

PENDEKATAN ESQ DALAM KONSELING INDIVIDU
(Telaah Pemikiran Ary Ginanjar Agustian)



SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial Dalam Ilmu Bimbingan Dan Konseling Islam

Oleh :

LINDA HARTINI

NIM: 1516320023

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
JURUSAN DAKWAH
FAKULTAS USHULUDIN ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BENGKULU
TAHUN 2019 M/1439 H

PERSETUJUAN PEMBIMBING


Skripsi atas nama: **Linda Hartini** NIM **1516320023** yang berjudul
"Pendekatan ESQ Dalam Konseling Individu (Telaah Pemikiran Ary Ginanjar)"
Program studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan **Dakwah** Fakultas
Ushuluddin Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.
Skripsi ini telah diperiksa dan diperbaiki sesuai dengan saran pembimbing I dan
pembimbing II. Oleh karena itu, sudah layak untuk diajukan dalam sidang
munaqasyah/skripsi Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu.

Bengkulu, Juli 2019

Pembimbing I


Pembimbing II


Jonsi Hunadar, M.Ag
NIP. 197204091998031001


Triyani Pujiastuti, MA, Si
NIP. 198202102005012002

Mengetahui

Ketua Jurusan Dakwah


Dr. Rahmat Ramdhani, M.Sos.I
NIP 198306122009121006



KEMENTERIAN AGAMA ISLAM RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BENGKULU
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH

Alamat: Jl. Raden Fatah Pagar Dewa Telp. (0736)51276, 51771 Fax (0736) Bengkulu

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama: **LINDA HARTINI** NIM.1516320023 yang berjudul Pendekatan *Emotional Spiritual Quotient* (ESQ) Dalam Konseling Individu (Telaaah Pemikiran Ary Ginanjar Agustian). Telah uji dan dipertahankan di depan tim Sidang Munaqasyah Jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu pada:

Hari : **Senin**

Tanggal : **29 Juli 2019**

Dan dinyatakan **LULUS**, dapat diterima dan disahkan sebagai syarat guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam.

Bengkulu, 29 Juli 2019
 Dekan,

Dr. Suhirman, M.Pd
 NIP.196802191999031003

Tim Sidang Munaqasyah

Sekretaris

Jonsi Hunadar, M.Ag
 NIP.197204091998031001

Triyani Pujiastuti, MA.Si
 NIP.198202102005012002

Penguji I

Penguji II

Asniti Karni, M.Pd, Kons
 NIP.197203122000032003

Hermi Pasmawati, M.Pd, Kons
 198705312015032005

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan:

1. Skripsi dengan judul “RELEVANSI *EMOTIONAL SPIRITUAL QUOTIENT* (ESQ) TERHADAP PENGENTASAN MASALAH DALAM KONSELING INDIVIDU” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di IAIN Bengkulu maupun diperguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, pemikiran dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan yang tidak sah dari pihak lain kecuali arahan dari tim pembimbing.
3. Di dalam skripsi ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan langsung dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan didalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar sarjana, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, Juli 2019
Penulis,



Linda Hartini
NIM. 1516320023

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

(karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan,
Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan (QS Asy-Syarh 5-
6)

***The scariest moment is when we haven't started yet. While the
world continues to spin***

(Saat paling menakutkan adalah ketika kita belum juga memulai,
sedangkan dunia terus berputar)

If there is a will, there is a way

(Jika ada kemauan, maka ada jalan)

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT. Tuhan semesta alam yang mengawasi makhluk-Nya siang dan malam dan Rasulullah SAW, panutan sepanjang zaman. Ku persembahkan karya terbaik dan buah pemikiran ini kepada:

1. Ayah (Mon Hartono) dan Ibu (Rus Minah) yang tercinta sebagai pahlawanku, guruku, penyemangatku, motivatorku, malaikatku yang selalu bersedia mendengarkan dengan penuh perhatian, membimbing dengan penuh kasih sayang dan selalu mendukung segala keputusan.
2. Kakak ku tersayang Rendi Hartoni sebagai kakak terhebat sekaligus pahlawanku, pendukungku dan penyemangatku.
3. My team CDM yaitu Mufidatul Aulia Ramadhani, Witra Liana, Fenny Maria, Raiza Trisya, Zaki Fahrurozi, Ahmad Fikri Amar, Dedeh Herlyansyah, Heri Nurkapiman, M. Amin Irmansyah dan Khoirul Anwar. Yang telah bersedia berbagi suka duka dan menjadi motivator serta tim terbaik.
4. Keluarga besar BKI A,B,C dan KPI serta MD angkatan 2015, HMPS BKI, HMJ Dakwah dan PMII IAIN Bengkulu.
5. Seluruh guru dan dosen dari SD hingga perguruan tinggi yang telah memberikan ilmu kepadaku
6. Agama, bangsa dan almamater yang telah menempahku

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT. Tuhan semesta alam yang mengawasi makhluk-Nya siang dan malam dan Rasulullah SAW, panutan sepanjang zaman. Ku persembahkan karya terbaik dan buah pemikiran ini kepada:

7. Ayah (Mon Hartono) dan Ibu (Rus Minah) yang tercinta sebagai pahlawanku, guruku, penyemangatku, motivatorku, malaikatku yang selalu bersedia mendengarkan dengan penuh perhatian, membimbing dengan penuh kasih sayang dan selalu mendukung segala keputusan.
8. Kakak ku tersayang Rendi Hartoni sebagai kakak terhebat sekaligus pahlawanku, pendukungku dan penyemangatku.
9. My team CDM yaitu Mufidatul Aulia Ramadhani, Witra Liana, Fenny Maria, Raiza Trisya, Zaki Fahrurozi, Ahmad Fikri Amar, Dedeh Herlyansyah, Heri Nurkapiman, M. Amin Irmansyah dan Khoirul Anwar. Yang telah bersedia berbagi suka duka dan menjadi motivator serta tim terbaik.
10. Keluarga besar BKI A,B,C dan KPI serta MD angkatan 2015, HMPS BKI, HMJ Dakwah dan PMII IAIN Bengkulu.
11. Seluruh guru dan dosen dari SD hingga perguruan tinggi yang telah memberikan ilmu kepadaku
12. Agama, bangsa dan almamater yang telah menempahku

ABSTRAK

LINDA HARTINI, NIM 1516320023, 2019. RELEVANSI *EMOTIONAL SPIRITUAL QUOTEINT* (ESQ) TERHADAP PENGENTASAN MASALAH DALAM KONSELING INDIVIDU (Telaah Pemikiran Ary Ginanjar Agustian).

Ada dua persoalan yang dikaji dalam penelitian ini, yaitu: (1) Bagaimana konsep *emotional spiritual quotient* (ESQ) menurut Ary Ginanjar Agustian dan (2) Bagaimana relevansi *emotional spiritual quotient* (ESQ) menurut Ary Ginanjar Agustian terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu. Adapun tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis konsep *emotional spiritual quotient* (ESQ) menurut Ary Ginanjar Agustian dan relevansi *emotional spiritual quotient* (ESQ) terhadap pengentasan masalah dalam konseling individual (telaah pemikiran Ary Ginanjar Agustian).

Untuk dapat membahas persoalan tersebut secara mendalam dan menyeluruh, peneliti menggunakan metode analisis isi (*content analisis*) tergolong kedalam penelitian kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan yang berkaitan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengelolah bahan penelitian yang kemudian dikelolah dengan metode analisis isi.

Dari hasil analisis ini, menghasilkan bahwa konsep kecerdasan emosional dan spiritual yang dikemukakan oleh Ary Ginanjar sebagai suatu hubungan yang dijalin oleh manusia kepada manusia lain dan hubungan yang dijalin manusia dengan Tuhan. Mengfungsikan antara keduanya dapat memberikan energi tersendiri kepada pelakunya dan sekaligus perubahan karakter ke arah individu yang lebih sehat dan produktif. Kecerdasan emosional dan spiritual juga memiliki relevansi terhadap pengentasan masalah dalam konseling individual dilihat melalui pelaksanaan tahapan dan teknik dalam konseling individu yang dilakukan konselor. Kecerdasan emosional dan spiritual membantu konselor dalam melaksanakan tahapan pengantaran, tahap penajakan, tahap penafsiran, tahap pembinaan dan tahap pengakhiran.

Kata kunci: *Emotional Spiritual Quotient*, Pengentasan Masalah, Konseling Individu

KATA PENGANTAR

السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Syukur Alhamdulillah penulis haturkan kepada Allah SWT. Yang telah melimpahkan rahmat dan taufik serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Relevansi Emotional Spiritual Quotient (ESQ) Terhadap Pengentasan Masalah Dalam Konseling Individu (Telaah Pemikiran Ary Ginanjar Agustian)”. Shalawat beserta salam untuk nabi Muhammad SAW, yang telah berjuang untuk menyampaikan ajaran islam sehingga umat Islam mendapat petunjuk kejalan yang lurus baik di dunia dan akhirat.

Adapun maksud dan tujuan penulis skripsi ini adalah sebagai syarat untuk meraih gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) jurusan Dakwah Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu. Dalam proses menyusun skripsi ini, penulis mendaftarkan bantuan dari berbagai pihak. Dengan demikian penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Sirajuddin M, M.Ag, M.H, selaku Rektor IAIN Bengkulu.
2. Dr. Suhirman, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu.
3. Dr. Murkilim, M.Ag, selaku Wakil Dekan III bagian kemahasiswaan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu.
4. Dr. Rahmad Ramdhani, M.Sos.i, selaku Ketua Jurusan Dakwah IAIN Bengkulu

5. Asniti Karni, M.Pd, Kons, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Bengkulu.
6. Jonsi Hunadar, M.Ag, selaku Dosen Pembimbing I Skripsi yang selalu memberikan kritik, saran dan motivasi yang sangat baik.
7. Triyani Pujiastuti, MA.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing II Skripsi yang selalu memberikan arahan dan motivasi dengan sabar dan bijak.
8. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Dakwah IAIN Bengkulu yang telah mengajar dan membimbing serta membagikan ilmunya dengan penuh keikhlasan dan kesabaran.
9. Staf dan Karyawan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Bengkulu yang telah memberikan pelayanan administrasi dengan ramah dan baik.
10. Kepala dan Staf perpustakaan IAIN Bengkulu yang telah membantu dalam pencarian referensi mengenai penelitian ini.
11. Kepala dan Staf perpustakaan daerah yang juga telah membantu dalam melengkapi referensi mengenai penelitian ini.
12. Semua pihak yang membantu penulis selama ini.

Demikian penulisan skripsi ini, penulis bukanlah individu yang sempurna yang tak pernah luput dari kesalahan oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun guna perbaikan dipenulisan yang akan datang, sangat diharapkan.

