

BAB II

KAJIAN TENTANG SPIRITUAL QUOTIENT (SQ)

A. Makna Spiritual Quotient (SQ)

Pada dasarnya manusia adalah makhluk spiritual karena selalu terdorong oleh kebutuhan untuk mengajukan pertanyaan “mendasar” atau “pokok”. Dimensi spiritual adalah inti kita, pusat kita, komitmen kita, daerah yang amat pribadi dan kehidupan dan sangat penting.

Pembahasan yang ditekankan pada kecerdasan spiritual ini sangat penting. Karena, pertama, kecerdasan spiritual ini tak bisa dibandingkan dengan kecerdasan konvensional yang kenyataannya memang berbeda jauh, baik bobot kreatif maupun keasliannya.

Kedua, sumber inspirasi kecerdasan konvensional adalah pola-pola logis dan fenomenal. Sedangkan sumber kecerdasan spiritual langsung dari Ilahi sehingga tetap aktual dan tak lekang oleh perubahan zaman.

Ketiga, dua model kecerdasan yang ada dan turunannya sesungguhnya relatif mudah dicapai. Sebaliknya untuk mengoptimalkan kecerdasan spiritual diperlukan banyak usaha. Melalui latihan-latihan intelektual, spiritual, maupun penyucian diri. Dalam hal ini diperlukan keberanian orang tua untuk memasuki pola kehidupan

yang lebih Islami, yaitu hidup dalam cahaya Al-Qur'an dan sunnah Rasulullah, yang merupakan kurikulum utama pencerdasan.¹

Untuk lebih memfokuskan diskusi kita tentang SQ, mari kita definisikan SQ. Menurut Donah Zohar², kecerdasan spiritual (SQ) adalah “kecerdasan yang bertumpu pada bagian dalam diri kita yang berhubungan dengan kearifan di luar ego, atau jiwa sadar.”

Menurut Sinetar³, “Kecerdasan spiritual adalah pikiran yang mendapat inspirasi, dorongan, dan efektifitas yang terinspirasi, theisness atau penghayatan ketuhanan yang di dalamnya kita semua menjadi bagian”.

Sementara menurut Khalil Khavari⁴ “Kecerdasan spiritual adalah Fakultas dari dimensi non material kita, ruh manusia. Inilah intan yang belum terasah yang kita semua memilikinya. Kita harus mengenalinya seperti apa adanya, menggosoknya sehingga berkilap dengan tekad yang besar dan menggunakannya untuk memperoleh kebahagiaan abadi. Seperti dua bentuk kecerdasan lainnya, kecerdasan spiritual dapat di tingkatkan dan juga diturunkan. Akan tetapi kemampuannya untuk ditingkatkan tampaknya tidak terbatas”.

Dengan nada yang sama Muhammad Zuhri,⁵ IQ adalah kecerdasan manusia yang terutama digunakan manusia untuk berhubungan dengan dan mengelola

¹ Surviani, Istanti dkk, *Menghias Jiwa dan Prilaku Anak* (Bandung : Pustaka Ulumuddin, 2004), 27.

² Donah Zohar, dan Lan Marshall, *SQ : Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan* (Bandung : Mizan, 2002), 8.

³ *Ibid.*

⁴ Agus Nggermanto, *Quantum Quotient* (Bandung : Yayasan Nuansa Cendekia, 2002), vii.

⁵ *Ibid.*

alam. IQ setiap orang di pengaruhi oleh materi otaknya, yang di tentukan oleh faktor genetika. Meski demikian potensi IQ sangat besar. Sedangkan EQ adalah kecerdasan manusia yang terutama, digunakan manusia untuk berhubungan dan bekerjasama dengan manusia lainnya. EQ seseorang dipengaruhi oleh kondisi dalam dirinya dan masyarakatnya, seperti adat dan tradisi potensi EQ manusia lebih besar dibanding IQ. Sedangkan SQ adalah kecerdasan manusia yang digunakan untuk “berhubungan” dengan Tuhan. Potensi SQ setiap orang sangat besar, dan tak dibatasi oleh faktor keturunan, lingkungan, atau materi lainnya.

Sedangkan di dalam ESQ ⁶, kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memberi makna ibadah terhadap setiap perilaku dan kegiatan, melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah, menuju manusia seutuhnya (hanif), dan memiliki pola pemikiran Tauhidi (Integralistik) secara bersifat “hanya karena Allah”.

Dalam bahasa yang mudah kecerdasan spiritual (SQ) adalah kemampuan seseorang untuk mengenal Tuhannya (Ma’rifatullah). Dengan mengenal Allah manusia akan mengalami sukses dalam hidupnya, bukan hanya di dunia tapi juga di akhirat. Sebab ia akan mengawali segala sesuatunya dengan nama Allah dan mengembalikan apa pun hasilnya kepada Allah.

Oleh karena itu, yang pertama-tama harus dibangun diri setiap orang adalah “KECERDASAN SPIRITUAL”. Ia harus menjadi fondasi seluruh aspek kehidupan. Di atasnyalah ditegakkan berbagai keberhasilan yang ingin dicapai

⁶ Ari Ginanjar Agustian, *Emotional Spiritual Quotient* (Jakarta : Arga, 2001), 57.

seseorang dalam pandangan Islam, SPIRITUALITAS adalah realisasi TAUHID di dalam kehidupan. Jadi inti dari “Spiritualitas Islam” adalah “Tauhid” (mengesakan Allah), yang secara formal telah tersusun di dalam kalimat “Pengakuan” (Syahadah) kaum muslim yaitu LAILAHA ILLALLAH (Tidak ada Tuhan melainkan Allah).

