

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Salat Duha**

##### **1. Pengertian Salat Duha**

Pelaksanaan adalah proses, cara, perbuatan melaksanakan. Salat secara bahasa Arab menurut A. Hasan (1999) yang dikutip oleh Sentot Haryanto berarti berdo'a. Dalam kitab *Fathul Qarib Al-Mujib* salat didefinisikan sebagai perkataan dan perbuatan yang diawali dengan takbir dan diakhiri dengan salam disertai syarat-syarat dan rukun-rukun tertentu. Jadi salat merupakan suatu ibadah yang terdiri dari perkataan (*fi'liyah*) dan perbuatan (*qauliyah*).<sup>1</sup>

Salat yang dikerjakan lima waktu sehari semalam dalam waktu yang telah ditentukan merupakan fardhu 'ain yaitu diwajibkan atas setiap umat Islam. Salat fardhu dengan ketetapan waktu pelaksanaannya dalam al-Qur'an dan al-Sunnah mempunyai nilai disiplin yang tinggi bagi seorang muslim yang mengamalkannya. Salat fardhu lima waktu yang telah ditentukan adalah subuh, Dhuhur, Ashar, Maghrib, Isya'. Selain salat fardhu juga ada Salat Sunnah. Salat sunnah yaitu salat yang dianjurkan, artinya apabila mengerjakan salat sunnah maka mendapatkan pahala dan apabila meninggalkan maka tidak dosa.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Imam Alamah Ahmad Bin Husain Ash Syair, *Fathul Qarib Al Mujib* (Jeddah: Haramain, tt), 11.

<sup>2</sup> Khairunnas Rajab, *Psikologi Ibadah Memakmurkan Kerajaan Ilahi di Hati Manusia* (Jakarta: Amzah, 2011), 94-95.

Salat Duha merupakan salat sunnah yang dilaksanakan pada waktu Duha, yaitu sejak matahari setinggi satu tombak sampai waktu *istiwa'*, yaitu waktu matahari tepat berada diatas kepala. Salat Duha adalah ibadah sunnah. Orang yang menginginkan pahalanya dipersilahkan mengerjakannya, sedangkan orang yang meninggalkannya tidak apa-apa.<sup>3</sup>

## 2. Hukum Pelaksanaan Salat Duha

Disunnahkan pada waktu duha untuk melakukan salat duha. Abu Hurairah berkata, “Kekasihku – Rasulullah – berwasiat kepadaku dengan tiga perkara: puasa tiga hari setiap bulan, dua raka’at Duha, dan Shalat Witir sebelum aku tidur.” (HR. Bukhari: 1981 dan Muslim: 721)<sup>4</sup>

Para Ulama berbeda pendapat tentang kesunnahan shalat Dhuha. *Pendapat pertama:* salat duha disunnahkan untuk dilakukan kadang-kadang saja. Mereka berdalil dengan hadits Abu Sa’id, Rasulullah saw. salat duha hingga kami mengatakan beliau tidak meninggalkannya. Dan beliau juga meninggalkannya hingga kami mengatakan beliau tidak melakukannya.”<sup>5</sup>

*Pendapat kedua:* salat duha tidak disyari’atkan, ia adalah bid’ah. Mereka berdalil dengan hadits Aisyah, “Aku tidak pernah melihat Rasulullah saw. salat pada waktu duha, dan sungguh aku akan melakukannya (jika beliau melakukannya).”

---

<sup>3</sup> Purwanto, *Tuntunan Shalat Fardhu & Sunnah* (Jakarta: Prestasi Pustakarya, 2010), 83.

<sup>4</sup> Abdullah Hamid al-Furaih, *Sunnah-Sunnah Harian: Amalan Praktis Meneladani Sang Rasul* (Solo: Tinta Medina, 2016), 69.

<sup>5</sup> Abdullah Hamud Al-Furaih, *Sunnah-Sunnah Harian: Amalan Praktis Meneladani Sang Rasul* (Solo: Tinta Medina, 2016), 69-70.

*Pendapat ketiga:* disunnahkan untuk melakukan salat duha untuk orang yang tidak melakukan shalat malam. Apapun jika ia telah melakukan shalat malam, ia tidak perlu salat duha. Pendapat ini yang dipilih oleh Syekhul Islam Ibnu Taimiyyah rahimahullah.