وَعَلَيْكُمْ السَّلَامُ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Bengkulu, 2019

Penulis

Linda Hartini

NIM: 1516320023

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Kegunaan Penelitian.....	8
F. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu.....	9
G. Sistematika Penulisan.....	13
BAB II KERANGKA TEORI	
A. Tinjauan Teoritis Tentang Kecerdasan	15
B. Tinjauan Teoritis Kecerdasan Emosional	17
1. Pengertian Kecerdasan Emosional.....	17
2. Komponen Kecerdasan Emosional	20
C. Kecerdasan Spiritual	23
1. Pengertian Kecerdasan Spiritual	23
2. Ciri-Ciri Individu dengan SQ yang Telah Berkembang	26
D. Tinjauan Teoritis Masalah.....	27
1. Pengertian Masalah	27
2. Masalah Menurut Pandangan Islam	28
3. Jenis-Jenis Masalah.....	34
4. Penyebab Timbulnya Masalah	38

E. Tinjauan Teoritis Konseling Individu	38
1. Pengertian Konseling Individu.....	38
2. Tujuan Konseling Individu	41
3. Komponen dalam Konseling Individu	42
4. Teknik dalam Konseling Individu.....	43
5. Tahapan Layanan Konseling Individu	53
6. Pengentasan Masalah Melalui Konseling	55
7. Pendekatan dan Teori Konseling Individu	60
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	66
B. Penjelasan Judul	68
C. Sumber Data.....	70
D. Teknik Pengumpulan Data.....	72
E. Teknik Analisis Data.....	72
F. Teknik Keabsahan Data	73
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Biografi Ary Ginanjar Agustian.....	75
B. Karya-karya Ary Ginanjar Agustian	78
C. Penghargaan dan Jabatan	79
D. Konsep ESQ Menurut Ary Ginanjar Agustian.....	80
E. Cara Mengembangkan ESQ Menurut Ary Ginanjar	86
1. Zero Mind Process (Penjernihan Hati)	86
2. Mental Building (Membangun Mental).....	91
3. <i>Personal Strength</i> (Ketangguhan Pribadi).....	114
4. <i>Social Strength</i> (Ketangguhan Sosial)	125
F. Relevansi ESQ Terhadap Pengentasan Masalah Dalam Konseling Individu	133
1. Tahap pengantaran.....	135
2. Tahap Penjajakan.....	143
3. Tahap Penafsiran	151
4. Tahap Pembinaan	153
5. Tahap Pengakhiran	155
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	159
B. Saran.....	161
DAFTAR PUSTAKA	162
LAMPIRAN	

DAFTAR BAGAN

Bagan 1.....	81
Bagan 2.....	82
Bagan 3.....	130

DAFTAR LAMPIRAN

Buku-Buku Referensi

Kartu Bimbingan Studi

Daftar Hadir Seminar Proposal

Lembar Pengajuan Judul

Bukti Kehadirann Seminar Proposal

Bukti Kehadiran Ujian Munaqasah

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk yang dinamis, dalam artian selalu bergerak dan berubah. Hal ini tidak dapat dihindari, karena dilakukan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan perkembangan zaman, agar tidak tersingkir oleh arus kehidupan yang secara perlahan dapat menghilangkan individu dari keterlibatan dalam lingkungan. Perkembangan zaman secara cepat dan pertumbuhan manusia yang signifikan tidak memungkiri dibarengi dengan permasalahan yang semakin kompleks. Permasalahan yang kompleks ini tidak jarang menghambat perkembangan dan pengoptimalan potensi individu.

Permasalahan-permasalahan yang ada tidak hanya datang dari luar diri individu namun juga dari dalam diri individu. Permasalahan itu tidak bisa dibiarkan begitu saja, tetapi membutuhkan pengentasan masalah. Pengentasan permasalahan tidak jarang melibatkan pertolongan orang lain, karena tidak semua masalah hanya menyangkut diri individu sendiri, begitupun penyelesaiannya, bahkan pada banyak kasus individu membutuhkan bantuan ahli dalam menyelesaikan masalahnya.

Selain itu, manusia sebagai kesatuan pribadi memiliki keinginan yang merdeka. Kemerdekaan keinginan dapat menentukan pilihan-pilihan pribadinya dan mengorganisir kehidupan perasaan serta hasrat manusia dengan prinsip-

prinsip yang rasional. Individu yang tidak mampu mengambil keputusan atau pilihan pribadi sehingga ia tidak tahu apa yang harus dilakukan dalam situasi-situasi yang mengandung persoalan pribadi, maka ia membutuhkan pertolongan orang lain untuk memecahkan permasalahannya. Pemecahan masalah ini dilakukan melalui Konseling individu.

Konseling individu yaitu bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang klien dengan tujuan berkembangnya potensi klien, mampu mengatasi masalahnya sendiri dan dapat menyesuaikan diri secara positif. Proses konseling individu merupakan relasi antara konselor dan klien dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan klien. Dengan kata lain tujuan konseling tidak lain adalah tujuan klien itu sendiri.

Dalam konseling individu ada dua komponen penting yang harus dipenuhi yaitu konselor, klien dan masalah. Komponen yang pertama yaitu konselor. Konselor adalah orang yang menggiring klien ke dalam pemecahan masalah. Dalam pemecahan masalah atau menjalankan tugasnya konselor memiliki kode etik dan asas-asas yang harus terus dilaksanakan dan dijaga. Oleh karena itu tidak semua individu dapat menjadi konselor tanpa adanya latar belakang pendidikan yang telah ditempuh sebelumnya. Karena pada dasarnya, konseling individu bukan hanya proses bercerita suatu masalah, namun lebih dari itu mencari jalan pemecahan dari permasalahan tersebut.

Sosok utuh kompetensi konselor mencakup kompetensi akademik dan profesional sebagai suatu keutuhan. Kompetensi akademik merupakan landasan

ilmiah dari kiat pelaksanaan pelayanan profesional bimbingan dan konseling, yang meliputi memahami secara mendalam konseli yang dilayani, menguasai landasan dan kerangka teoritik bimbingan dan konseling, menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling yang memandirikan dan mengembangkan pribadi dan profesionalitas konselor secara berkelanjutan.¹ Pembentukan kompetensi akademik konselor ini merupakan proses dari pendidikan formal jenjang strata satu (S-1). Dalam melaksanakan profesi konselor, selain kompetensi akademik yang berupa pemahaman menyeluruh mengenai kerangka teoritik bimbingan dan konseling, konselor juga diharapkan memiliki wawasan yang mumpuni dalam berbagai bidang serta kecerdasan yang tinggi.

Komponen konseling yang kedua adalah klien. Klien adalah semua individu yang diberi bantuan profesional oleh seorang konselor atas permintaan dia sendiri atau atas permintaan orang lain. Ada klien yang datang atas kemauan dirinya sendiri karena sadar memiliki permasalahan, ada juga klien yang datang karena tidak sadar jika ia memiliki permasalahan namun datang karena dikirim oleh orang lain, seperti orang tua dan guru. Namun secara umum jika klien sudah sadar akan dirinya dan masalahnya serta telah menaruh harapan pada konselor dan proses konseling maka pengentasan masalah akan lebih mudah terlaksana dan

¹ Sumber: *Salinan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional RI No. 27 Tahun 2008 Tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Konselor (SKAKK)*, hal. 3.

tercapai tujuan yaitu supaya klien tumbuh, berkembang, produktif, kreatif, dan mandiri.²

Dalam hubungan konseling, hubungan pribadi yang terbuka dan dinamis antara klien dan konselor menjadi hubungan yang menimbulkan penyembuhan bagi klien. Hubungan yang dimaksud adalah hubungan yang ditandai dengan adanya kehangatan, kebebasan dan suasana yang memperkenankan klien menampilkan dirinya sebagaimana adanya. Dalam hubungan antara konselor dan klien terdapat wawancara konseling yang berisi pembicaraan panjang yang berisi dialog terapeutik untuk membantu klien dalam mengentaskan permasalahannya. Dalam dialog konseling, yang bersifat aktif adalah klien dalam menceritakan permasalahannya. Klien harus sadar bahwa dirinya memiliki permasalahan yang perlu dituntaskan dalam kegiatan konseling. Ini menjadi titik awal pengentasan masalah pada klien. Karena apabila hati dan pikiran klien sudah terbuka untuk membicarakan permasalahan yang sedang dialami, maka besarlah harapan kekuatan yang ada di dalam diri klien terbangkitlah untuk mengentaskan permasalahan yang sedang dialami.

Dalam hal ini tidak hanya konselor yang harus memiliki kecerdasan untuk membangun wawancara terapeutik dalam pengentasan masalah klien. Namun juga klien harus cerdas dalam menyadari permasalahan yang ia miliki sehingga mampu terbuka dengan konselor atas apa yang ia alami. Sehingga pemecahan

² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, hal. 111.

masalah dalam konseling berjalan dengan baik atas kerja sama dan kecerdasan yang dimiliki oleh konselor dan klien.

Kecerdasan konselor dan klien tidak bisa hanya sebatas intelektual saja, namun juga harus memiliki berbagai kecerdasan untuk memenuhi kebutuhan dirinya dalam profesi konseling bagi konselor dan untuk pengentasan masalah bagi klien, yaitu berupa kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual (ESQ). Dalam hal ini Allah menjelaskan dalam Al-Quran Surah Al-Imran ayat 190-191.³

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لَآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ
الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَمًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ

السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَطْلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

Artinya : sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, dan pergantian malam dan siang terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang yang berakal, (yaitu) orang-orang yang mengingat Allah sambil berdiri, duduk, atau dalam keadaan berbaring, dan mereka memikirkan tentang penciptaan langit dan bumi (seraya berkata), “ya Tuhan kami, tiadalah Engkau menciptakan ini sia-sia; maha suci engkau, lindungilah kami dari azab neraka.

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa Allah SWT. mengaruniakan manusia dengan akal nya untuk berpikir mengenai fenomena yang ada dan penciptaan-Nya. Allah SWT. Juga menjelaskan bahwa kecerdasan intelektual atau akal tugas nya membaca ayat-ayat Al-Qur'an dan tanda-tanda kebesaran Allah SWT. Untuk menumbuhkan dan memperkuat spiritualitas. Ayat tersebut juga melibatkan kecerdasan emosi dengan munculnya kekaguman terhadap keindahan ciptaan-Nya

³ Mushaf Al-Fatih, *Al-Quranul Karim*, (Jakarta: Alfatih, 2013), hal. 75.

seraya memposisikan diri dan berdoa. Sehingga dijelaskan dalam ayat tersebut kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional bermuara dan berorientasi pada kecerdasan spiritual. Kerena kecerdasan spiritual atau hubungannya dengan Allah SWT. Akan mendorong individu untuk mengagumi dan memposisikan diri sebagai hamba yang taat.⁴

Menurut Ary Ginanjar Agustian, kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memberi makna spiritual terhadap pemikiran, perilaku dan kegiatan serta mampu menyinergikan IQ, EQ dan SQ secara komperensif. Sebuah penggabungan atau sinergi antara rasionalitas dunia (EQ dan IQ) dan kepentingan spiritual (SQ) menjadikan seseorang menjadi raja atas jiwanya sendiri yang bebas merdeka, yang menghasilkan kebahagiaan dan kedamaian dalam jiwa. Berbeda dengan SQ, Ary Ginanjar Agustian mendefinisikan EQ sebagai kemampuan untuk merasa, kunci kecerdasan emosi adalah pada kejujuran suara hati, suara hati itulah yang dijadikan pusat prinsip yang mampu memberikan rasa aman, pedoman, kekuatan serta kebijaksanaan.⁵

Secara singkat ESQ yang dirumuskan Ary Ginanjar Agustian berisikan sebagai sebuah kecerdasan yang meliputi emosional dan spiritual dengan konsep universal yang mampu menghantarkan pada predikat yang memuaskan bagi dirinya dan orang lain serta dapat menghambat segala hal yang kontradiktif terhadap kemajuan umat manusia.