Mengapa sedemikian penting menjadi cerdas spiritual? Sebab pengakuan akan Allah sebagai Tuhan merupakan perjanjian yang paling awal yang telah dibuat oleh manusia terhadap Allah. sebagaimana yang tersebut di dalam Al-Qur’an surat Al-A’raf : 172, ketika Allah bertanya :

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَىٰ شَهِدْنَا أَن تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ ﴿١٧٢﴾

Artinya : Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)"

Pada tahap lebih lanjut, ketika seseorang telah mengalami kemajuan di dalam kehidupan spiritualnya, ketika seseorang semakin matang secara “ruhani”, seseorang yang semakin menghayati TAUHID-nya, maka hal tersebut akan berpengaruh positif terhadap prilakunya. Beberapa diantaranya sebagai berikut :

1. Menyadari bahwa Allah SWT itu Maha hadir di dalam kehidupan. Merasa selalu diawasi oleh Allah. bahwa Allah Maha melihat apa saja yang kita lakukan, walaupun itu sesuatu yang sangat kecil seperti biji sawi, dan walaupun ia tersembunyi di tempat yang sangat tidak diketahui manusia.
2. Tidak pernah mau melepaskan Allah dari setiap kebaikan, baik ketika hendak melakukan satu kebaikan atau sesudahnya. Setiap memulai suatu kebaikan dengan “menyebut nama Allah” (Bismillah), dan ketika telah selesai melakukan suatu kebaikan, termasuk ketika baru memperoleh kebaikan (keberuntungan) atau terhindar dari suatu keburukan “memuji Allah” (mengucap al-Hamdulillah).
3. Selalu “mengingat Allah” setiap kali memikirkan segala fenomena alam. Bukanlah ilmu pengetahuan dan teknologi itu tidak lain kecuali hasil interpretasi (penafsiran) manusia terhadap fenomena alam atau Sunnatullah. Semua fenomena alam itu adalah tanda-tanda kekuasaan Allah.
4. “Menyebut Allah” setiap kali hendak belajar atau melakukan kajian ilmu pengetahuan. Karena itulah kita dituntun oleh Al-Qur’an, Surat Al-‘Alaq ayat : 1

اِقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾

“Bacalah dengan menyebut nama Tuhanmu yang telah menciptakan.” Kita menalar, memikirkan, belajar, mengkaji, dengan menggunakan fasilitas pemberian Allah pada diri kita, seperti “otak”. Objek kajian kita apakah pada

diri sendiri ataupun di luar diri adalah juga ciptaan Allah. dan pada akhirnya, Allah SWT-lah sumber ilmu yang sesungguhnya”. (Q.S. Al-‘Alaq : 5)

5. Selalu bersangka baik kepada Allah, sekaligus mungkin kita sedang menghadapi ujian hidup yang sulit, sebab Allah SWT itu hanya menurut bagaimana persangkaan seorang hamba terhadap-Nya. Jika kita sangka baik, maka yang kita peroleh adalah kebaikan. Sebaliknya, jika kita sangka buruk kepada Allah, maka keburukanlah yang akan diperoleh.⁷

SQ adalah yang membuat kita mempunyai pemahaman tentang siapa diri kita dan apa makna segala sesuatu bagi kita oleh karena itu SQ sangat penting dan bermanfaat bagi kita.

Kita menggunakan SQ untuk menjadi kreatif. Kita menghadirkannya ketika ingin menjadi luwes, berwawasan luas, atau spontan secara kreatif.

Kita menggunakan SQ untuk berhadapan dengan masalah eksistensial, yaitu saat kita secara pribadi merasa terpuruk, terjebak oleh kebiasaan, kekhawatiran, dan masalah masa lalu kita akibat penyakit dan kesedihan. SQ menjadikan kita sadar bahwa kita memiliki masalah eksistensial dan membuat kita mampu mengatasinya atau setidaknya-tidaknya bisa berdamai dengan masalah tersebut, SQ memberi kita semua rasa yang “dalam” menyangkut perjuangan hidup.

⁷ Rusli Amin, *Menjadi Remaja Cerdas* (Jakarta : Al-Mawardi Prima, 2003), 33-34.

SQ adalah pedoman saat kita berada “di ujung” tanduk. Masalah-masalah eksistensial yang paling menantang dalam hidup berada di luar yang diharapkan dan dikenal, di luar aturan-aturan yang telah diberikan, melampaui masa lalu, dan melampaui sesuatu yang kita hadapi, karena SQ adalah hati nurani kita.

Kita dapat menggunakan SQ untuk menjadi lebih cerdas secara spiritual dalam beragama. SQ membawa kita kecerdasan jantung segala sesuatu, kecerdasan kesatuan dibalik perbedaan, potensi dibalik ekspresi nyata. SQ mampu menghubungkan kita dengan makna dari ruh esensial di belakang semua agama besar.

SQ memungkinkan kita untuk menyatukan hal-hal yang bersifat intrapersonal dan interpersonal, serta menjembatani kesenjangan antara diri sendiri dan orang lain.

Kita menggunakan SQ untuk mencapai perkembangan diri yang lebih utuh karena kita memiliki potensi untuk itu. SQ membantu kita tumbuh melebihi ego terdekat diri kita dan mencapai lapisan yang lebih dalam yang tersembunyi di dalam diri kita. Ia membantu kita menjalani hidup pada tingkatan makna yang lebih dalam.