*Pendapat keempat:* salat duha dikerjakan karena suatu alasan saja. Karena Nabi saw. mengerjakannya karena suatu sebab, seperti pada saat beliau datang dari perjalanan, pembebasan kota Makkah, kunjungan beliau kepada suatu kaum sebagaimana dalam hadits ‘Itban dalam *Shahih Bukhari* dan *Shahih Muslim*, kedatangan beliau ke Masjid Quba dan lain-lain.

Diriwayatkan dari Abu Dzar Radhiyallahu Anhu bahwa Rasulullah saw. telah bersabda: *“Setiap sendi dari tubuh kalian adalah shadaqah. Setiap sendi adalah shadaqah, setiap tahmid adalah shadaqah, setiap tahlil adalah shadaqah, setiap takbir adalah shadaqah, perintah melakukan perbuatan yang mungkin adalah shadaqah. Namun semua itu dapat tercukupi dengan melakukan salat duha dua rakaat.”*<sup>6</sup>

Diriwayatkan dari Abu Hurairah Radhiyallahu Anhu bahwa ia berkata: “Rasulullah saw. mengirimkan satu kompi pasukan. Satu kompi pasukan ini banyak mengumpulkan harta rampasan perang dan sangat cepat dalam melakukan penyerangan. Seorang sahabat berkata kepada Nabi, “Ya Rasul, aku belum pernah melihat pasukan yang cepat dalam melakukan penyerangan dan banyak mendapatkan harta rampasan perang

---

<sup>6</sup> HR. Muslim, *Kitab Shalat Al-Musafirin wa Qashriha, Bab Istihbab Shalat Adh-Dhuha* 721.

melebihi dari pasukan ini.<sup>7</sup> “Nabi saw. berkata, “Maukah kalian aku tunjukkan penyerangan yang lebih cepat dan harta rampasan yang lebih banyak dari itu? Yaitu seorang laki-laki yang melakukan wudhu dengan sempurna kemudian pergi ke masjid dan melakukan salat subuh. (setelah matahari terbit satu sepenggelah) dia melakukan salat duha. Maka orang ini adalah orang yang paling cepat dalam melakukan penyerangan (menuju ke surga) dan orang yang paling banyak mendapatkan harta rampasan.”

### 3. Rukun Salat

Bila kamu hendak menjalankan salat, maka bacalah:<sup>8</sup>

#### a. Takbir

اللَّهُ أَكْبَرُ Allahu Akbar

Allah Maha Agung

#### b. Do'a Iftitah

وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا مُسْلِمًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ لَا شَرِيكَ لَهُ وَبِذَلِكَ أُمِرْتُ وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ (وَ أَنَا مِمَّنِ الْمُسْلِمِينَ)، اللَّهُمَّ أَنْتَ الْمَلِكُ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ أَنْتَ رَبِّي وَأَنَا عَبْدُكَ ظَلَمْتُ نَفْسِي وَاعْتَرَفْتُ بِذُنُوبِي فَاعْفِرْ لِي ذُنُوبِي جَمِيعًا لَا يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا أَنْتَ وَاهْدِنِي لِأَحْسَنِ الْأَخْلَاقِ لَا يَهْدِي لِأَحْسَنِهَا إِلَّا أَنْتَ وَاصْرِفْ عَنِّي سَيِّئَهَا لَا يَصْرِفُ

<sup>7</sup> ShahihAt-Tarhib wa At-Tarhib, Jld. 1, 280.

<sup>8</sup> Pimpinan Pusat Muhammadiyah, Kitab Shalat (Solo: 1929), 101-107.