⁴ Haji Abdul Malik Abdul Karim Amrullah (HAMKA), *Tafsir Al-Azhar*, Juz 4, (Singapura: Pustaka Nasional, 2000), hal. 1034.

⁵ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, hal. 42.

Dari titik ini dapat diketahui bahwa begitu pentingnya kecerdasan ini hingga memunculkan makna dalam pada apa yang kita kerjakan. Hingga penting untuk dimiliki oleh setiap individu, dalam bimbingan dan konseling baik klien dan konselor. Karena dapat memberikan kontribusi jelas dalam kegiatan yang dilakukan, dalam bimbingan dan konseling yaitu pengentasan masalah. Namun dalam penelusuran akademik penulis, belum ada hasil penelitian atau karya yang membahas mengenai relevansi kecerdasan emosional spiritual (ESQ) terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu. Beranjak dari titik inilah adanya kegelisahan akademik dari penulis, karena menurut penulis pentingnya keberadaan hasil penelitian tersebut sebagai pegangan bagi konselor maupun motivasi bagi klien dalam menyelesaikan permasalahan dengan menggunakan kecerdasan emosional spiritual (ESQ) yang jarang terjamah oleh individu yang tengah bermasalah. Karena itu penulis ingin menemukan dalam penelitian ini tentang *relevansi emotional spiritual quotient (ESQ) terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu (telaah pemikiran Ary Ginanjar)*.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas maka penulis dapat menetapkan rumusan masalah yang ingin ditelaah adalah :

1. Bagaimana konsep *emotional spiritual quotient (ESQ)* menurut Ary Ginanjar Agustian ?
2. Bagaimana relevansi *emotional spiritual quotient (ESQ)* menurut Ary Ginanjar Agustian terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu?

C. Batasan Masalah

Agar tidak terjadi kerancuan dalam penelitian ini dan karena keterbatasan dari segi waktu, kesempatan dan kemampuan peneliti, maka peneliti membatasi masalah yang dibahas yaitu dalam aspek konseling individu hanya pada tahapan konseling lalu diuraikan melalui teknik konseling individu yang dilaksanakan oleh konselor yang ditelaah melalui kecerdasan emosional dan spiritual pemikiran Ary Ginanjar. Sedangkan kecerdasan emosional dan spiritual, peneliti membatasi pada konsep membangun kecerdasan emosional dan spiritual berdasarkan 6 rukun iman dan 5 rukun Islam.

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis konsep *emotional spiritual quotient* (ESQ) menurut Ary Ginanjar Agustian dan relevansi *emotional spiritual quotient* (ESQ) terhadap pengentasan masalah dalam konseling individual (telaah pemikiran Ary Ginanjar Agustian). Sehingga dapat diketahui kaitan antara kecerdasan emosional dan spiritual pada diri konselor terhadap pengentasan masalah dalam konseling individual dan juga pentingnya kecerdasan emosional dan spiritual bagi seorang konselor.

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memperkaya khazanah keilmuan dan memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya disiplin ilmu bimbingan dan konseling dan ilmu psikologi.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Konselor

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber rujukan bagi konselor dalam mendalami upaya pengentasan masalah dalam konseling individu. Sekaligus menjadi referensi bagi konselor dalam meningkatkan keefektifan konselor.

b. Bagi Klien

Bagi klien diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan acuan ketika ingin melakukan konseling individu agar penyelesaian masalah lebih mudah terlaksana dengan memanfaatkan kecerdasan emosional dan spiritual

c. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi untuk menjelaskan mengenai kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual dalam pengentasan masalah yang ditemukan dalam keseharian. Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi panduan untuk masyarakat jika akan mengikuti konseling, karena menyelesaikan permasalahan menggunakan kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual akan lebih memberi makna pada tiap permasalahan yang dihadapi.

F. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu

Berbagai kajian tentang kecerdasan emosional dan spiritual telah dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu, baik dalam bentuk buku maupun laporan hasil penelitian. Diantaranya ialah :

Penelitian yang dilakukan oleh Widia Prawesti, salah satu mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam di Institut Agama Islam Negeri Bengkulu pada tahun 2016 yang berjudul *Kecerdasan Spiritual Bagi Konselor*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan, dengan metode wacana kritis. Dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa kecerdasan spiritual bagi konselor dapat dilihat dari aspek keterampilan yang dimilikinya, dan ada beberapa cara dalam penelitian ini yang mengungkapkan pembentukan kecerdasan spiritual bagi konselor, antara lain seorang konselor harus berupaya dalam meningkatkan kemampuan memahami diri, melatih kemandirian, selalu berpikir terbuka dengan berpandangan holistik, membangun kekuatan atau daya, mengaplikasikan visi dan nilai dengan menumbuhkan karakter diri, dan melatih kepekaan dengan empati.⁶

Dari tinjauan pustaka penulis menemukan persamaan dalam penelitian ini yaitu sama-sama membahas tentang kecerdasan spiritual. Tetapi yang membedakan dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada fokus penelitian dan subjek penelitian. Penelitian Widia Prawesti membahas tentang *kecerdasan spiritual pada konselor*, sedangkan penulis saat ini membahas mengenai relevansi kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ) terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu (telaah pemikiran Ary Ginanjar Agustian). Subjek dalam penelitian Widia Prawesti yaitu konselor saja sedangkan pada penelitian sekarang penulis membahas mengenai konselor dan klien.

⁶ Widia Prawesti, *Kecerdasan Spiritual Bagi Konselor*, (Skripsi Bimbingan dan Konseling Islam di Institut Agama Islam Negeri Bengkulu, 2016), hal. 53.

Penelitian yang dilaksanakan oleh Siti Fatimah mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan tahun 2017 yang berjudul *Peran Guru Agama Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Pada Anak di SMP Swasta Alhikmah Medan Marelan Pasar IV Barat*. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Dalam penelitian tersebut dijelaskan kecerdasan spiritual anak-anak SMP Alhikmah berkembang cukup baik karena ditunjang dengan sarana dan prasarana yang ada seperti masjid, ruang belajar mengaji, taman baca Al-quran, dan lain-lain. Dalam kecerdasan emosional faktor yang mendukung berkembangnya kecerdasan emosional adalah komunikasi yang baik antara siswa dengan guru sehingga timbul interaksi timbal balik yang kondusif untuk membentuk perilaku siswa yang sopan, santun dalam bertutur kata dan disiplin. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa kecerdasan spiritual membantu seseorang dalam menemukan makna kehidupan dan kebahagiaan. Oleh karena itu kecerdasan spiritual dianggap paling penting dalam kehidupan. Sebab kebahagiaan dan menemukan makna kehidupan merupakan tujuan utama setiap orang, dan kecerdasan seseorang dapat dilihat dari tingkah lakunya sehari-hari.⁷

Penelitian Siti Fatimah yang sama-sama membahas mengenai kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual namun Siti Fatimah lebih fokus kepada *Peran Guru Agama Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Pada*

⁷ Siti Fatimah, *Peran Guru Agama Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Pada Anak di Smp Swasta Al-Hikmah Medan Marelan Pasar Iv Barat*, (Skripsi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2017), hal. 73.

Anak di SMP Swasta Alhikmah Medan Marelan Pasar IV Barat. Sedangkan peneliti saat ini lebih fokus kepada Relevansi Kecerdasan Emosional Dan Spiritual (ESQ) Terhadap Pengentasan Masalah Dalam Konseling Individu (Telaah Pemikiran Ary Ginanjar Agustian). Selain itu, jenis penelitian juga berbeda, dimana Siti Fatimah menggunakan jenis penelitian lapangan sedangkan penelitian yang dilakukan penulis adalah penelitian kepustakaan. Subjek penelitian yang dilakukan oleh Siti Fatimah adalah Guru agama sedangkan yang penulis lakukan adalah konselor dan klien.

Indah Novia Sari mahasiswa jurusan Pendidikan Agama Islam Institut Agama Islam Negeri Surakarta yang mengadakan penelitian pada tahun 2017 mengenai *Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Kecerdasan Spiritual Dengan Motivasi Berprestasi Pada Mata Pelajaran Aqidah Akhlak Siswa Kelas VIII MTSN Gondangrejo Kabupaten Karanganyar Tahun Pelajaran 2016/2017.* Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan analisis korelasional, untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual dengan motivasi berprestasi pada mata pelajaran Akidah Akhlak siswa kelas VIII di MTSN Gondangrejo tahun pelajaran 2016/2017. Dari hasil analisis data dan bukti olahan data maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual dengan motivasi berprestasi pada mata pelajaran Akidah Akhlak siswa kelas VIII MTSN Gondangrejo Karanganyar tahun pelajaran 2016/2017.⁸

⁸ Indah Novia Sari, *Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Dengan Motivasi Berprestasi Pada Mata Pelajaran Aqidah Akhlak Siswa Kelas Viii Mtsn Gondangrejo*

Persamaan penelitian Indah Novia Sari dengan yang penulis lakukan adalah terletak pada kecerdasan emosional dan spiritual. Namun fokusnya yang berbeda yaitu penelitian penulis mengfokuskan pada relevansi kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ) terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu (telaah pemikiran Ary Ginanjar Agustian).

Jadi, dari tiga penelitian terdahulu yang telah dipaparkan terlihat perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu dari fokus penelitian, subjek dan juga jenis penelitian yang digunakan. Sehingga penelitian yang penulis lakukan adalah penelitian yang sifatnya orisinal.

G. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika penulisan skripsi ini antara lain :

BAB I : Pada bab pendahuluan ini penulis menuliskan gambaran awal yang menjadi latar belakang dalam penelitian ini, setelah mengetahui penulis menjelaskan tentang rumusan masalah, batasan masalah, lalu dilanjutkan dengan tujuan penelitian ini dibuat, kegunaan penelitian, dan kajian penelitian terdahulu yang menjadi pembeda dengan penelitian yang dilakukan saat ini serta sistematika penulisan.

BAB II : Setelah diketahui titik permasalahan dalam penelitian ini, bab selanjutnya menjelaskan tentang landasan teori, landasan teori menjelaskan mengenai gambaran teori, terutama teori mengenai

kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual secara umum dan menyeluruh serta konseling individu.

BAB III : Pada bab ketiga yaitu bab metode penelitian yang menjadi senjata dalam penelitian ini, yang terdiri dari pendekatan dan jenis penelitian, penjelasan judul, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data dan teknik keabsahan data.