Dan, kita dapat menggunakan SQ kita untuk berhadapan dengan masalah baik dan jahat, hidup dan mati, dan asal-usul sejati dari penderitaan dan keputusan manusia. Dalam kehidupan semacam itu, kita bisa berharap menemukan apa yang kita rindukan, dan bisa berbagi buah dari penemuan kreatif tersebut dengan orang lain. Ahli mistik Yahudi abad dua puluh, Rabbi Abraham

Heschel berkata, “kita lebih dekat kepada Tuhan saat kita bertanya dari pada saat kita mengira telah memiliki jawaban.” Dengan nada yang sama, filosof mistik Prancis abad ketujuh belas, Blaise Pascal, menulis atas nama Tuhan, “Kau tidak akan mencari-Ku kecuali jika kau telah menemukanku.”⁸

B. Komponen-Komponen Spiritual Quotient (SQ)

Jika kecerdasan intelektual dan emosional lebih berdimensi duniawi, maka kecerdasan spiritual (SQ) merupakan kecerdasan yang lebih bersifat ukhrawi, karena ia berkaitan erat dengan masalah perasaan keagamaan. IQ penerapannya lebih pada wilayah *Hablum Minannas* (hubungan dengan sesama manusia), sedangkan SQ mengarah pada jalinan *Hablum Minallah* (hubungan dengan Allah) secara baik.

Terdapat lima komponen SQ⁹

1. SQ adalah kecerdasan yang meyakini Allah sebagai dzat yang Maha Menguasai Kehidupan.
2. SQ adalah kemampuan untuk bekerja keras dalam rangka untuk mencari ridho Allah.

Ibadah dalam arti luas ialah segala amal perbuatan yang dilakukan untuk mencari keridloan Allah. dengan demikian seseorang akan terdorong untuk memiliki etos kerja yang tinggi dan senantiasa bersungguh-sungguh dalam

⁸ Agus Nggermanto, *Quantum*, 131-143.

⁹ Muhammad Al-Bani, *Anak Cerdas Dunia Akhirat*, (Bandung : Mujahid Press, 2004), 18-19.

melakukan berbagai aktifitasnya. Jika dia seorang pelajar maka dia akan belajar dengan sungguh-sungguh dalam rangka untuk mencari ridlo Allah.

3. SQ adalah kemampuan untuk kokoh dalam melakukan ibadah secara rutin.

Melakukan ibadah secara rutin dalam Islam disebut “Istiqomah.” Istiqomah diterjemahkan sebagai bentuk kualitas batin yang melahirkan sikap konsisten (taat asas) dan teguh pendirian untuk menegakkan dan membentuk sesuatu menuju pada kesempurnaan atau kondisi yang lebih baik, sebagaimana kata taqwim merujuk pula pada bentuk yang sempurna.

Abu Ali ad-Daqqaq berkata, “Ada tiga derajat pengertian Istiqomah, yaitu menegakkan atau membentuk sesuatu (Taqwim), menyehatkan dan meluruskan (Iqamah), dan berlaku lurus (Istiqomah). Taqwim menyangkut disiplin jiwa, Iqamah berkaitan dengan penyempurnaan, dan Istiqomah berhubungan dengan tindakan mendekatkan diri kepada Allah.”¹⁰

Dengan demikian, Istiqomah bukanlah berarti sebuah sikap yang jumud, tidak mau adanya perubahan (status quo), namun sebuah kondisi yang tetap konsisten menuju arah yang diyakininya dengan tetap terbuka (open minded) terhadap “gagasan inovatif” yang akan menunjang atau memberikan kontribusi positif untuk pencapaian tujuannya.

Oleh karena itu siapapun yang tidak menyiapkan diri untuk menghadapi perubahan maka ia akan tergilas oleh perubahan itu. Memang Istiqomah

¹⁰ Toto Tasmara, *Kecerdasan Ruhani* (Jakarta : Gema Insani, 2001), 203.

mengandung arti kemantapan, tetapi tidak berarti kemandekan, namun lebih dekat kepada arti stabilitas yang dinamis.

Berikut ini beberapa anjuran K.H. Abdullah Gimnastiar agar kita dapat mengembangkan kemampuan kreatif kita :

- a. Banyak membaca dan menulis.
 - b. Banyak berdiskusi dan bertanya.
 - c. Banyak mengadakan studi banding.
 - d. Banyak merenung (Tafakkur).
 - e. Banyak berbuat dan mencoba.
 - f. Banyak beribadah dan berdoa.
4. SQ adalah kesabaran, ketahanan, dan kemampuan untuk berikhtiar dan tidak mudah putus asa.

Sabar berarti terpatrynya sebuah harapan yang kuat untuk menggapai cita-cita (dalam bahasa arab, dapat diartikan sebagai cita-cita atau harapan sehingga orang yang putus asa berarti orang yang kehilangan harapan atau terputusnya cita-cita). Sabar berkaitan pula dengan masa depan sebagai mana firman Allah :

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ ﴿٦٠﴾

“Bersabarlah kamu, karena sesungguhnya janji Allah itu benar.”

(Q.S Al-Rum : 60)

Di dalam berdoa dan berikhtiar, tampaklah dengan sangat nyata bahwa hamba Allah yang mengembara di muka bumi itu senantiasa hidup dalam

optimisme, selalu melihat hikmah, melihat ada celah harapan dibalik kegelapan. Dengan berdoa itulah, kita mempunyai harapan, dan dengan harapan itu pulalah, kita menapaki kehidupan melalui amal ikhtiar ¹¹.

5. SQ adalah menerima keputusan terakhir Allah, penerimaan patuh terhadap takdir Allah akan mendatangkan ketenangan hidup.