عَنِّي سِيَّئَهَا إِلَّا أَنْتَ لَبَّيْكَ وَسَعْدَيْكَ وَالْخَيْرُ كُلُّهُ فِي يَدَيْكَ وَالشَّرُّ لَيْسَ إِلَيْكَ أَنَا بِكَ  
وَإِلَيْكَ تَبَارَكْتَ وَتَعَالَيْتَ أَسْتَغْفِرُكَ وَأَتُوبُ إِلَيْكَ

“Aku hadapkan wajahku, kehadiran yang Maha Menjadikan semua langit dan bumi, degan tulus hati dan menyerah diri dan aku bukanlah golongan orang-orang musyrik. Sungguh shalatku, ibadahku, hidup dan matiku ada kepunyaan Tuhan yang menguasai semua alam, yang tidak bersyarikat dan bandingannya, maka dengan demikian aku diperintah dan aku menjadi orang yang mula-mula berserah diri (dari pada orang-orang berserah diri). Ya Allah, Engkaulah raja, yang tidak ada yang disembah melainkan Engkau. Engkaulah Tuhanku dan aku inilah hamba-Mu, aku telah berbuat aniaya pada diriku dan mengakui dosaku. Maka ampunilah dosa-dosaku semua, yang mana tidak ada yang mengampuni dosa, selain Engkau. Dan berilah petunjuk-Mu padaku, budi pekerti yang bagusnya budi pekerti selain Engkau. Dan jauhkan dari padaku kelakuan yang jahat, yang mana yang tidak ada yang dapat menjauhkannya kecuali Engkau. Aku junjung dan aku turutlah perintah Engkau; sedang semua kebaikan itu ada pada tangan Engkau, dan kejahatan itu tidak kepada Engkau. Aku dengan Engkau dan kembali kepada Engkau. Engkaulah yang Maha Memberkati dan Maha Mulia, aku mohon ampun dan bertaubat pada Engkau”.

## c. Basmallah

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ bismillah hirrahmaa nirrahim

Atas nama Allah, Maha Pemurah, Maha Pengasih.

## Al-Fatihah

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ۝ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ ۝ مَلِكِ يَوْمِ الدِّينِ ۝ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ۝  
 اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ۝ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ ۝ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ

## d. Surat dai Qur'an as-Syam dan ad-Dhuha

Dalam pelaksanaan salat duha, sebaiknya surat yang dibaca adalah As-Syams (91): 1-15 (untuk rakaat pertama), dan Adh-Duha (untuk rakaat kedua), sebagaimana yang telah ditetapkan dalam kitab Irsyadul Ibad Al-Sabili Al-Rasyad dalam riwayat Ibnu Hibban dari Uqbah bin Amir r.a., bahwa Rasulullah saw. bersabda:<sup>9</sup>

*Artinya: “ Salatlah duha dua rakaat; pada rakaat pertama sesudah membaca Al-Fatihah bacalah surat Wasy-syamsyi wa duhaahaa (Asy-Syams) dan pada rakaat kedua sesudah membaca surat Al-Fatihah bacalah surat Wadh-duhaahaa wallaili idza sajaa (Adh-Duha).”*

e. Tasbih dalam rukuk<sup>10</sup>

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا وَبِحَمْدِكَ اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي

<sup>9</sup> Nazam Dewangga dan Aji 'el-Azmi' Payuni, *The Miracle of Salat Tahajjud, Shubuh & Duha*, 270.

<sup>10</sup> Pimpinan Pusat Muhammadiyah, *Kitab Shalat* (Solo: 1929), 101-107.

Maha Suci Engkau, Ya Allah! Dan dengan memuji kepada Engkau, ya Allah! Aku memohon ampun.

f. Tasbih dalam I'tidal

رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ حَمْدًا كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا فِيهِ

Ya Tuhanku, bagi Kaulah segala puji, pujian yang banyak, baik dan memberkati.

g. Tasbih dalam Sujud

سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا وَبِحَمْدِكَ اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي

Maha Suci Engkau, Ya Allah! Dan dengan memuji kepada Engkau, ya Allah! Aku memohon ampun.

h. Do'a Waktu Duduk Antara Dua Sujud

اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي وَاجْبُرْنِي وَاهْدِنِي وَارْزُقْنِي

Ya Allah, ampunilah aku, blas kasihanilah aku, cukupilah ak, tunjukilah aku dan berilah rezeki kepadaku.

i. Bacaan Tasyahud

التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ. السَّلَامُ عَلَيْكَ أَيُّهَا النَّبِيُّ

وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ. السَّلَامُ عَلَيْنَا وَعَلَى عِبَادِ اللَّهِ الصَّالِحِينَ.

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ.