BAB IV : Pada bab ini penulis menuliskan konsep kecerdasan emosional dan spiritual menurut pemikiran Ary Ginanjar Agustian, dan cara mengembangkan kecerdasan emosional dan spiritual serta menjelaskan relevansi kecerdasan emosional dan spiritual terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu.

BAB V : Ini merupakan bab penutup. Sebagai tulisan penutup dari hasil penelitian ini, pada bab ini menjelaskan mengenai kesimpulan dari hasil penelitian ini dan saran-saran.

BAB II

KERANGKA TEORI

A. Tinjauan Teoritis Tentang Kecerdasan

Menurut Gardner yang dikutip oleh Yuliana Nurani Sujiono dalam buku yang berjudul *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, kecerdasan merupakan kemampuan untuk menyelesaikan masalah, menciptakan produk yang berharga dalam satu atau beberapa lingkungan budaya masyarakat. Ia memiliki pandangan yang pluralistik mengenai pemikiran. Menurutnya, pandangan tentang kecerdasan harus mengakui bahwa setiap orang mempunyai kekuatan pemahaman berbeda dan berdiri sendiri, menerima bahwa orang mempunyai kekuatan yang berbeda dan gaya pemahaman yang kontras.⁹ Setiap individu berpikir menggunakan pikiran atau intelegnya. Kemampuan intelegensilah yang menentukan cepat tidaknya atau terselesai tidaknya suatu masalah yang sedang dihadapi. Pada hakikatnya intelegensi adalah kemampuan yang dibawa sejak lahir, yang memungkinkan seseorang untuk berbuat sesuatu dengan cara tertentu.¹⁰

Menurut Knoers dan Haditono yang dikutip oleh Yuliana Nurani Sujiono dalam buku yang sama, mendefinisikan intelegensi sebagai disposisi untuk bertindak, untuk menentukan tujuan-tujuan tertentu dalam hidup, membuat dan

⁹ Yuliana Nurani Sujiono, *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, (Jakarta: PT Indeks, 2009), hal. 176.

¹⁰ Yuliana Nurani Sujiono, *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, hal. 177.

mempergunakan alat untuk mencapai tujuan tertentu. Disposisi mempunyai arti sebagai potensi yang terarah pada tujuan.¹¹

Pendapat lain yaitu dari Garrett yang dikutip oleh Dalyono dalam buku *Psikologi Pendidikan* mengungkapkan bahwa intelegensi itu setidaknya-tidaknya mencakup kemampuan-kemampuan yang diperlukan untuk pemecahan masalah-masalah yang memerlukan pengertian erta menggunakan simbol-simbol.¹² Pendapat ahli lainnya menyatakan bahwa kecerdasan sebagai kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara cepat dan efektif, kemampuan menggunakan konsep abstrak secara efektif dan kemampuan memahami pertalian-pertalian dan belajar dengan cepat sekali.¹³

Berdasarkan konsep-konsep fungsional, Binet menyatakan sifat-sifat intelegensi ada tiga, yaitu:¹⁴

1. Kecenderungan untuk menetapkan dan mempertahankan (memperjuangkan) tujuan tertentu. Makin cerdas seseorang, maka akan semakin cakap dalam membuat tujuan sendiri, memiliki inisiatif sendiri, dan tidak menunggu perintah saja.
2. Kemampuan untuk mengadakan penyesuaian dengan maksud untuk mencapai tujuan tersebut. Makin cerdas seseorang, maka ia akan semakin dapat menyesuaikan cara-cara menghadapi sesuatu dengan semestinya dan makin dapat bersikap kritis.

¹¹ Yuliana Nurani Sujiono, *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, hal. 176.

¹² Dalyono, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009) hal, 183.

¹³ Nyayu Khodijah, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: PT Grafindo Persada, 2017), hal. 91.

¹⁴ Yuliana Nurani Sujiono, *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, hal. 176

3. Kemampuan untuk oto-kritik, yaitu kemampuan untuk mengkritik diri sendiri, kemampuan untuk belajar dari kesalahan yang telah dibuatnya. Makin cerdas seseorang, maka akan semakin dapat ia belajar dari kesalahannya dan tidak mengulangi kesalahan yang sama.

Kecerdasan merupakan kemampuan tertinggi yang dimiliki manusia. Tingkat kecerdasan dapat membantu seseorang dalam menghadapi berbagai masalah yang muncul dalam kehidupannya. Kecerdasan sudah dimiliki sejak manusia lahir dan terus menerus dapat berkembang hingga dewasa. Perkembangan kecerdasan akan lebih baik jika dilakukan sedini mungkin sejak anak dilahirkan melalui pemberian stimulasi pada kelima panca indra. Kecerdasan merupakan ungkapan dari cara berpikir seseorang yang dapat dijadikan modalitas dalam belajar. Kecerdasan bagi seseorang mempunyai manfaat yang besar selain bagi dirinya sendiri dan juga bagi pergaulannya di masyarakat. Melalui tingkat kecerdasan yang tinggi seseorang akan semakin dihargai dimasyarakat apalagi bila ia mampu berkiprah dalam menciptakan hal-hal baru yang bersifat fenomenal.¹⁵

B. Tinjauan Teoritis Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kata emosi berasal dari bahasa latin, yaitu *emovere* yang berarti menggerakkan atau bergerak. Menurut Goleman, emosi merujuk pada suatu

¹⁵ Yuliani Nurani Sujiono dan Bambang Sujiono, *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*, (Jakarta: Indeks, 2010), hal. 48.

perasaan dan pikiran yang khas, sesuatu keadaan psikologis dan biologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran.¹⁶

Pandangan lama mempercayai bahwa tingkat intelegensi (IQ) atau kecerdasan intelektual merupakan faktor yang sangat menentukan dalam mencapai prestasi belajar atau dalam meraih kesuksesan dalam hidup. Akan tetapi menurut pandangan kontemporer, kesuksesan hidup seseorang tidak hanya ditentukan oleh kecerdasan intelektual, melainkan juga kecerdasan emosional (EQ). Dalam ilmu psikologis kecerdasan emosional (EQ) merupakan istilah yang relatif baru, istilah ini dipopulerkan oleh Daniel Goleman berdasarkan hasil penelitian tentang neorolog dan psikolog yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional sama pentingnya dengan kecerdasan intelektual, karena kecerdasan emosional mengajarkan kita mengenai pengelolaan diri yang baik ketika menjalani kehidupan seperti integritas, kejujuran, komitmen, visi, kreativitas, ketahanan mental, kebijaksanaan, keadilan, prinsip kepercayaan, penguasaan diri atau sinergi, yang bermanfaat untuk bertahan dalam kehidupan.¹⁷ Berdasarkan penelitian tersebut, maka Goleman berkesimpulan bahwa setiap manusia memiliki dua potensi pikiran, yaitu pikiran rasional dan pikiran emosional. Pikiran

¹⁶ Asad Djalali dan Zamzami Sabiq, "Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prososial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamakesan," *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 1, No.2, (September, 2012), hal. 57.

¹⁷ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, (Jakarta: Arga, 2005), hal. 38.

rasional digerakan oleh kemampuan intelektual atau disebut kecerdasan intelektual, sedangkan pikiran emosional digerakan oleh emosi.¹⁸

Menurut Goleman yang dikutip oleh Ary Ginanjar Agustian dalam *ESQ Emotional Spiritual Quotion*, kecerdasan emosional merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan individu sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelolah emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan orang lain.¹⁹ Sedangkan menurut Ary Ginanjar kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk merasa dan mendengarkan suara hati, dan suara hati akan menuntun kepada rasa aman kekuatan serta kebijakan, suara hati diibaratkan seperti kompas yang menuntun manusia pada prinsip yang benar.²⁰ Kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda namun saling melengkapi dengan kecerdasan akademik, yaitu kemampuan-kemampuan kognitif murni yang diukur dengan IQ. Banyak individu yang cerdas dalam arti terpelajar, tetapi tidak mempunyai kecerdasan emosi, sehingga dalam bekerja menjadi bawahan orang ber-IQ lebih rendah tetapi unggul dalam keterampilan kecerdasan emosi.²¹

2. Komponen Kecerdasan Emosional

¹⁸ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, hal. 38.

¹⁹ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, hal. 38.

²⁰ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, hal. 42.

²¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hal. 169.

Daniel Goleman yang dikutip oleh Desmita dalam *Psikologi Perkembangan*, mengklasifikasikan kecerdasan emosional atas lima komponen penting yaitu:²²

a. Mengenali Emosi Sendiri

Mengenali emosi sendiri atau kesadaran diri yaitu mengetahui apa yang dirasakan seseorang pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat. Kesadaran diri memungkinkan pikiran rasional memberikan informasi penting untuk menyingkirkan suasana hati yang tidak menyenangkan. Pada saat yang sama, kesadaran diri dapat membantu mengelolah diri sendiri dan hubungan antarpersonal serta menyadari emosi atau pikiran sendiri. Semakin tinggi kesadaran diri, semakin pandai dalam menangani perilaku negatif diri sendiri.

b. Mengelola Emosi

Mengelola emosi yaitu menangani emosi sendiri agar berdampak positif bagi pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu tujuan, serta mampu menetralkan tekanan emosi. Orang yang memiliki kecerdasan emosional adalah orang yang mampu menguasai, mengelola dan mengarahkan emosinya dengan baik. Pengendalian emosi tidak hanya berarti meredam

²² Desmita, *Psikologi Perkembangan*, hal. 170

rasa tertekan atau menahan gejolak emosi, melainkan juga bisa berarti dengan sengaja menghayati suatu emosi, termasuk juga emosi yang tidak menyenangkan.²³

c. Motivasi Diri Sendiri

Motivasi diri, berarti menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun manusia menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif serta bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. Kunci motivasi adalah memanfaatkan emosi, sehingga dapat mendukung kesuksesan hidup seseorang. Ini berarti bahwa antara motivasi dan emosi mempunyai hubungan yang sangat erat. Perasaan (emosi) menentukan tindakan seseorang, dan sebaliknya perilaku sering kali menentukan bagaimana emosinya. Bahkan menurut Goleman, motivasi dan emosi pada dasarnya memiliki kesamaan, yaitu sama-sama menggerakkan. Motivasi menggerakkan manusia untuk meraih sasaran, emosi menjadi bahan bakar untuk motivasi, dan motivasi pada gilirannya menggerakkan persepsi dan membentuk tindakan-tindakan.²⁴

d. Mengenali Emosi Orang Lain

Mengenali emosi orang lain atau empati, yaitu kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain, mampu memahami

²³ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, hal. 170.