Menurut Robert A. Emmons sebagaimana dikutip oleh Jalaluddin Rakhmat (dalam salah satu artikel, mengembangkan kecerdasan spiritual anak), orang disebut mempunyai kecerdasan spiritual,¹² bila mempunyai kriteria :

1. Kemampuan untuk mentransendensikan yang fisik dan material.
2. Kemampuan untuk mengalami tingkat kesadaran yang memuncak.
3. Kemampuan untuk mensakralkan pengalaman sehari-hari.
4. Kemampuan untuk menggunakan sumber-sumber spiritual untuk menyelesaikan masalah.
5. Kemampuan untuk berbuat baik.

Dalam siaran singkat disebuah televisi swasta baru-baru ini, Dr. Dimitri Mahayana menunjukkan beberapa ciri orang yang ber-SQ tinggi.¹³ :

1. Memiliki prinsip dan visi yang kuat

Menurut Covey, prinsip seperti layaknya mercusuar, prinsip merupakan substansi hukum alam yang tidak dapat dilanggar seperti yang dikemukakan oleh Cecil B. de Mile tentang prinsip-prinsip yang terkandung dalam film

¹¹ *Ibid.*, 89.

¹² Al-Falah, Edisi 185 Agustus 2003. No : 14, 40

¹³ Agus Nggermanto, *Quantum*, 123.

monumentalnya, The Ten Commandment, “kita tidak mungkin dapat melanggar hukum tersebut. Kita hanya dapat menghancurkan diri kita karena melanggar hukum-hukum itu.”

Prinsip bukanlah praktik. Praktik adalah suatu aktivitas atau aksi tertentu. Jika praktik bersifat spesifik menurut situasi, maka prinsip merupakan kebenaran yang hakiki dan fundamental yang memiliki aplikasi universal.

Prinsip adalah pedoman berperilaku yang terbukti mempunyai nilai yang langgeng dan permanen. Prinsip bersifat mendasar. Prinsip pada dasarnya tidak dapat disangkal karena dengan sendirinya sudah jelas. Tiga prinsip utama dalam SQ adalah : Prinsip kebenaran, prinsip keadilan dan prinsip kebaikan.

Untuk mendapatkan visi yang benar kita harus membenahi apa yang ada dalam diri kita. Menurut seorang tokoh filsafat iluminasi, Suhrawati, visi yang benar adalah visi yang tercerahkan. Visi yang mendapat sinaran cahaya dari sumber cahaya kebenaran. Mendalami kitab suci, menela’ah literatur berkualitas dapat membantu meluaskan visi. Merenungi dan mengambil hikmah dari segala sesuatu juga dapat mempertajam visi.

2. Mampu melihat kesatuan dalam keragaman

Realitas materi yang kita hadapi sepanjang hidup tampak jelas beragam, unik, berbeda satu sama lain. Bahkan kita sama-sama satu spesies manusia, satu sama lain saling berbeda. Ada orang Jawa, Sunda, Cina, India, Amerika, Inggris, Arab yang saling berbeda. Alam materi ini menampilkan beragam perbedaan.

Sebaliknya, alam non materi menunjukkan kesatuan. Apel jatuh karena gravitasi. Buku jatuh dari meja karena gravitasi. Bulan berputar mengelilingi bumi karena gravitasi. Planet-planet di tata surya berevolusi mengelilingi matahari karena gravitasi. Berbagai hal yang beragam ini disatukan oleh hukum tunggal : gravitasi.

Manusia yang memiliki SQ tinggi adalah yang mampu melihat dalam keragaman. Sekali lagi, ketunggalan dalam keragaman adalah prinsip utama yang harus kita pegang teguh agar memiliki SQ tinggi. Saya dan Anda adalah berbeda, tetapi sama, sama manusianya yang ingin terus maju menyempurnakan SQ. semakin “tunggal” dan “menyatu” pengetahuan seseorang maka semakin sempurna ilmunya, semakin bagus pemahamannya.

3. Mampu memaknai setiap sisi kehidupan

Makna adalah penentu identitas sesuatu yang paling signifikan. Rafi dan Tomi memiliki struktur manusia yang sama, tetapi mereka berbeda. Rizal dan Rifky memiliki struktur manusia yang sama, tetapi mereka berbeda. Lalu apa yang membedakan mereka semua ? Makna. Mereka memiliki makna yang berbeda.

Makna bersifat substansial, berdimensi spiritual. Seseorang yang memiliki SQ tinggi menemukan makna terdalam dalam dari sisi kehidupan. Karunia Tuhan berupa kenikmatan atau ujian dari-Nya sama-sama memiliki makna spiritual yang tinggi. Karunia Tuhan adalah manifestasi kasih sayang-

Nya kepada manusia. Ujian-Nya adalah wahana pendewasaan spiritual manusia.

4. Mampu mengelola dan bertahan dalam kesulitan dan penderitaan

Bila kita kaji kitab suci, atau sejarah orang-orang besar, disana orang-orang besar selalu mendapat kesulitan dan ujian yang besar. Bahkan ada ungkapan yang menyatakan bahwa kesulitan dan penderitaan adalah hadiah dari Tuhan bagi orang yang dikasihi-Nya.¹⁴

Mengapa harus penderitaan dan kesulitan ? Jawabannya akan menjadi jelas bila kita kaji lebih dalam makna penderitaan dan kesulitan. Menurut Muthahhari, pengasuh dari penderitaan dan kesulitan lebih dari sekedar menjadikan substansi sesuatu menjadi lebih jelas.