Segala kehormatan, kebahagiaan dan kebagusan adalah kepunyaan Allah. Semoga keselamatan bagi engkau, Ya Nabi Muhammad, beserta rahmat dan kebahagiaan Allah. Mudah-mudahan keselamatan juga bagikita sekalian dan hamba-hamba Allah yang baik-baik. Aku

bersaksi bahwa tiada Tuhan melainkan Allah dan aku bersaksi bahwa Muhammad itu hamba Allah dan Utusan-Nya.

#### Do'a Shalawat Kepada Nabi<sup>11</sup>

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَعَلٰى اٰلِ مُحَمَّدٍ كَمَا صَلَّيْتَ عَلٰى اِبْرٰهِيْمَ وَاٰلِ اِبْرٰهِيْمَ وَبَارِكْ

عَلٰى مُحَمَّدٍ وَاٰلِ مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلٰى اِبْرٰهِيْمَ وَاٰلِ اِبْرٰهِيْمَ. اِنَّكَ حَمِيْدٌ مَّجِيْدٌ.

Ya, Allah, limpahkan kemurahan-Mu kepada Muhammad dan keluarganya, sebagaimana Engkau telah limpahkan kepada Ibrahim dan keluarganya. Berkahilah Muhammad dan keluarganya, sebagaimana Engkau telah berkahi Ibrahim dan keluarganya. Sesungguhnya Engkau yang Maha Terpuji dan Maha Mulia.

#### Do'a Sesudah Tasyahud Akhir

اَللّٰهُمَّ اِنِّىْ اَعُوْذُبِكَ مِنْ عَذَابِ جَهَنَّمَ, وَمِنْ عَذَابِ الْقَبْرِ, وَمِنْ فِتْنَةِ الْمَحْيَا

وَالْمَمَاتِ, وَمِنْ شَرِّ فِتْنَةِ الْمَسِيْحِ الدَّجَالِ

Ya Allah! Aku berlindung kepada Engkau dari siksa Jahannam dan dari siksa kubur, begitu juga dari fitnah hidup dan mati, serta dari jahatnya fitnah Dajjal (pengembara yang justa).

j. Salam

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ وَبَرَكَاتُهُ

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللهِ وَبَرَكَاتُهُ

Berbahagialah kamu sekalian dengan rahmat dan berkah Allah.

Berbahagialah kamu sekalian dengan rahmat dan berkah Allah.

<sup>11</sup> Pimpinan Pusat Muhammadiyah, *Kitab Shalat* (Solo: 1929), 101-107.



k. Do'a Setelah Salat Duha<sup>12</sup>

اللَّهُمَّ إِنَّ الصُّحَاءَ ضُحَاءُكَ وَالْبَهَاءَ بَهَاءُكَ وَالْجَمَالَ جَمَالُكَ وَالْقُوَّةَ قُوَّتُكَ وَالْقُدْرَةَ  
 قُدْرَتُكَ وَالْعِصْمَةَ عِصْمَتُكَ  
 اللَّهُمَّ إِنْ كَانَ رِزْقِي فِي السَّمَاءِ فَأَنْزِلْهُ وَإِنْ كَانَ فِي الْأَرْضِ فَأَخْرِجْهُ وَإِنْ كَانَ مُعَسَّرًا  
 فَيَسِّرْهُ وَإِنْ كَانَ حَرَامًا فَطَهِّرْهُ وَإِنْ كَانَ بَعِيدًا فَقَرِّبْهُ بِحَقِّ ضُحَاءِكَ وَبَهَاءِكَ وَجَمَالِكَ  
 وَقُوَّتِكَ وَقُدْرَتِكَ آتِنِي مَا آتَيْتَ عِبَادَكَ الصَّالِحِينَ َ

Artinya:

*“Wahai Tuhanku, sesungguhnya waktu Duha adalah Duha-Mu, keagungan adalah keagungan-Mu, keindahan adalah keindahan-Mu, kekuatan adalah kekuatan-Mu, kekuasaan adalah kekuasaan-Mu, dan perlindungan adalah perlindungan-Mu.”*

*“Wahai Tuhanku, apabila rezekiku berada di atas langit maka turunkanlah, apabila berada di dalam bumi maka keluarkanlah, apabila sukar mudahkanlah, apabila haram sucikanlah, apabila jauh dekatkanlah dengan kebenaran duha-Mu, kekuasaan-Mu (wahai Tuhanku), datangkanlah padaku apa yang Engkau datangkan kepada hamba-hambamu yang shaleh”.*