²⁴ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, hal. 171.

perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyalurkan diri dengan orang banyak atau masyarakat. Hal ini berarti orang yang memiliki kecerdasan emosi ditandai dengan kemampuannya untuk memahami perasaan atau emosi orang lain. Emosi jarang diungkapkan melalui kata-kata, melainkan lebih sering diungkapkan melalui pesan nonverbal, seperti melalui nada suara, ekspresi wajah, gerak-gerik dan sebagainya. Kemampuan mengindra, memahami dan membaca perasaan atau emosi orang lain melalui pesan-pesan nonverbal ini merupakan intisari dari empati.²⁵

e. Membina Hubungan

Membina hubungan yaitu kemampuan mengendalikan dan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, memahami dan bertindak bijaksana dalam hubungan antar manusia. Singkatnya keterampilan sosial merupakan seni mempengaruhi orang lain.²⁶

Melihat kelima komponen di atas, dapat di pahami bahwa kecerdasan emosi sangat berpengaruh terhadap kesuksesan seseorang, baik di bidang akademis, karier, maupun dalam kehidupan sosial. Bahkan belakangan ini penelitian membuktikan bahwa kecerdasan intelektual (IQ) hanya

²⁵ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, hal. 171.

²⁶ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, hal. 172.

menyumbang 20% dalam keberhasilan masa depan anak, karena anak dengan kecerdasan emosional memiliki kepercayaan diri yang tinggi, lebih bahagia, populer dan sukses di sekolah. Mereka lebih mampu menguasai emosinya, dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, mampu mengelolah stress dan memiliki kesehatan mental yang baik.²⁷

C. Tinjauan Teoritis Kecerdasan Spiritual

1. Pengertian Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain. Kecerdasan spiritual (SQ) adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif. Bahkan kecerdasan spiritual (SQ) merupakan kecerdasan tertinggi manusia.²⁸

Menurut Gardner yang dikutip oleh Yuliana Nurani Sujiono dalam *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, setidaknya ada delapan macam kecerdasan, termasuk didalamnya kecerdasan musikal, spasial, kinestetis, numerical, rasional, dan emosional. Namun, dari semua kecerdasan yang dimiliki manusia pada hakikatnya adalah varian dari ketiga kecerdasan

²⁷Desmita, *Psikologi Perkembangan*, hal. 172.

²⁸Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hal. 174.

utama yaitu IQ, EQ dan SQ serta pengaturan saraf ketiganya.²⁹ Pada dasarnya manusia adalah makhluk spiritual karena selalu terdorong oleh kebutuhan untuk mengajukan pertanyaan mendasar dan pokok. Manusia diarahkan, bahkan ditentukan, oleh suatu kerinduan yang sangat manusiawi untuk menemukan makna dan nilai dari apa yang kita perbuat dan alami.

IQ dan EQ secara bersama-sama maupun terpisah tidak cukup untuk menjelaskan keseluruhan kompleksitas kecerdasan manusia dan juga kekayaan jiwa serta imajinasinya. SQ secara langsung membedakan manusia dengan computer dan hewan yang keduanya memiliki IQ dan EQ. namun SQ memungkinkan manusia menjadi kreatif, mengubah aturan dan situasi. SQ memungkinkan manusia untuk bermain dengan batasan, memainkan “permainan tak terbatas”, SQ memberikan manusia kemampuan membedakan, SQ memberikan manusia rasa moral, kemampuan menyesuaikan aturan yang kaku dibarengi dengan pemahaman dan cinta serta kemampuan setara untuk melihat kapan cinta dan pemahaman sampai pada batasnya. Manusia menggunakan SQ untuk bergulat dengan ihwal baik dan jahatnya, serta untuk membayangkan kemungkinan yang belum terwujud, untuk bermimpi, bercita-cita, dan mengangkat diri kira dari kerendahan. Akhirnya secara harfiah SQ beroperasi di pusat otak, yaitu dari fungsi-fungsi penyatu otak. Kecerdasan spiritual mengintegrasikan semua

²⁹ Yuliana Nurani Sujiono, *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, (Jakarta: PT Indeks, 2009), hal. 178.

kecerdasan manusia, dan menjadikan manusia sebagai makhluk yang benar-benar utuh secara intelektual, emosional dan spiritual.³⁰

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan jiwa. Ia adalah kecerdasan yang dapat membantu manusia menyembuhkan dan membangun diri sendiri secara utuh. SQ adalah kecerdasan yang berada di bagian diri yang dalam, berhubungan dengan kearifan di luar ego atau pikiran sadar. Kecerdasan spiritual adalah kesadaran yang dengannya kita tidak hanya mengakui nilai-nilai yang ada, tetapi manusia juga secara kreatif menemukan nilai-nilai baru, SQ tidak bergantung kepada budaya maupun nilai. SQ tidak mengikuti nilai-nilai yang ada, tetapi menciptakan kemungkinan untuk memiliki nilai-nilai itu sendiri, SQ digunakan individu untuk menjadi kreatif. Dihadirkan ketika kita ingin luwes, berwawasan luas atau spontan secara kreatif.³¹

Kecerdasan spiritual dapat digunakan ketika berhadapan dengan masalah eksistensial, yaitu ketika individu merasa sedang terpuruk, terjebak oleh kebiasaan, kekhawatiran, dan masalah masa lalu akibat penyakit dan kesedihan. Kecerdasan spiritual menjadikan manusia berangsur menyadari bahwa ia memiliki masalah eksistensial dan mampu menyelesaikannya, atau setidaknya ia mampu berdamai dengan masalah tersebut, Kecerdasan spiritual memberi individu suatu rasa yang dalam menyangkut perjuangan

³⁰ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, (Bandung: Mizan, 2000), hal. 4.

³¹ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, (Bandung: Mizan, 2000), hal. 5.

hidup. Ada perbedaan penting antara Kecerdasan spiritual dan kecerdasan emosional terletak pada daya ubahnya. Sebagaimana dijelaskan oleh Daniel Goleman yang dikutip oleh Danah Zohar dan Ian Marshall, kecerdasan emosional memungkinkan manusia untuk memutuskan dalam situasi apa dia berada lalu bersikap secara tepat didalamnya. Ini berarti bekerja didalam batasan situasi dan membiarkan situasi tersebut mengarahkannya. Akan tetapi, kecerdasan spiritual memungkinkan individu bertanya apakah ia memang ingin berada pada situasi tersebut.³²

2. Ciri-Ciri Individu dengan Kecerdasan spiritual yang Telah Berkembang

Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan jiwa, ia adalah kecerdasan yang dapat membantu individu menyembuhkan dan membangun diri secara utuh. Banyak sekali saat ini individu yang menjalani hidup dengan penuh luka dan berantakan. Individu membutuhkan penyatu yang lebih jauh dan keharmonisan yang lebih mendalam. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang berada dibagian diri yang paling dalam, yang berhubungan dengan kearifan diluar ego atau pikiran sadar.³³

Berikut tanda-tanda dari kecerdasan spiritual yang telah berkembang dengan baik mencakup hal-hal berikut:³⁴

a. Kemampuan bersikap fleksibel (adaptif secara spontan dan aktif)

³² Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, hal. 8.

³³ Yudrik Jahja, *psikologi perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 407.

³⁴ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, hal. 14

- b. Tingkat kesadaran diri yang tinggi
- c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan.
- d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit.
- e. Kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai.
- f. Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu.
- g. Kecenderungan untuk melihat keterkaitan antara berbagai hal atau berpandangan holistik.
- h. Kecenderungan nyata untuk bertanya dan mencari jawaban-jawaban mendasa rnenjadi apa yang disebut oleh psikolog sebagai bidang mandiri, yaitu memiliki kemudahan untuk bekerja melawan konvensi.

D. Tinjauan Teoritis Masalah

1. Pengertian Masalah

Ditinjau dari segi makna kata atau etimologi masalah identik dengan kata problem, yang merupakan kata benda, soal atau persoalan, masalah, problem. Dengan demikian masalah dapat diartikan sebagai sesuatu yang menjadi keresahan yang membuat pikiran, perasaan, tidak tenang atau suatu kondisi ketidaksesuaian harapan dengan kenyataan (yang menyebabkan timbulnya permasalahan).³⁵

Sedangkan bila dilihat dari segi terminologinya, masalah adalah ketidakmampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhannya akan

³⁵ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, (Padang: Kalam Mulia, 2014), hal. 26.

menimbulkan ketegangan-ketegangan di dalam jiwanya sehingga timbul mekanisme tingkah laku atau pertahanan diri yang kebanyakan berupa *mal adjustment* (tingkah laku salah suai) yang merupakan cara penyelesaian atau pelarian dari kenyataan.³⁶

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa masalah adalah sesuatu yang dapat menimbulkan keresahan, kegelisahan, yang akan menghambat, merintang, serta mengganggu pikiran dan perasaan seseorang sehingga terjadi ketidakseimbangan dalam dirinya dan memunculkan tingkah laku yang tidak wajar dan sulit untuk memenuhi kebutuhan hidupnya.³⁷

2. Masalah Menurut Pandangan Islam

Ada empat cara melihat masalah dalam Islam, diantaranya sebagai berikut:³⁸

a. Masalah sebagai ujian. Hal ini dapat dipahami dalam firman Allah SWT. Dalam surah Al-Baqarah ayat 155³⁹ sebagai berikut

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَشِئْرَ الصَّابِرِينَ ۗ

Artinya :

³⁶ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, (Padang: Kalam Mulia, 2014), hal. 26.

³⁷ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal. 27.

³⁸ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal. 28-32.

³⁹ Mushaf Al-Fatih, *Al-Quranul Karim*, (Jakarta: Alfatih, 2013), hal. 24.

Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepada mu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan, dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang sabar

Berdasarkan terjemah ayat di atas, menurut Ahmad Mushthafa al-Maraghi dalam Tafsir al-Maraghi yang dikutip oleh Ramayulis dan Mulyadi dalam buku *Bimbingan dan Konseling Islam Di Madrasah dan Sekolah*, sesungguhnya Allah akan menguji kalian dengan aneka ragam cobaan. Misalnya perasaan takut terhadap musuh dan adanya musibah yang wajar terjadi, seperti kelaparan dan kekurangan buah-buahan (musim paceklik) bagi orang yang beriman kepada Allah SWT. Keadaan seperti ini akan dilaluinya, sekalipun terisolir dari lingkungan keluarganya diusir tanpa membawa suatu apapun. Karena rasa laparnya sampai-sampai orang beriman jika memerlukan makan hanya cukup dengan mengulum buah kurma lalu menyimpannya kembali mengingat jangka yang masih panjang terutama ketika masa perang.⁴⁰

Ujian dan cobaan yang dilalui itu pada dasarnya sedikit, sehingga betapa besarnya itu dinilai sedikit jika dibandingkan dengan ganjaran dan imbalan yang akan diperolehnya. Sebenarnya ujian yang berat itu adalah ketika seseorang gagal menghadapi cobaan, khususnya dalam kehidupan beragama. Ujian yang diberikan Allah SWT. Itu sebenarnya kadarnya sedikit jika dibandingkan dengan anugerah yang

⁴⁰ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal. 27.

