleh Allah Yang Maha Besar, ia akan merasa rendah diri, sehingga kekuatan emosional dan intelektualnya akan saling melengkapi, dan akhirnya akan tercermin dalam tindakan positif yang kuat.³⁵

³⁴ Ricky Cahya Permatasari, "Pembiasaan Membaca Juz Amma dan Shalat Dhuha dalam Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas III di Mi Ma'arif Ngrupit Ponorogo", h.26

³⁵ Abd. Wahab, dkk, "Kepimpinan Pendidikan dan Kecerdasan Spiritual", Vol.1 (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), 60

5. Meningkatkan Kecerdasan Spiritual

Para ahli dan penulis buku yang mengkaji tentang kecerdasan spiritual menyajikan berbagai metode untuk meningkatkan kecerdasan tersebut. Meskipun pendekatannya mungkin berbeda-beda, semuanya memiliki tujuan yang serupa: mengubah kehidupan menjadi lebih bermakna, sukses, dan bahagia.

Danah Zohar dan Ian Marshall menyebutkan sebagaimana yang telah dikutip oleh Abd Wahab, tujuh Langkah untuk meningkatkan kecerdasan spiritual, yaitu sebagai berikut:

- Langkah 1 : Seseorang harus memiliki kesadaran dimana dirinya sekarang
- Langkah 2 : Merasakan dengan kuat bahwa dia ingin merubah prinsip
- Langkah 3 : Merenungkan diri apa yang menjadi pusat diri sendiri dan apa yang menjadi motivasi paling dalam
- Langkah 4 : Menemukan dan menghadapi berbagai rintangan
- Langkah 5 : Menggali banyak kemungkinan untuk melangkah kedepan
- Langkah 6 : Menetapkan hati untuk memilih jalan
- Langkah 7 : Dan akhirnya, sementara berjalan dalam pilihannya sendiri, harus tetap yakin bahwa masih ada jalan-jalan yang lain.³⁶

³⁶ Abd. Wahab, dkk, "Kepemimpinan Pendidikan & Kecerdasan Spiritual." h. 72-73

Unruk penjabaran langkah-langkah diatas, Langkah pertama seseorang harus memiliki kesadaran dimana dirinya sekarang. Seperti bagaimana keadaan saat ini.? Apakah dirinya membahayakan dirinya sendiri atau orang lain.? Langkah ini bisa menuntut melalui pembiasaan pengalaman. Banyak orang yang tidak merenung, hanya hidup dari hari-hari, dari aktivitas-ke aktivitas. SQ yang mendalam dan tinggi berarti sudah sampai dalam kedalaman dari segala hal. Paling bagus dilakukan setiap hari seperti kegiatan untuk meluangkan waktu pada malam hari dengan berdiam diri di masjid, sholat tahajud, berdzikir, berkumpul dengan ulama, dengam orang shaleh, dan mengvaluasi diri ketika sebelum tidur malam.

Langkah kedua dalam proses ini adalah, setelah merenung, merasa dorongan untuk meningkatkan perilaku, hubungan, kehidupan, atau hasil kerja. Hal ini memicu keinginan untuk berubah. Ini mengarah pada refleksi jujur tentang apa yang perlu diubah, siap untuk berkomitmen dan berkorbannya. Apakah kita sudah bersedia meninggalkan kebiasaan malas, percakapan yang tidak produktif, menjadi lebih terbuka dengan orang lain, atau mengikuti rutinitas dengan disiplin, seperti membaca, belajar Al-Qur'an, atau membantu orang tua.

Langkah ketiga, adalah refleksi yang lebih mendalam. Individu berupaya memahami esensi diri mereka, serta mencari sumber motivasi pribadi. Mereka mempertimbangkan pencapaian apa yang sudah mereka raih jika mereka akan meninggal minggu depan, dan apa yang dapat

mereka lakukan untuk memanfaatkan waktu jika mereka meninggal tahun depan.

Langkah keempat, seseorang harus menemukan rintangan dan berusaha mencari jalan keluarnya. Apakah rasa emosi, rasa bersalah, rasa malas, dengan kebodohan, atau pemanjaan diri.? Saat itu seseorang harus mencatat apa yang bisa membuat menghambat dan mengembangkan pemahaman tentang solusi untuk menyingkirkan hal-hal yang membuat terhambat. Dengan Tindakan hal-hal tersebut bisa diatasi melalui kesadaran hati, Akan tetapi itu butuh proses bisa dengan mendengarkan penyujuk hati ceramah ustadz atau nasihat-nasihat lainnya.