## 4. Hikmah Salat Duha

Jika melaksanakan salat Duha, maka baik sekali untuk memohon ampun, dari sisi mencari ketentraman lahir batin dalam kehidupan dan dari

<sup>12</sup> Suara Muhammadiyah, *Tanya Jawab Agama III* (Yogyakarta: 2000), 124.

sisi memohon rizqi kepada Allah swt. Karena begitu pentingnya maka dianjurkan sekali untuk mengerjakan salat Duha ini secara Istiqomah.<sup>13</sup>

Alangkah makmurnya pahala seorang muslim yang rajin melaksanakan salat Duha, jika setiap hari ia mengerjakan salattersebut pada setiap paginya, ia seakan-akan mendapatkan pahala sebanyak pahala yang diterimanya kalau ia memberikan sedekah kepada seluruh persendian tubuhnya yang berjumlah 360 sendi itu.

Pelaksanaan salat Duha merupakan salah satu bentuk ungkapan rasa terima kasih dan wujud syukur kita kepada Allah swt., yakni syukur atas nikmat dan karunia kesehatan dan kebugaran pada setiap sendi tubuh kita.

Jika kita bisa melaksanakan salat duha secara rutin, maka dapat menumbuhkan sikap syukur, sabar, serta optimis. Mengawali setiap aktivitas sehari-hari dengan salat duha memberi efek positif pada diri kita.

Ada beberapa pendapat yang mengemukakan keutamaan dalam melaksanakan salat duha yaitu:<sup>14</sup>

- a. Barang siapa yang melakukan salat duha akan mendapatkan sebagian 360 shadaqah bagi yang melakukannya setiap hari. Sebagaimana yang telah ditetapkan dalam hadits Abu Dzar.

---

<sup>13</sup> Ubaid Ibnu Abdillah, *Keutamaan dan Keistimewaan Shalat Tahajud, Shalat Hajat, Shalat Istikharah, Shalat Duha* (Surabaya: Pustaka Media, 2003), 127.

<sup>14</sup> Abdullah Hamud al-Furaih, *Sunnah-Sunnah Harian Amalan Praktis Meneladani SangRasul* (Solo: Tinta Medina, 2016), 72.

- b. Barang siapa yang melaksanakan salat duha akan dihadiri oleh para malaikat bagi yang mengerjakannya dan disaksikan olehnya. Sebagaimana yang ada di dalam hadits Amr bin Abasah dalam Shahih Muslim.

## **B. Kecerdasan IQ, EQ, dan SQ**

### 1. Pengertian Kecerdasan Spiritual IQ, EQ, SQ

#### a. Pengertian *Intelligence Quotient*(IQ)

IQ ini kepanjangan dari *Intelligence Quotient* yang merupakan suatu kemampuan yang mencerminkan pada kecerdasan intelligence saja. Kecerdasan ini hanya terpaku pada proses bawaan dari lahir mereka masing-masing. Misalnya, seseorang menyukai menggambar, satunya menyukai menulis. Dari kesimpulan itu sudah jelas bahwa IQ mereka hanya terpaku pada satu titik pendidikan.<sup>15</sup>

Bahwasanya IQ jarang sekali ditemukan dijenjang pendidikan yang mengajarkan kejujuran, keadilan, kebijaksanaan dan lain sebagainya. Padahal itulah yang terpenting bagi IQ masing-masing anak. Malah justru IQ lebih tinggi dibandingkan dengan EQ.

#### b. Pengertian *Emosional Quotient*(EQ)

Yang dimaksud kecerdasan *emosional quotient*(EQ) adalah suatu kecerdasan yang berpusat terhadap emosi kita seperti, inisiatif,

---

<sup>15</sup> Ary Ginanjar, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual Emotional Spiritual Quotient (ESQ): Berdasarkan 1 Ihsan, 6 Rukun Iman, 5 Rukun Islam* (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), 38-40.

beradaptasi dan sebagainya. Kecerdasan emosional ini tidak berpusat terhadap IQ saja. Tetapi kecerdasan emosional ini juga perlu dengan kecerdasan akan untuk pendidikan.