Allah SWT berikan kepadanya. Seorang hamba ketika mendapat ujian atau cobaan dari Allah SWT. Maka yang dituntut adalah agar seorang hamba itu sabar atas cobaan tersebut dan berusaha menghibur dirinya. Derita yang dialami seorang hamba akan diganti dengan penghargaan oleh Allah SWT. Dari hal yang tidak disenangi menjadi hal yang disenangi, karena sesungguhnya Allah menguji seseorang bukan untuk mencelakakannya. Bagi orang yang tidak memahami hakikat cobaan yang datang kepadanya. Maka ia menganggap cobaan tersebut sebagai siksaan, sedangkan bagi orang yang memahami cobaan tersebut, maka ia akan merasakan dibalik cobaan tersebut ada kemanisan yang telah dijanjikan Allah SWT.⁴¹

- b. Masalah mempunyai hikmah dan nilai manfaat. Hal ini dapat dipahami dalam firman Allah dalam QS. Al-Baqarah ayat 216⁴²

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كُرْهُ لَكُمْ وَعَسَىٰ أَن تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ وَعَسَىٰ أَن تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ ﴿٢١٦﴾

Artinya :

Diwajibkan atas kamu berperang, padahal berperang itu adalah sesuatu yang kamu benci. Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu,

27. ⁴¹ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal.

⁴² Mushaf Al-Fatih, *Al-Quranul Karim*, (Jakarta: Alfatih, 2013), Hal. 34.

padahal ia amat buruk bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.

Berdasarkan terjemah ayat di atas, menurut Ahmad Mushthafa al-Maraghi dalam tafsir al-Maraghi yang dikutip oleh Ramayulis dan Mulyadi, bahwasanya telah diwajibkan kepada kalian memerangi orang-orang kafir secara *fardhu kifayah* dengan pengertian, apabila sebagian kaum muslim telah melakukannya, maka cukuplah hal itu bagi mereka dan tidak semua harus melakukannya. Apabila musuh telah memasuki Negara islam dan berusaha untuk mendudukinya, maka hukumnya menjadi *fardhu 'ain* (kewajiban setiap orang).⁴³

- c. Allah SWT. Mempunyai peran atas kehadiran masalah, hal ini dapat dipahami dalam firman Allah dan QS At-Taghaabun ayat 11⁴⁴

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿١١﴾

Artinya :

Tidak ada suatu musibahpun yang menimpah seseorang kecuali dengan izin Allah, dan barang siapa yang beriman kepada Allah niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan Allah maha mengethui segala sesuatu.

Berdasarkan arti ayat di atas, menurut Ahmad Mushthafa al-Maraghi dalam tafsir Al-Maraghi yang dikutip oleh Ramayulis dan

27. ⁴³ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal.

⁴⁴ Mushaf Al-Fatih, *Al-Quranul Karim*, (Jakarta: Alfatih, 2013), hal. 557.

Mulyadi, apa saja yang menimpa seseorang berupa kebaikan dunia, kenikmatannya, bencananya dan kejahatannya itu terjadi menurut *qadha* dan *qadharnya* sesuai dengan sunnah-sunnah-Nya yang diletakan pada hukum alam. Orang harus bekerja, bersungguh-sungguh dan berupaya untuk mendatangkan kebaikan dan menolak kejahatan dari dirinya atau dari orang lain. Kemudian, dia tidak bersedih dan khawatir sesudah itu terhadap apa yang menimpahnya. Sebab ia telah mengerjakan apa yang dalam kesanggupannya dan apa yang ada dalam kemampuannya dan diluar itu sama sekalibukanlah urusannya. Sebab musibah yang dialami manusia baik itu mengenai dirinya maupun hartanya, semua itu adalah atas kehendak dan izin Allah. Dan apabila seseorang dapat dengan tabah, sabar serta ikhlas menghadapi dan menajlani semua ujian Allah, maka Allah akan memberikan petunjuk dan hikmah dibalik musibah yang diberikan oleh Allah kepadanya.⁴⁵

Jika Allah menghendaki kebaikan pada hamba yang miskin, maka Dia akan menguji dengan sesuatu hal yang membuatnya menyesal, hina, dan rendah diri dihadapan-Nya, dan jika Allah menghendaki selain itu, maka Dia membiarkan tetap dalam kesombongan dan kebanggaannya. Inilah yang membuat seorang hamba ditelantarkan Allah hingga akhirnya ia berada pada jurang kehancuran.

⁴⁵ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal. 27.

Setiap musibah yang diberikan oleh Allah kepada hamba-Nya, baik itu berupa kesenangan, maupun kesusahan itu semua bertujuan agar hamba-Nya lebih mendekatkan diri kepada-Nya.⁴⁶

- d. Masalah sesuai kesanggupan manusia untuk dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya, hal ini dapat dipahami dari fiman Allah dalam surah al-Baqarah ayat 286⁴⁷, sebagai berikut :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا أُكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا
تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِيصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ
عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ط وَأَعْفُ عَنَّا
وَأَغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ



Artinya :

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapatkan pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa): “Ya tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami bersalah. Ya Tuhan kami, janganlah engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Beri maafilah kami, ampunilah kami, dan rahmati kami, engkau penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum kafir.

⁴⁶ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal. 28.

⁴⁷ Mushaf Al-Fatih, *Al-Quranul Karim*, (Jakarta: Alfatih, 2013), hal. 49.

Akhir ayat ini menjelaskan secara jelas batas pemisah antara pelaksanaan kewajiban dan pembangkangan terhadap kejiwaan, sambil membuktikan bahwa Allah tidak bermaksud membebani ummat atau memberatkannya, tidak juga pilih kasih sebagaimana diakui oleh bani Israel dan pada saat yang sama dia tidak membiarkan mereka dalam keadaan sia-sia dan kehampaan. Tugas-tugas yang di bebankan Allah kepada manusia adalah tugas-tugas lapang, mudah untuk dilaksanakan, bahkan orang yang mengalami kesulitan dalam pelaksanaan suatu tugas oleh karena factor lain. Maka kesulitan itu melahirkan kemudahan yang dibenarkan walau sebelumnya tidak dibenarkan.⁴⁸

3. Jenis-Jenis Masalah

Menurut Djumhur dan Mohammad Surya yang dikutip oleh Ramayulis dan Mulyadi dalam buku yang bertajuk *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, masalah dilihat dari individu yang mengalaminya ada dua macam, yaitu masalah individual (personal atau pribadi) dan ada masalah kelompok.⁴⁹ Dilihat dari segi dimana masalah itu terjadi dalam hubungan dengan situasi, ada masalah keluarga yaitu yang terjadi dalam hubungan situasi keluarga, ada masalah sekolah yang berhubungan dengan sekolah, dan adapula

⁴⁸ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal. 30.

⁴⁹ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, (Padang: Kalam Mulia 2014), hal. 34.

masalah pekerjaan yang berhubungan dengan pekerjaan. Pendapat ini menekankan bahwa masalah yang dialami oleh individu dapat dilihat dari dua sisi yaitu individu yang memiliki masalah dan dari situasi yang mempengaruhi individu tersebut bermasalah. Berdasarkan dua sisi tersebut maka individu dalam usahanya untuk memenuhi kebutuhan akan mengalami berbagai jenis masalah. Lebih lanjut secara spesifik berkenaan dengan permasalahan yang dialami siswa di sekolah.⁵⁰

Djumhur dan Moh. Surya yang dikutip oleh Ramayulis dan Mulyadi dalam buku yang sama, mengemukakan jenis-jenis masalah sebagai berikut:⁵¹

- a. Masalah pengajaran atau belajar yang berhubungan dengan kesulitan individu dalam menghadapi belajar.
- b. Masalah pendidikan yaitu masalah klien yang berhubungan dengan pendidikan secara umumnya
- c. Masalah pekerjaan yaitu masalah yang berhubungan dengan pemilihan pekerjaan.
- d. Masalah penggunaan waktu senggang yang dihadapi dalam menghadapi waktu-waktu luang

34. ⁵⁰ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal.

34. ⁵¹ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal.

- e. Masalah-masalah sosial yaitu masalah-masalah yang berhubungan dengan kesulitan individu dalam berinteraksi dengan individu lainnya.
- f. Masalah-masalah pribadi yaitu masalah-masalah yang ditimbulkan oleh situasi tertentu yang bersumber dari dalam diri individu.

Pendapat yang hampir sama juga dikemukakan oleh Zakiah Daradjat yang dikutip oleh Ramayulis dan Mulyadi dalam buku yang sama, yang membagi masalah pribadi menjadi:⁵²

- a) Problema memilih pekerjaan dan kesempatan belajar
- b) Problem sekolah
- c) Problem keuangan
- d) Problem seks
- e) Problem persiapan untuk bekerluarga.
- f) Problem keluarga.
- g) Problem pribadi.
- h) Problem perkembangan pribadi dan kejiwaan.
- i) Problem pengisian waktu luang.
- j) Problem agama dan akhlak.
- k) Problem kehidupan masyarakat.

⁵² Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal. 35.

Berikut pendapat yang juga hampir sama, yaitu pendapat dari WS. Winkel yang dikutip oleh Ramayulis dan Mulyadi juga dalam buku yang sama, yang membagi masalah yang terjadi pada klien atas empat kelompok diantaranya sebagai berikut.⁵³

- a. Masalah dalam keluarga yaitu kesulitan-kesulitan atau hambatan-hambatan yang terjadi sebagai akibat dari situasi-situasi yang terjadi dalam keluarga, misalnya keluarga yang kurang harmonis.
- b. Masalah di sekolah dan belajar di rumah, yaitu masalah yang timbul akibat suasana di sekolah yang kurang menyenangkan atau bisa juga akibat suasana belajar di rumah yang kurang menyenangkan.
- c. Masalah pengisian waktu luang, yaitu masalah yang timbul akibat penggunaan waktu luang yang tidak bermanfaat dan sebagainya.
- d. Masalah diri sendiri, yaitu masalah yang timbul sebagai akibat adanya perasaan-perasaan misalnya mereka yang tidak puas atas prestasi yang telah dicapai dan sebagainya.

4. Penyebab Timbulnya Masalah

Kostoer Pastowissastro berpendapat bahwa sumber yang dapat menyebabkan permasalahan bagi seseorang adalah sebagai berikut:⁵⁴

⁵³ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam di Madrasah dan Sekolah*, hal. 36.

⁵⁴ Kostoer Pastowissastro, *Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah-Sekolah*, (Jakarta: Erlangga, 1985), hal. 43-45.

- a. Kondisi fisik kesehatan, seperti kelelahan fisik, kurang mampu olah raga.
- b. Relasi di rumah dan keluarga, misalnya orang tua yang terlalu keras, keluarga yang *broken home*, kelebihan tugas di rumah, dan sebagainya.
- c. Pengisian waktu luang seperti tidak punya uang untuk rekreasi, kurang terampil dalam pekerjaan.
- d. Kondisi kepribadian, seperti perasaan terlalu peka dan mudah tersinggung, sifat malu-malu dan kurang percaya diri.
- e. Kehidupan dan kepercayaan dan keagamaan, seperti ragu-ragu terhadap ajaran agama.
- f. Kondisi sekolah seperti kurang kebiasaan bergerak.
- g. Kondisi sosial seperti kurang norma-norma sosial.