Ujian penderitaan dan kesulitan juga bermakna membuat sesuatu layak menerima karunia lebih tinggi. Pada saat kecakapan seseorang akan meningkat, banyak ujian yang harus dilalui. Bagi yang tidak mampu melewati kesulitan, ia tidak layak naik tingkat. Bagi yang mampu melewati penderitaan dan kesulitan, ia layak menerima karunia tinggi.

Muhammad Zuhri¹⁵ menjelaskan bahwa kenikmatan-kenikmatan duniawi, seperti makanan, mendukung dimensi fisik manusia berkembang. Makanan bergizi, suplai oksigen yang memadai membuat otak fisik manusia, terutama IQ

¹⁴ *Ibid.*, 134.

¹⁵ *Ibid.*, 136.

bekerja optimal. Sedangkan kesulitan adalah yang menumbuh kembangkan dimensi spiritual manusia. Dengan kesulitan, SQ lebih tajam dan matang.

SQ mampu mentransformasikan kesulitan menjadi suatu medan penyempurnaan dan pendidikan spiritual yang bermakna penelitian ilmiah, sehubungan peran kesulitan dalam mengembangkan sisi terdalam manusia juga di laporkan oleh Paul G. Stoltz, padahal dalam bukunya *Adversity quotient : Mengubah rintangan menjadi peluang*. Orang yang sukses adalah orang-orang yang sering dihadapkan pada kesulitan. Bahkan orang-orang yang sukses justru mencari tantangan.

Menurut K.H. Toto¹⁶ Taqwa merupakan indikator kecerdasan Ruhani. Dalam kaitannya dengan kecerdasan ruhaniah, pengertian taqwa sebagai bentuk tanggung jawab tersebut akan terasa lebih aplikatif dan memiliki tolok ukur yang jelas serta dapat dilaksanakan secara praktis (*Workable*) sehingga mempengaruhi perilaku kita sehari-hari.

Taqwa merupakan bentuk tanggung jawab yang dilaksanakan dengan penuh rasa cinta dan menunjukkan amal prestatif dibawah semangat pengharapan ridha Allah. sehingga, sadarlah kita bahwa dengan bertaqwa, berarti ada semacam nyala api di dalam qolbu yang mendorong pembuktian atau penunaian amanah sebagai “rasa tanggung jawab yang mendalam” atas kewajiban-kewajiban kita sebagai muslim.

¹⁶ Toto Tasmara, *Kecerdasan*, 2.

Salah satu kata kunci kecerdasan ruhaniah berada pada hati nurani. Hati yang buta berarti nurani yang kehilangan prinsip hidup, lumpuh dan kehilangan arah kiblat. Sehingga, mereka tersesat dalam perjalanannya menempuh tujuan hakiki yang harus ditempuhnya. Sebaliknya, yang dimaksudkan dengan mata hati yang melihat berarti dia merasakan nyala api kebenaran yang diyakininya dan menjadi patokan atau prinsip kehidupannya. Mereka yang memiliki hati nurani itu, akan berawal dari prinsip dan berakhir dengan prinsip.

Taqwa merupakan indikator kecerdasan Ruhani, seseorang dikatakan benar-benar bertaqwa apabila :

1. Memiliki visi

Mereka yang ingin mempertajam kecerdasan ruhaniya, menetapkan visinya melampaui daerah duniawi sehingga menjadikan qolbunya sebagai suara hati (conscience) yang selalu di dengar. Visi atau tujuan setiap muslim yang cerdas secara spiritual itu, akan menjadikan pertemuan Allah sebagai puncak dari pernyataan visi pribadinya yang kemudian dijabarkan dalam bentuk perbuatan baik yang terukur dan terarah.

Karena itu, visi berkaitan erat dengan cara kita memandang hidup dan melihat apa yang kita perbuat dan harapan-harapan yang ingin di raih di masa depan. Bila kita menanam kebencian, niscaya akan memetik permusuhan. Dan bila kita menanam cinta kasih (rahmah), tentu saja kita akan memetik kedamaian hati (Qolbun salim).

Allah berfirman,

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا فَلِنَفْسِهِ وَمَنْ أَسَاءَ فَعَلَيْهَا وَمَا رَبُّكَ بِظَلَّامٍ لِلْعَبِيدِ ﴿٤٦﴾

“Barangsiapa yang beramal soleh, dia sendiri yang akan menuai pahala. Barangsiapa berbuat jahat, maka dia sendiri yang akan menanggung dosanya. Tidaklah Tuhanmu menganiaya hamba-hamba-Nya.” (Fushshilat : 46)

2. Merasakan kehadiran Allah

Mereka yang bertanggung jawab dan cerdas secara ruhaniah, merasakan kehadiran Allah dimana saja mereka berada. Mereka meyakini bahwa salah satu produk dari keyakinannya beragama antara lain melahirkan kecerdasan moral spiritual yang menumbuhkan perasaan yang sangat mendalam (Zauq) bahwa dirinya senantiasa selalu dalam pengawasan Allah.

Allah berfirman :

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ ﴿١٦﴾

“Sesungguhnya telah Kami ciptakan manusia, dan kami mengetahui apa yang bisikkan hatinya. Kami lebih dekat kepadanya daripada urat nadinya.” (Qaaf : 16)

Tentu saja, perasaan kehadiran Allah di dalam qolbu tidak dapat datang dengan begitu saja, melainkan harus dilatih melalui keheningan batin ¹⁷.

3. Berzikir dan berdoa

Zikir memberikan makna kesadaran diri Cognizance (Self awareness),

“Aku dihadapan Tuhanku,” yang kemudian mendorong dirinya secara sadar dan

¹⁷ Toto Tasmara, *Kecerdasan*, 16.

penuh tanggung jawab untuk melanjutkan misi hidupnya yang dinamis, yaitu memberi makna amal-amal saleh.