Menurut Makalah McClelland yang berjudul "*Testing for Competence Rather than Intelligence*" ini maksudnya yaitu suatu kecapakan diukur dengan cara disiplin dirinya sendiri bagaimana cara dia sukses itu bukan hanya berada di lapangan pekerjaannya tetapi juga diukur dengan kecakapannya dengan baik.

c. Pengertian *Spiritual Quotient(SQ)*

Kata spiritual berasal dari kata spirit atau spiritus yang artinya nafas. Kemudian secara istilah pendapat lain mengatakan bahwa spiritual berkaitan dengan perasaan moral, keagamaan, dan keindahan.

Ary Ginanjar mendefinisikan kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memberi makna ibadah terhadap setiap perilaku dan kegiatan, melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah, menuju manusia yang seutuhnya, dan memiliki pola pemikiran tauhid serta mempunyai prinsip "hanya kepada Allah SWT."<sup>16</sup>

Dengan memiliki kecerdasan *Spiritual Quotient(SQ)*, akan mampu berfikir positif untuk menjadi orang yang lebih baik sehingga mampu menjadi pribadi yang utuh, dan mampu menjadi motivasi bagi diri sendiri dan orang lain. Sehingga mampu menjadi orang yang bijaksana dalam menjalani pada menyikapi kehidupan.

---

<sup>16</sup> Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Berdasarkan 6Rukun Iman dan 5 Rukun Islam* (Jakarta: Penerbit Arga, 2007), 57.

Menurut Alfred Adler indikator kecerdasan spiritual meliputi:<sup>17</sup>

- a. Ketenangan batin.
- b. Memiliki kreativitas tinggi.
- c. Ketaatan beribadah.
- d. Keikhlasan dalam beribadah.

## 2. Ciri-Ciri Kecerdasan Spiritual

Mahayana menyebutkan ciri-ciri kecerdasan spiritual yang sangat tinggi, yaitu:<sup>18</sup>

- a. Memiliki prinsip dan visi yang kuat

Yang dimaksud prinsip yaitu, suatu kebenaran yang mendalam dan tidak bisa diubah, yang berubah adalah seharusnya adalah cara kita bagaimana melihat prinsip tersebut.

- b. Kesatuan dan keragaman

Seseorang yang memiliki spiritual sangat tinggi pasti dia mampu melihat ketunggalan dalam keragaman tersebut. Ia merupakan prinsip dasar SQ, sebagaimana Tony Buzan mengatakan bahwa “kecerdasan spiritual yaitu memiliki suatu gambaran yang menyeluruh, ia termotivasi oleh nilai pribadi yang mencakup sesuatu demi kepentingan masyarakat”.

---

<sup>17</sup> Alfred Adler, *Understanding Human Nature* (New York: Greenberg Publishers, Inc, 1972), 239.

<sup>18</sup> Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ (Kecerdasan Spiritual)* (Bandung: Mizan, 2003).

c. Memaknai

Makna yaitu penentu identitas sesuatu yang paling signifikan. Jika seseorang yang memiliki SQ tinggi, akan menemukan makna yang mendalam dari sisi kehidupan.

d. Kesulitan dan penderitaan

Pelajaran yang sulit dalam kehidupan adalah pada waktu ia sadar bahwa itu adalah bagian penting dari substansi yang mengisi dan mendewasakan sehingga ia menjadi akan lebih matang. SQ yang tinggi akan mampu memajukan seseorang karena pelajaran dari kesulitan akan menjadi bermakna.

3. Fungsi Kecerdasan Spiritual

Fungsi dari kecerdasan spiritual menurut Danah Zohar dan Ian Marshall yaitu:

- a. SQ memungkinkan kita untuk mengatasi suatu kesenjangan dirinya dengan yang lainnya. Kita bisa untuk mengatasi masalah yang buruk dan masalah yang baik, masalah hidup dan mati dan asal usul terdalam dari penderitaan yang dialami manusia lainnya.<sup>19</sup>
- b. SQ juga untuk menjadikan kita manusia apa adanya sekarang dan memberikan potensi yang baik untuk terus berkembang.
- c. SQ juga digunakan untuk mencapai suatu kematangan yang lebih utuh untuk masa depan kita.

---

<sup>19</sup> Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: Spiritual .....*, 14.