Pada langkah ke lima, individu perlu menerapkan upaya mental dan spiritual untuk menggali potensinya. Ini melibatkan membiarkan pikiran bekerja secara kreatif, menggunakan imajinasi, dan mencari solusi praktis. Individu harus mengajukan pertanyaan kepada diri sendiri mengenai praktik atau disiplin apa yang perlu diambil, arah mana yang harus diikuti, dan komitmen apa yang akan memberikan manfaat. Pada tahap ini, penting untuk menyadari berbagai cara untuk kemajuan pribadi.

Langkah keenam dalam proses ini adalah menetapkan komitmen pada satu jalur dalam kehidupan dan berusaha secara konsisten dalam perjalanan tersebut. Ini melibatkan refleksi terus-menerus untuk memastikan bahwa tindakan yang diambil baik untuk diri sendiri maupun orang lain, serta memastikan bahwa pelajaran diambil dari setiap pengalaman untuk menemukan makna hidup dalam rutinitas

sehari-hari. Meskipun telah memilih jalur tertentu, penting untuk menyadari bahwa masih ada jalur lain dan untuk menghormati orang lain yang berjalan di jalur yang berbeda.³⁷

Sebagaimana dalam karya oleh Danah Zohar dan Ian Marshall dari buku yang berjudul “SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan”:

Sebagai individu, kita dapat meningkatkan kecerdasan spiritual dengan memanfaatkan proses psikologis yang ada dalam diri kita, seperti kecenderungan untuk bertanya mengapa, mencari hubungan antara berbagai hal, menggali asumsi tentang makna di balik atau di dalam suatu hal, lebih sering merenung, membuka diri pada hal-hal di luar diri sendiri, mengambil tanggung jawab, meningkatkan kesadaran diri, menjadi lebih jujur terhadap diri sendiri, dan menjadi lebih berani..³⁸

Dengan mempergunakan kecerdasan spiritual secara lebih sering, jujur, dan dengan keberanian yang diperlukan untuk melatihnya, kita dapat kembali berkomunikasi dengan sumber dan makna yang dalam di dalam diri kita. Penghubungan ini dapat kita manfaatkan untuk mencapai tujuan dan proses yang lebih dari diri kita. Melalui dedikasi ini, kita akan menemukan sebuah kedamaian yang besar yang mungkin terletak pada pengabdian pada imajinasi yang tinggi.

6. Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Etika

Menurut Agustian, sebagaimana yang telah dikutip oleh Diana Safitri bahwa tanda dari seseorang yang cerdas secara spiritual adalah individu yang selalu menunjukkan perilaku baik atau akhlaqul karimah dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam hubungan vertikal (dengan Allah Swt) maupun horizontal (dengan sesama manusia dan alam).

³⁷ Abd. Wahab, dkk, “Kepemimpinan Pendidikan & Kecerdasan Spiritual.” h.73-75

³⁸ Dana Zohar dan Ian Marshall, “SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan.” Vol.3, (Penerbit Mizan: Bandung, Agustus 2001), 14

Karakteristik ini tercermin dalam sifat dan sikap istiqamah, rendah hati, usaha dan penyerahan diri, keberanian untuk mengikuti kebenaran, sikap optimis terhadap takdir dan keputusan Tuhan, ketulusan dalam niat hanya untuk meraih ridha Allah Swt, komitmen total, keseimbangan, integritas, upaya untuk menyempurnakan diri, kesabaran dalam menghadapi godaan untuk tidak melakukan tindakan yang merugikan, dan penyerahan sepenuhnya atas hasil dari usaha yang telah dilakukan.³⁹

Menurut pendapat lain, Sukidi mengatakan kecerdasan spiritual menganut dalam madzhab bahwa kita, manusia dilahirkan dalam keadaan suci secara spiritual, maka dari itu, potensi spiritual manusia untuk berbuat baik dan benar itu, lebih dominan, dari pada potensinya untuk berbuat buruk/ jahat. Yang pada intinya bahwa orang yang memiliki kecerdasan spiritual ialah orang yang bermoral baik, berakhlak mulia, memiliki sopan santun.⁴⁰

³⁹ Diana Safitri, dkk, "Pendidikan Kecerdasan Spiritual Perspektif Al-Ghazali dan Relevansinya dengan Emotional Spiritual Quotient (ESQ)" *Jurnal Tarbawi*, Vol.6, (Februari 2023): 86

⁴⁰ Tafsil Saifuddin Ahmad, "Relevansi Kecerdasan Spiritual dan Kecerdasan Akhlak," *An-Hahdlah*, Vol.5, (Oktober 2018): 86