Allah berfirman :

أَلَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨)

“Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah lah hati menjadi tentram.” (Ar-Ra’d : 28).

Berdoa berarti memanggil diri sendiri. Jiwa dan kesadaran di seru dan dihentakkan agar sadar bahwa aku sedang beraudiensi dengan Tuhanku.

Doa pada hakikatnya adalah penuntun kita untuk mengubah diri. Kekuatan doa akan jauh lebih efektif ketika kita sanggup mengubah diri dengan doa itu. Ibarat tanaman, kekuatan kita mengubah diri adalah bibitnya, sedangkan doa adalah pupuknya.¹⁸

4. Memiliki kualitas sabar

Sabar berarti terpatrinya sebuah harapan yang kuat untuk menggapai cita-cita. Sabar berarti memiliki ketabahan dan daya yang sangat kuat untuk menrima beban, ujian atau tantangan tanpa sedikitpun mengubah harapan untuk menuai hasil yang ditanamnya.

Rasulullah SAW bersabda :

“Sesungguhnya menakjubkan orang mukmin itu, jika ditimpa ujian dia bersabar.” (HR. Bukhari)

¹⁸ Al-Falah, Edisi 185 Agustus 2003. No : 14, 34

Di dalam nilai-nilai sabar itu. Tampak sikapnya yang paling dominan antara lain sikap percaya diri (Self confidence), optimis, mampu menahan beban ujian, dan terus berusaha sekuat tenaga (Mujahadah). Mereka sangat yakin akan janji Allah yang berfirman :

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا ﴿٦٩﴾

“Mereka yang berusaha sekuat tenaga di jalan-Nya, niscaya mereka akan diberi petunjuk dan berbagai jalan Kami.” (Al-Ankabut : 69).

5. Cenderung kepada kebaikan

Orang-orang yang bertaqwa (bertanggung jawab) adalah tipe manusia yang selalu cenderung pada kebaikan dan kebenaran (hanif), sabda Rasulullah SAW, “Jadikan hidup hari ini lebih baik dari hari kemarin dan hari esok lebih baik dari hari ini,” seakan-akan menembus cakrawala qolbunya dan menjadi hiasan nuraninya setiap detik. Mereka merasakan kerugian yang dahsyat ketika waktu berlalu begitu saja tanpa ada satupun kebaikan yang dilakukannya.

Islah secara etimologis memberikan makna suatu kondisi atau pekerjaan yang memberi manfaat serta berkesuaian (conform). Islah berarti pula suatu wawasan yang melekat pada fitrah keislaman untuk berorientasi pada amal-amal prestasi (achievements orientation). Dalam hal ini, Allah mengaitkan antara taqwa dan perbuatan baik.

فَمَنِ اتَّقَى وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفَ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٣٥﴾

“Maka barangsiapa yang bertakwa dan mengadakan perbaikan, tidaklah ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati” (Al-A’raf : 35)

6. Memiliki Empati

Empati adalah kemampuan seseorang untuk memahami orang lain. Merasakan rintihan dan mendengarkan debar jantungnya, sehingga mereka mampu beradaptasi dengan merasakan kondisi batiniah dari orang lain. Empati sosial telah dipatrikan kepada jiwa Agung Rasulullah SAW, sebagaimana Firman-Nya :

لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنْفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ بِالْمُؤْمِنِينَ رَؤُوفٌ رَّحِيمٌ (١٢٨)

“Sesungguhnya telah datang kepada kamu seorang Rasul dari kaummu sendiri. Berat terasa olehnya penderitaanmu, sangat menginginkan (keimanan dan keselamatan) bagimu, amat belas kasih lagi penyayang terhadap orang-orang mukmin.” (At-Taubah : 128).

7. Berjiwa besar

Jiwa besar adalah keberanian untuk memaafkan dan sekaligus melupakan perbuatan yang pernah dilakukan oleh orang lain. Disebut berjiwa besar karena seseorang mungkin memaafkan, tetapi tidak berangkat dari hati nurani yang tulus sehingga tidak mau melupakan. Hal seperti ini hanyalah pemberian maaf yang bersifat formalritual, tidak menyentuh nilai yang paling hakiki yaitu pembersihan dan penghapusan.

Allah berfirman :

وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى (٢٣٧)

“Pemaafan kamu itu lebih dekat kepada Taqwa (Al-Baqarah : 237)

8. Bahagia melayani

Budaya melayani dan menolong (salvation) merupakan bagian dari citra diri seorang muslim. Mereka sadar bahwa kehadiran dirinya tidaklah terlepas dari tanggung jawab terhadap lingkungannya. Sebagai bentuk tanggung jawabnya, mereka menunjukkan sikapnya untuk senantiasa terbuka hatinya terhadap keberadaan orang lain, dan merasa terpanggil atau ada semacam ketukan yang sangat keras dari lubuk hatinya untuk melayani.

Melayani atau menolong seseorang merupakan bentuk kesadaran dan kepeduliannya terhadap nilai kemanusiaan. Memberi pertolongan dan pelayanan merupakan investasi yang kelak akan dipetik keuntungannya, tidak hanya di akhirat di duniapun mereka sudah merasakannya.

Abdullah Nashih Ulwan seorang ulama dan da'i dari Mesir dalam bukunya “Pendidikan Anak dalam Islam” memberikan resep agar taqwa tumbuh subur dan tetap bersemayam sampai akhir masa¹⁹ :

- 1) Pertama, Mu'ahadah (mengingat perjanjian)
- 2) Kedua, Muroqobatullah (merasakan kesertaan Allah)
- 3) Ketiga, Muhasabah (menghitung amal)

¹⁹ Abdullah Nashih Ulwan, *Pendidikan Anak dalam Islam* (Jakarta: Pustaka Amani, cet. III, jilid I&II, 2002,), 60.