#### 4. Korelasi Antara IQ, EQ, dan SQ

Menurut Stephen R Covey, IQ merupakan suatu kecerdasan yang berhubungan dengan mental seseorang, misalnya kecerdasan untuk berfikir dan memahami sesuatu yang ada. Kemampuan yang terdapat di IQ ini hanya menunjang pada suatu keberhasilan saja. Tetapi pada perkembangan berikutnya IQ ini tidak bisa menjadi tolak ukur manusia.

Daniel Golman mengeluarkan pendapat yaitu bahwa EQ tidak bisa dipandang oleh mental manusia saja. Kecerdasan EQ ini juga mempunyai sisi lain untuk mengembangkan suatu kecerdasan manusia untuk berkembang menuju keberhasilan. EQ ini memiliki suatu keunikan yang profesional di dalam tubuh manusia yaitu emosional. Namun, Golman mengemukakan bahwa para pakar teori kecerdasan aspek lain dalam diri manusia yang berinteraksi secara efektif dengan kecerdasan IQ dalam menentukan efektivitas penggunaan kecerdasan yang konvensional.

Suatu komponen yang paling utama dalam kecerdasan sosial ini adalah kesadaran diri, motivasi dan keahlian. Bahwa EQ ini terletak pada rasa manusia, jika suatu rasa tidak bisa direalisasikan maka kecerdasan ini otomatis akan menggunakan kecerdasan konvensional tadi. Karena IQ hanya bisa menentukan kesuksesan 20% dan EQ 80%.

Meskipun keduanya berbeda, tetapi EQ dan SQ memiliki suatu muatan yang sangat berat dan sama pentingnya untuk bekerja sama antara satu sama yang lain. Oleh karena itu, diperlukan SQ agar IQ dan EQ dapat berfungsi secara efektif, dan maksimal.

## 5. Rahasia Kekuatan Spiritual Salat

### a. Ibadah salat untuk kedekatan kepada Allah dan kedamaian hati.<sup>20</sup>

Seseorang yang sering melakukan ibadah kepada Allah akan merasa tenang dan batinnya akan terasa sangat kuat. Maka dalam Islam orang yang sangat tekun dalam beribadah akan mendapatkan suatu anugerah dari Allah yang sangat indah. Oleh karena itu, salat tersebut akan memunculkan suatu sikap yang religius yang sangat tinggi, ketenangan jiwa yang sangat mendalam dan akan memiliki jiwa yang seimbang dalam tubuh kita. Namun tidak akan kehilangan kesadaran diri atau sombong, dalam ungkapan Qs. al-Ma'arij: 70 ayat 19-23 yang berbunyi:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ  
مَنُوعًا (٢١) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (٢٢) الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (٢٣)

Artinya:

*“sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan salat, yang mereka itu tetap mengerjakan salatnya”.*

---

<sup>20</sup> Muhammad Mahmud as-Shawwaf. *‘Uddat al-Muslimin*. Al-Dar I-Su’udiyah li al-Nasyr. Jeddah. 1388/1968. 55-57.



b. Salat untuk kesehatan mental manusia<sup>21</sup>

Secara keberagaman sangat jelas sekali bahwa dalam kehidupan ini seseorang harus memenuhi kebutuhan ibadah jasmaninya dengan rukun keislamannya, memenuhi kebutuhan ibadah dengan kebajikannya dan memenuhi ibadah ruhaniah dengan suatu keihisan dalam dimensi ketakwaannya. Kebahagiaan manusia itu semua tergantung oleh mental kesehatannya. Oleh karena itu, kesehatan manusia disini tidak sebatas hanya kesehatan biasa yang dimengerti oleh manusia tetapi kesehatan mental manusia disini adalah kesehatan menyeluruh dalam tubuh baik kesehatan jasmaniah maupun kesehatan ruhaniahnya.

c. Dengan ketekunan beribadah seseorang memiliki kreatifitas yang tinggi

Dalam kreatifitas tinggi ini maksudnya adalah jika seseorang sering melakukan ketaatan kepada Allah yaitu beribadah dengan khusyu' maka akan memiliki suatu pengetahuan yang luar biasa dalam dirinya.<sup>22</sup> Seseorang yang memiliki ciri-ciri kreatifitas tinggi ini merupakan orang yang sangat bermanfaat bagi dirinya dan orang lain karena telah memberikan suatu kebanggaan dengan sendirinya dan orang lain. Dengan belajar menjadi kreatif ini akan menemukan suatu ide-ide baru, cara yang ingin didapatkan dan atau ingin dicapai. Kata

---

<sup>21</sup> Michael Beigent, Richard Leigh & Henry Lincoln. *The Messianic Legacy*. Bantam Dobuleday Dell. NY. 1986. 184.