E. Tinjauan Teoritis Konseling Individu

1. Pengertian Konseling Individu

Secara spesifik konseling individu memiliki makna yaitu pertemuan konselor dan klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapi. Bimbingan untuk pengembangan berarti bantuan untuk pengembangan potensi klien agar mencapai taraf perkembangan yang

optimal.⁵⁵ Proses bimbingan dan konseling berorientasi pada aspek positif artinya selalu melihat klien dari segi positif (potensi, keunggulan) dan berusaha menggembirakan klien dengan menciptakan situasi proses konseling yang kondusif untuk pertumbuhan klien. Sedangkan bimbingan untuk mengantisipasi masalah bertujuan agar klien mampu mengatasi masalahnya setelah ia mengenal, menyadari dan memahami potensi serta kelemahan, kemudian mengarahkan potensinya untuk mengatasi masalah dan kelemahan.⁵⁶

Konseling individual adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Karena jika menguasai teknik-teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses bimbingan dan konseling yang lainnya. Oleh karena itu pentingnya menguasai konseling individu bagi konselor. Bahkan dikatakan bahwa konseling individu merupakan “jantung hatinya” pelayanan bimbingan secara menyeluruh. Hal ini diartikan bahwa apabila layanan konseling individual telah diberikan, maka masalah klien telah teratasi secara efektif dan upaya-upaya bimbingan lainnya tinggal mengikuti atau berperan sebagai pendamping.⁵⁷

Dapat juga dikatakan bahwa konseling individu merupakan layanan inti yang pelaksanaannya menuntut persyaratan dan mutu usaha yang benar-

⁵⁵ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 157.

⁵⁶ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 157.

⁵⁷ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 158.

benar tinggi. “jantung hati” juga dapat diartikan bahwa jika konselor telah memahami secara menyeluruh mengenai konseling individu maka kegiatan bimbingan yang lain dapat mengikuti. Dapat dipahami demikian karena layanan konseling yang tuntas telah mencakup sebagian fungsi-fungsi pemahaman, pencegahan, pengentasan, serta pemeliharaan dan pengembangan. Proses konseling individual merupakan relasi antara konselor dan klien dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan klien. Dengan kata lain tujuan konseling tercakup dalam tujuan klien itu sendiri.⁵⁸

Namun tujuan yang ada pada klien harus dirasionalkan bersama dalam konseling, sehingga sesuai dengan perkembangan klien itu sendiri. Sedangkan konselor dalam proses konseling bertanggung jawab mendorong klien untuk mengembangkan potensi, agar ia mampu bekerja efektif, produktif dan menjadi manusia mandiri. Disamping tujuan klien, konseling juga bertujuan agar klien mencapai kehidupan berdaya guna untuk keluarga, masyarakat dan bangsanya. Satu hal yang lebih penting dari tujuan konseling adalah agar meningkatkan keimanan dan ketaqwaan klien. Sehingga klien menjadi manusia yang seimbang antara pengembangan intelektual-sosial-emosional, dan moral-relegius.⁵⁹

2. Tujuan Konseling Individu

⁵⁸ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 159.

⁵⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 159.

Tujuan umum dari konseling individu adalah terentasnya masalah yang dialami klien. Dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan. Tujuan khusus dalam konseling individu dapat dirincikan secara langsung dikaitkan dengan fungsi-fungsi konseling yang secara menyeluruh diembannya, yaitu *pertama*, melalui layanan konseling individu klien memahami seluk-beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman).⁶⁰

Kedua, pemahaman itu mengarah kepada pengembangan persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentasnya secara spesifik masalah yang dialami klien itu (fungsi pengentasan). *Ketiga*, pengembangan dan pemeliharaan potensi klien dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dapat dicapai (fungsi pengembangan/pemeliharaan).⁶¹

Keempat, pengembangan dan pemeliharaan potensi dan unsur-unsur positif yang ada pada diri klien, diperkuat oleh terentasnya masalah, akan merupakan kekuatan bagi tercegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami itu, serta diharapkan tercegahnya juga masalah-masalah baru yang mungkin timbul (fungsi pencegahan). Lebih jauh *kelima*, apabila masalah yang dialami klien menyangkut dilanggarnya hak-hak klien sehingga kliennya teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling

⁶⁰ Prayitno, *Layanan L1-L9*, (Padang: Unpad Press, 2004), hal. 5.

⁶¹ Prayitno, *Layanan L1-L9*, (Padang: Unpad Press, 2004), hal. 5.

individu dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi (fungsi advokasi).⁶²

3. Komponen dalam Konseling Individu

Dalam konseling individu ada dua pihak yang terlibat, yaitu konselor dan klien. Konselor adalah seorang ahli dalam bidang konseling yang memiliki kewenangan dan mandat secara profesional untuk melaksanakan kegiatan pelayanan konseling. Konselor adalah tenaga ahli yang sudah menempuh pendidikan formal dalam bidang bimbingan dan konseling. Konselor memiliki kompetensi, karakteristik dan keterampilan dalam bidang bimbingan dan konseling, sehingga dapat melaksanakan konseling secara profesional.⁶³

Konselor sebagai tenaga profesional memiliki keterampilan (*skill*) yang memadai dalam memberikan pelayanan konseling. Keterampilan konselor juga sangat menentukan kelancaran proses dan keberhasilan hubungan konseling.⁶⁴ Konselor juga disebut aktor utama yang aktif mengoprasikan pendekatan, teknik dan asas-asas dalam konseling. Dan klien adalah seorang individu yang sedang mengalami masalah, atau

⁶² Prayitno, *Layanan L1-L9*, (Padang: Unpad Press, 2004), hal. 5.

⁶³ Prayitno, *Layanan L1-L9*, (Padang: Unpad Press, 2004), hal. 7.

⁶⁴ Andi Mappiare, *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT Rajagrafindo Persada, 2006), hal. 109.

setidak-tidaknya ada sesuatu yang sedang ingin disampaikan kepada orang lain.⁶⁵

4. Teknik dalam Konseling Individu

Dalam pelaksanaan konseling individu, teknik sangat penting dipahami oleh konselor. Sebab teknik dalam konseling individual memberi peran penting dalam keberhasilan konseling. Teknik dalam konseling individual antara lain:⁶⁶

a. Perilaku *Attending*

Perilaku *attending* disebut juga sebagai perilaku menghampiri klien. Dalam perilaku ini ada beberapa kegiatan yang harus dilaksanakan konselor, antara lain kontak mata, bahasa badan dan bahasa lisan. Perilaku *attending* yang baik adalah kombinasi dari tiga komponen tersebut sehingga memudahkan konselor untuk membantu klien terlibat pembicaraan dan terbuka. *Attending* yang baik dapat meningkatkan harga diri klien, menciptakan suasana yang aman, dan mempermudah ekspresi perasaan klien dengan bebas.⁶⁷

b. Empati

Menurut Rogers yang dikutip oleh Kathryn Geldard dan David Gildard dalam buku *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain*

⁶⁵ Prayitno, *Layanan LI-L9*, (Padang: Unpad Press ,2004), hal. 7.

⁶⁶ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁶⁷ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

Dengan Teknik Konseling menyatakan bahwa empati adalah ciri hubungan yang ditandai dengan menciptakan hubungan yang positif, hangat, dan penuh kasih antara diri anda sendiri dan orang yang dibantu. Dengan kata lain empati adalah mampu sepenuhnya memahami dan merasakan apa yang dirasakan orang lain, sehingga hampir-hampir meniadakan identitas diri untuk menyatu dengan orang tersebut.⁶⁸

Empati adalah kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berpikir bersama klien dan bukan untuk atau tentang klien. Empati dilakukan bersama dengan *attending*. Dengan kata lain, tanpa perilaku *attending* tidak akan ada empati. Empati ada dua macam, yaitu empati primer dan empati tingkat tinggi. Empati primer yaitu suatu bentuk empati yang hanya memahami perasaan, pikiran, keinginan dan pengalaman klien. Tujuannya adalah agar klien terlibat pembicaraan dan terbuka. Dan empati tingkat tinggi yaitu apabila kepahaman konselor terhadap perasaan, pikiran, keinginan dan pengalaman klien lebih mendalam dan menyentuh klien karena konselor ikut serta dalam perasaan tersebut. Keikutan konselor tersebut membuat klien tersentuh dan terbuka untuk mengemukakan isi yang terdalam dari

⁶⁸ Kathryn Geldard dan David Gildard, *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain Dengan Teknik Konseling*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), hal. 45.

lubuk hatinya berupa perasaan, pikiran, pengalaman, termasuk penderitaannya.⁶⁹

c. Refleksi

Refleksi adalah keterampilan konselor untuk memantulkan kembali kepada klien tentang perasaan, pemikiran, dan pengalaman klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan nonverbal. Refleksi ada tiga jenis, yaitu refleksi perasaan, refleksi pengalaman, dan refleksi pikiran. Refleksi perasaan yaitu keterampilan konselor untuk dapat memantulkan perasaan klien sebagai hasil pengamatan verbal dan nonverbal klien. Refleksi pengalaman yaitu keterampilan konselor untuk memantulkan pengalam-pengalam klien sebagai hasil pengamatan perilaku verbal dan nonverbal klien. Sedangkan refleksi pikiran yaitu keterampilan konselor untuk memantulkan ide, pikiran, dan pendapat klien sebagai hasil dari pengamatan terhadap perilaku verbal dan nonverbal klien.⁷⁰

d. Eksplorasi

Eksplorasi adalah suatu keterampilan konselor untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran klien. Hal ini penting karena kebanyakan klien menyimpan rahasia batin, menutup diri dan tidak

⁶⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁷⁰ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

mampu mengemukakan pendapatnya dengan terus terang. Barangkali ia hadir karena terpaksa, sehingga ia hadir enggan mengemukakan perasaan atau pikirannya. Teknik eksplorasi memungkinkan klien untuk bebas berbicara tanpa rasa takut, tertekan dan terancam. Eksplorasi ada tiga macam, yaitu eksplorasi perasaan, pengalaman, dan pikiran.⁷¹

e. Menangkap Pesan Utama (*Paraphrasing*)

Menangkap pesan utama sangat penting, karena seringkali klien mengungkapkan perasaan, pikiran dan pengalamannya secara terbelit-belit. Oleh karena itu tugas konselor menangkap pesan utama dari penyampaian klien dan menyatakan secara sederhana dan mudah dipahami, kemudian disampaikan dalam bahasa konselor sendiri. Pada umumnya tujuan menangkap pesan utama adalah untuk mengatakan kembali essensi atau inti ungkapan klien. Ada empat tujuan utama dari *paraphrasing*. Yaitu, untuk mengatakan kembali pada klien bahwa konselor bersama dia, dan berusaha untuk memahami apa yang dikatakan klien. Kedua, mengendapkan apa yang dikemukakan klien dalam bentuk ringkasan. Lalu ketiga, memberi arah wawancara konseling. dan terakhir, pengecekan kembali persepsi konselor tentang apa yang dikemukakan