4) Keempat, Mu'aqobah (menjatuhkan sangsi)

5) Kelima, Mujahadah (giat beramal).

Kecerdasan spiritual (rohani) dengan dimensinya yang bersifat agamis ukhrawi disinyalir mampu memberikan makna dalam hidup. Bahkan dibuktikan bahwa sesungguhnya SQ-lah yang mampu mengoptimalkan IQ dan EQ seseorang. SQ pula yang memungkinkan seseorang berfikir kreatif, berwawasan jauh kecerdasan depan dan mampu membuat aturan-aturan. Pendek kata, SQ adalah “Panglima kecerdasan”.²⁰

Untuk itu jika kita menginginkan IQ dan EQ anak kita berkembang secara optimal, maka mulailah dengan mengasah kecerdasan spiritualnya.

C. Mengembangkan Spiritual Quotient (SQ)

Dalam pandangan Komaruddin Hidayat²¹, Kecerdasan spiritual tidak di lihat dari kemampuan untuk melakukan ritual keagamaan secara baik, tetapi anak percaya adanya kekuatan non-fisik (gaib) yang lebih dari kekuatan diri manusia. Inilah yang disebut dengan sebuah kesadaran yang menghubungkan manusia dengan Tuhan lewat hati nurani. Kemunculan kecerdasan spiritual ini tercermin dalam sikap spontan, imajinasi, kreativitas yang tidak terbataas dan semuanya ini dilakukan dengan suka cita.

²⁰ Muhammad al-Bani, *Anak*, 19.

²¹ Al-Falah, Edisi 185 Agustus 2003. No : 14, 42

Menurut Komaruddin Hidayat,²² paling tidak ada sepuluh panduan yang bisa di ikuti untuk menumbuhkan dan mengembangkan kecerdasan spiritual anak-anak kita, yaitu :

Pertama: Ajarkan kepada anak bahwa Tuhan selalu memperhatikan kehidupan kita. Melalui latihan berdoa dan pembiasaan ritual akan memperhalus perasaan dan mencerdaskan spiritual anak. Dalam hal ini penting bagi orang tua selalu memberi contoh yang bagus di mata anak.

Kedua : Ajarkan kepada anak-anak bahwa hidup dan kehidupan ini saling berhubungan. Tak mungkin kita hidup sendiri, mencukupi semua yang diperlukan. Hubungan ini tidak saja antara sesama manusia, melainkan juga dengan lingkungan alam, seperti udara, air, cahaya, tumbuhan, hewan, bahkan sampai bakteri yang ikut menopang hidup kita.

Ketiga : Orang tua hendaknya menjadi pendengar yang baik bagi anak-anaknya. Jika anak bicara jangan buru dipotong atau diceramahi. Dengarkan dan perhatikan dipotong atau tatapan mata yang penuh antusias dan stimulatif agar anak terlatih mengutarakan pikiran dan emosinya dengan lancar, tertib, dan jernih. Ibarat sumur, kalau sering ditimba maka airnya akan jernih.

Keempat : Ajarkan anak untuk menggunakan kata dan ungkapan yang bagus, indah dan mendorong imajinasi. Kalau sulit, bisa dikemukakan melalui bacaan yang bagus. Biasakan membeli dan membacakan buku buat anak-anak kita.

²² *Ibid.*

Kalau anak-anak tertarik, bisa dibacakan berulang kali agar merasuk lebih dalam lagi pesan dan bekasnya.

Kelima : Dorong anak-anak berimajinasi tentang masa depannya dan tentang kehidupan. Imajinasi akan melatih anak selalu berpikir hal-hal yang melampaui batas materi dan ini akan mencerdaskan spiritualnya. Imajinasi juga akan mengaktifkan otak kanan yang cenderung berpikir holistik, intuitif dan imajinatif.

Keenam : Temukan dan rayakan keajaiban yang terjadi setiap hari atau Minggu. Jangan sampai hidup dilalui secara rutin dan mekanis. Banyak terjadi keajaiban setiap hari yang harus diberi makna, disyukuri, dan dirayakan sekalipun dengan cara yang sederhana, asal memberikan sentuhan hati pada anak.

Ketujuh : Berikanlah ruang kepada anak untuk berkreasi, menentukan program dan jadwal kegiatan. Anak yang terlalu diatur dan di dekte orang tua bisa tumbuh menjadi pemberontak atau sebaliknya menjadi pasif, tidak terbiasa dengan inisiatif. Ajarkan kepada anak untuk bisa memahami pilihan-pilihannya.

Kedelapan : Jadilah cermin positif bagi anak-anak. Dalam kehidupan rumah tangga tanpa disadari masing-masing merupakan aktor yang selalu di lihat dan di nilai oleh yang lain. Maka jadilah aktor atau model peran yang baik bagi anak-anak. Sekali-kali adakan forum untuk saling menyampaikan kesan dan penilaian yang satu kepada yang lain dalam suasana yang rileks, nyaman, tanpa tekanan. Bahkan masing-masing harus bisa menghargai yang lain.

Kesembilan : sekali-kali ciptakan suasana yang benar-benar santai, melepaskan semua ketegangan dan kepenatan fisik maupun psikis. Inilah yang disebut relaksasi melalui relaksasi.