<sup>22</sup> Ahmad Abdul Jawad, *Mengembangkan Inovasi dan Kreatifitas Berfikir* (Bandung: Syammil Cipta Media, 2004), 3.

kreatif ini juga diajarkan oleh Rasulullah Ayub as. Beliau telah berpesan kepada anaknya : *bahwa janganlah engkau masuk ke negeri mesir melewati satu pintu saja, tetapi dengan melalui berbagai pintu tersebut.*<sup>23</sup>

d. Ketenangan batin sebagai latihan spritual dan pengobatan ruhani.

Manusia di dunia ini telah dibekali oleh berbagai energi-energi yang digunakan untuk kepentingannya masing-masing. Dalam pengolahan ruhaniah ini ada yang disebut fase latihan spiritual. Latihan spiritual ini disebut sebagai pengolahan tenaga yang bertujuan untuk menemukan suatu daya yang ada pada diri manusia.

Dalam pola latihan ini pada umumnya manusia target waktu yang ditempuh adalah selama 30 hari. Sedangkan dalam Islam memberikan tawaran puasa selama 29-30 hari setiap tahunnya. Dimana dengan mengerjakan puasa tersebut untuk bisa menjadikan seseorang bertaqwa dalam kehidupan sehari-harinya. Sehingga taqwa sendiri yaitu bagian dari ihsan yang bergerak di jiwa ruhaniah kita yang di dalamnya terletak mental manusia.

Maka dari itu, seseorang harus mempunyai ketenangan batin tersendiri agar tidak menimbulkan hal-hal yang negatif dalam kehidupannya. Oleh karena itu, ketenangan batin di setiap diri itu sangat perlu karena unuk mengontrol emosi, setelah seseorang ketenangan batin maka jiwa spiriualnya akan tumbuh.

---

<sup>23</sup> Sholikin Abu Izzudin, *Zero to Hero: Mendahsyatkan Pribadi Biasa menjadi Luar Biasa* (Yogyakarta: Pro-U Media, 2006), 35.

### **C. Pengaruh Salat Duha Terhadap Kecerdasan Spiritual**

Menurut pembahasan dan penelitian ini, bahwa kegiatan salat duha yaitu untuk meningkatkan suatu kecerdasan spiritual yang ada di jiwa seseorang. Sesuai pengertian yang diketahui bahwa salat duha sendiri merupakan aktifitas berupa ibadah yang dilakukan oleh seluruh jiwa seperti halnya kita berolahraga yaitu melakukannya dengan senang dan membuat hati menjadi tenang. Sedangkan kecerdasan spiritual (*SQ*) merupakan suatu nilai-nilai keutuhan hidup agar seseorang menemukan makna hidup dalam dirinya sendiri mulai dari belajar di sekolah, bekerja atau sebagainya bahkan seseorang itu menghadapi suatu masalah apapun.

Seperti yang dilihat pada ringkasan di atas bahwa, Ada pengaruh salat duha terhadap kecerdasan spiritual pada siswa yang melakukan kegiatan ibadah sunnah dan akan memperoleh suatu ketenangan serta ketenangan atas karunia-Nya. Dengan kegiatan tersebut, maka seseorang akan memiliki potensi yang sangat tinggi jika dihubungkan dengan kecerdasannya. Maksudnya apabila seseorang melakukan ibadah sunnah dengan kemauan sendirinya secara rutin akan menimbulkan dampak positif bagi dirinya sendiri, dan akan memberikan pengaruh baik bagi orang yang ada di sekitarnya. Maka semakin tinggi tingkat ibadah yang dilakukan seseorang juga akan semakin tinggi kecerdasan spiritual yang dimiliki dan akan sangat cepat pemahamannya yang dimiliki.