Kesepuluh : Setiap hari adalah istimewa, yang wajib dihayati dan di syukuri. Setiap pagi ajak anak-anak untuk bersyukur pada Tuhan sambil menatap langit, matahari, pohon-pohonan. Sampaikan terima kasih dan pujian atas kebaikan dan keindahan yang selalu hadir menyertai kita tanpa memungut bayaran.

Kecerdasan spiritual membimbing dirinya agar senantiasa beribadah kepada-Nya, bersyukur kepada-Nya, dalam setiap waktu. Dan yang lebih penting, dengan SQ, manusia sanggup menyingkap tabir kegaiban Tuhan, sehingga ritualitas dan putaran kehidupan akrab dengan kehadiran Tuhan.

Menurut Agus Nggermanto dalam bukunya yang berjudul : “Quantum Quotient,” ada beberapa langkah praktis untuk mengembangkan SQ :

Langkah Pertama : Kita harus menyadari dimana kita sekarang. Misalnya, bagaimana situasi kita saat ini? Apakah konsekuensi dan reaksi yang di timbulkannya ? Langkah ini menuntut kita untuk menggali kesadaran diri, yang pada gilirannya menuntut kita menggali kebiasaan merenungkan pengalaman. SQ yang lebih tinggi berarti sampai pada kedalaman dari segala hal, memikirkan segala hal, menilai diri sendiri dan perilaku dari waktu ke waktu. Paling baik dilakukan setiap hari. Ini bisa dilakukan dengan menyisihkan beberapa saat untuk berdiam diri, bermeditasi setiap hari, bekerja dengan penasehat atau ahli terapi, atau sekedar mengevaluasi setiap hari sebelum anda jatuh tertidur di malam hari.

Langkah Kedua : Jika renungan kita mendorong kita untuk merasa bahwa kita, perilaku, hubungan, kehidupan, atau hasil kerja kita dapat lebih baik, kita harus ingin berubah, berjanji dalam hati untuk berubah. Ini akan menuntut kita memikirkan secara jujur apa yang harus kita tanggung demi perubahan itu dalam bentuk energi dan pengorbanan.

Langkah Ketiga : Kini dibutuhkan tingkat perenungan yang lebih dalam, kita harus mengenali diri sendiri, letak pusat kita, dan motivasi kita yang paling dalam. Jika kita diberi waktu setahun lagi, apa yang akan kita lakukan dengan waktu tersebut ?

Langkah Keempat : Apakah penghalang yang merintanginya kita ? Apa yang mencegah kita sehingga menjalani kehidupan di luar pusat kita ? Kemarahan ? Kerakusan ? Rasa bersalah ? Sekedar kemalasan ? Kebodohan ? Pemanjaan diri? Kini buatlah daftar hal yang menghambat dan mengembangkan pemahaman tentang bagaimana kita dapat menyingkirkan penghalang-penghalang ini.

Langkah Kelima : Praktik atau disiplin apa yang seharusnya kita ambil ? Jalan apa yang seharusnya kita ikuti ? Komitmen apa yang akan bermanfaat ? Pada tahap ini, kita perlu menyadari berbagai kemungkinan untuk bergerak maju. Curahkan usaha mental dan spiritual untuk menggali sebagian kemungkinan ini, biarkan mereka bermain dalam imajinasi kita, temukan tuntutan praktis yang dibutuhkan dan putuskan kelayakan setiap tuntutan tersebut bagi kita.

Langkah Keenam : Kini kita harus menetapkan hati pada satu jalan dalam kehidupan dan berusaha menuju pusat, sementara kita melangkah di jalan itu.

Sekali lagi renungkan dengan sebaik-baiknya. Menjalani hidup menuju pusat berarti mengubah pikiran dan aktivitas sehari-hari menjadi ibadah terus-menerus, memunculkan kesucian alamiah yang ada dalam setiap situasi yang bermakna.

Langkah Ketujuh : Dan akhirnya, sementara kita melangkah di jalan yang kita pilih sendiri, tetaplah sadar bahwa masih ada jalan-jalan yang lain. Hormatilah mereka yang melangkah di jalan tersebut, dan apa yang ada dalam diri kita sendiri yang di masa mendatang mungkin perlu mengambil jalan lain.

Secara umum, kita dapat meningkatkan SQ kita dengan meningkatkan penggunaan proses tersier psikologis kita, yaitu kecenderungan kita untuk bertanya mengapa, untuk mencari keterkaitan antara segala sesuatu, untuk membawa ke permukaan asumsi-asumsi mengenai makna di balik atau di dalam sesuatu, menjadi lebih suka merenung, sedikit menjangkau di luar diri kita, bertanggung jawab, lebih sadar diri, lebih jujur terhadap diri sendiri dan lebih pemberani.²³

Ajaran Islam memberikan berbagai ritus untuk pendekatan diri kepada Allah melalui syariat-syariat-Nya. M. Usman Najati mencatat ada lima hal yang bisa meningkatkan kecerdasan spiritual, terutama di mulai dari anak-anak, yaitu Iman, ibadah, shalat, puasa, haji, dzikir dan doa.²⁴

Pengembangan SQ dengan lima hal ini, secara tidak langsung akan membawa dampak positif bagi kesalehan diri anak. karena, kehidupan keagamaan anak sudah di topang oleh keyakinan (Akidah) dan ritualitas amal ibadah dan

²³ Donah Zohar, dan Lan Marshall, *SQ*, 14.

²⁴ Al-Falah, Edisi 185 Agustus 2003. No : 14, 46

sekaligus menancapkan “tiang ke-Ilahian” dalam diri anak dan proses transformasinya dalam kehidupan sosial kemasyarakatan.