⁷¹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

klien. *Paraphrasing* yang baik adalah menyatakan kembali pesan utama klien secara seksama dengan kalimat yang mudah dan sederhana.⁷²

f. Bertanya untuk Membuka Percakapan

Pertanyaan yang diajukan konselor sangat berpengaruh pada penyampaian klien. Maka pertanyaan yang baik harus diungkapkan dengan baik, agar klien mampu terbuka dan menyampaikan dengan keseluruhan permasalahannya. Pertanyaan yang baik adalah pertanyaan terbuka.⁷³

g. Pertanyaan Tertutup

Pertanyaan konselor tidak selalu terbuka, namun juga ada pertanyaan tertutup. Yaitu bentuk-bentuk pertanyaan yang sering dimulai dengan kata-kata apakah, adakah, dan harus dijawab klien dengan ya atau tidak atau kata-kata singkat. Tujuan keterampilan bertanya tertutup adalah untuk mengumpulkan informasi, untuk menjernihkan atau memperjelas sesuatu dan menghentikan omongan klien yang melantur atau menyimpang jauh.⁷⁴

h. Dorongan Minimal

Upaya utama seorang konselor adalah agar kliennya selalu terlibat dalam pembicaraan dan dirinya terbuka. Yang dimaksud dengan

⁷² Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁷³ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁷⁴ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

dorongan minimal adalah suatu dorongan langsung yang singkat terhadap. Apa yang telah dikatakan klien, dan memberikan dorongan singkat. Keterampilan ini bertujuan untuk membuat agar klien terus berbicara dan dapat mengarahkan agar pembicaraan mencapai tujuan. Akan tetapi penggunaan dorongan minimal dilakukan secara selektif yaitu memilih saat klien kelihatan akan mengurangi atau menghentikan pembicaraan, saat dia kurang memusatkan pikirannya pada pembicaraannya, dan saat konselor ragu terhadap pembicaraan klien. Dengan kata lain, dorongan minimal dapat meningkatkan eksplorasi diri.⁷⁵

i. Interpretasi

Interpretasi adalah upaya konselor untuk mengulas pemikiran, perasaan, dan perilaku/pengalaman klien dengan merujuk pada teori-teori. Jadi jelas bahwa sifat-sifat subjektif konselor tidak termasuk kedalam interpretasi. Tujuan utama teknik ini adalah untuk memberikan rujukan, pandangan atau perilaku klien, agar klien mengerti dan berubah melalui pemahaman dari hasil rujukan baru tersebut.⁷⁶

⁷⁵ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁷⁶ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

j. Mengarahkan

Untuk mengajak klien berpartisipasi secara penuh didalam proses konseling, perlu adanya ajakan dan arahan dari konselor. Keterampilan yang dibutuhkan untuk maksud tersebut adalah mengarahkan, yaitu suatu keterampilan konseling yang mengatakan kepada klien agar dia berbuat sesuatu, atau dengan kata lain mengarahkannya agar melakukan sesuatu.⁷⁷

k. Menyimpulkan Sementara

Supaya pembicaraan maju secara bertahap dan arah pembicaraan makin jelas, maka setiap periode waktu tertentu konselor bersama klien perlu menyimpulkan pembicaraan. Tujuannya menyimpulkan sementara adalah memberikan kesempatan kepada klien untuk mengambil kilas balik dari hal-hal yang telah dibicarakan, untuk menyimpulkan kemajuan hasil pembicaraan secara bertahap dan untuk meningkatkan kualitas diskusi dan mempertajam atau memperjelas fokus pada wawancara konseling.⁷⁸

l. Memimpin

Agar pembicaraan dalam wawancara konseling tidak melantur atau menyimpang, seorang konselor harus mampu memimpin arah

⁷⁷ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁷⁸ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

pembicaraan sehingga nantinya mencapai tujuan. Keterampilan memimpin bertujuan agar klien tidak menyimpang dari fokus pembicaraan dan agar arah pembicaraan lurus kepada tujuan konseling.⁷⁹

m. Fokus

Seorang konselor yang efektif harus mampu membuat fokus melalui perhatiannya yang terseleksi terhadap pembicaraan dengan klien. Fokus membantu klien untuk memusatkan perhatian pada pokok pembicaraan.⁸⁰

n. Konfrontasi

Konfrontasi adalah suatu teknik konseling yang menantang klien untuk melihat adanya *diskrepansi* atau *inkonsistensi* antara perkataan dengan bahasa badan, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dengan kepedihan dan sebagainya. Adapun tujuan teknik ini adalah untuk mendorong klien mengadakan penelitian diri secara jujur, meningkatkan potensi klien, membawa klien kepada kesadaran adanya deskrepansi, konflik atau kontradiksi dalam dirinya.⁸¹

o. Menjernihkan

Menjernihkan adalah suatu keterampilan untuk menjernihkan ucapan-ucapan klien yang samar-samar, kurang jelas, dan agar

⁷⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁸⁰ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁸¹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

meragukan. Tujuannya adalah mengundang klien untuk menyatakan pesannya dengan jelas, ungkapan kata-kata yang jelas, dan dengan alasan-alasan yang logis, agar klien menjelaskan, mengulang, dan mengilustrasikan perasannya.⁸²

p. Memudahkan

Adalah suatu keterampilan membuka komunikasi agar klien dengan mudah berbicara dengan konselor dan menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas. Sehingga komunikasi dan partisipasi meningkat dan proses konseling berjalan efektif.⁸³

q. Diam

Diam bukan berarti tidak ada komunikasi akan tetapi tetap ada yaitu melalui perilaku nonverbal. Yang paling ideal diam itu paling tinggi 5-10 detik dan selebihnya dapat diganti dengan dorongan minimal. Akan tetapi jika konselor menunggu klien yang sedang berpikir mungkin diamnya bisa lebih dari 5 detik. Tujuan diam adalah menanti klien sedang berpikir, sebagai protes jika klien ngomong berbelit-belit dan menunjang perilaku *attending* dan empati sehingga klien bebas berbicara.⁸⁴

r. Mengambil Inisiatif

⁸² Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁸³ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁸⁴ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

Mengambil inisiatif perlu dilakukan konselor mana kala klien kurang bersemangat untuk berbicara, sering diam, dan kurang partisipatif. Konselor mengucapkan kata-kata yang mengajak klien untuk berinisiatif dalam menuntaskan diskusi. Tujuan teknik ini adalah untuk mengambil inisiatif jika klien kurang semangat, jika klien lambat berpikir untuk mengambil keputusan dan jika klien kehilangan arah pembicaraan.⁸⁵

s. Memberi nasihat

Memberi nasihat hanya dilakukan ketika klien memintanya. Walau demikian konselor tetap harus mempertimbangkannya, apakah pantas memberi nasihat ataukah tidak. Sebab dalam memberi nasihat, konselor tetap harus menjaga agar tujuan konseling yakni memandirikan klien, harus tetap tercapai.⁸⁶

t. Pemberian informasi

Dalam pemberian informasi yang diminta klien, sama halnya dengan pemberian nasehat. Jika konselor tidak memiliki informasi yang diinginkan klien maka sebaiknya jujur katakana bahwa tidak mengetahui hal itu.akan tetapi, jika konselor mengetahui informasi, sebaiknya upayakan agar klien tetap mengusahakannya.⁸⁷

u. Merencanakan

⁸⁵ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁸⁶ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁸⁷ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

Menjelang sesi akhir konseling seorang konselor harus dapat membantu klien untuk dapat membuat rencana berupa suatu program untuk *action*, yaitu perbuatan nyata yang produktif bagi kemajuan dirinya. Suatu rencana yang baik adalah hasil kerjasama konselor dengan klien.⁸⁸

v. Menyimpulkan

Pada akhir konseling, konselor membantu klien untuk menyimpulkan hasil pembicaraan yang menyangkut, bagaimana perasaan klien saat ini terutama mengenai kecemasan, memantapkan rencana klien, dan pokok-pokok yang akan di bicarakan selanjutnya pada sesi berikut.⁸⁹

5. Pengentasan Masalah Melalui Konseling

Melalui konseling klien mengharap agar masalah yang dideritanya dapat dientaskan. Langkah-langka umum upaya pengentasan masalah melalui konseling pada dasarnya adalah:⁹⁰

- a. Pemahaman masalah
- b. Analisis sebab-sebab timbulnya masalah
- c. Aplikasi metode khusus
- d. Evaluasi

⁸⁸ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁸⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160-172.

⁹⁰ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 293.

e. Tindak lanjut

Dalam konseling individu sebisa mungkin konselor dan klien dapat memahami masalah yang dihadapi klien secara lengkap, rinci, dan objektif sebagaimana masalah itu ada. Hal ini perlu untuk menjamin ketetapan, efektivitas dan efisien proses konseling. Upaya pemahaman masalah itu biasanya dilakukan pada awal proses konseling. Dalam pemahaman diri dan masalah klien, konselor tidak diperkenankan untuk meyakini pendapat konselor sendiri, apalagi pendapat atau keterangan dari pihak ketiga, tentang klien dan permasalahannya, sebelum dicek terlebih dahulu kepada klien yang bersangkutan.⁹¹

Usaha pemahaman masalah klien biasanya terkait langsung dengan kajian tentang sumber penyebab masalah itu. Meskipun upaya pemahaman masalah dan pengkajian tentang sumber-sumber penyebabnya dapat dipilih, namun pembahasan keduanya sering kali dipisahkan, dengan mengkaji sebab-sebab masalah, klien dan konselor memperoleh pemahaman yang lebih lengkap dan mendalam tentang masalah klien. Hubungan yang dibangun oleh konselor pada sesi awal konseling harus tersampaikan dengan baik. Hubungan ini ditandai dengan kehangatan, kebebasan dan suasana yang memperkenankan klien menampilkan diri sebagai mana adanya. Hubungan yang baik dapat mengatasi pemikiran negatif klien tentang proses

⁹¹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 293.

pelaksanaan konseling. Sehingga, klien dapat tergugah hatinya untuk melaksanakan proses konseling, dan dapat bangkit untuk mengentaskan permasalahan yang sedang ia hadapi. Tergugahnya hatinya klien itulah merupakan titik awal pengentasan masalah secara nyata.⁹²

Terpahaminya masalah klien dengan baik serta tergugahnya hati dan pikiran klien belum tentu serta merta membuahkan hasil terpecahnya masalah. Dalam hal ini konseling masih perlu menerapkan metode khusus sesuai dengan rincian masalah dan sumber-sumber penyebabnya. Metode-metode khusus bervariasi dari pengembangan penalaran dan kata hati, peneguhan hasrat untuk mencapai tujuan tertentu, latihan merencanakan suatu kegiatan, pemberian contoh, latihan bersikap dan bertindak, disensitisasi, sampai dengan penerapan-penerapan program khusus.⁹³

Kegiatan evaluasi ditunjukkan untuk menilai kemangkusan proses konseling pada umumnya, dan khususnya untuk menilai sampai berapa jauh masalah klien terentaskan, dan lebih baik khusus lagi untuk mengetahui keefektifan metode khusus yang dipakai. Dua pendekatan penilaian dapat ditempuh yaitu penilaian saat proses dan penilaian pasca proses. Penilaian pada saat proses dilakuakn ketika proses konseling masih sedang berjalan. Upaya evaluasi dalam proses diakhiri dengan evaluasi akhir proses,

⁹² Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 293.

⁹³ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 293.

konselor dapat meminta klien menyampaikan kesan-kesan dan perasaannya terhadap proses konseling yang baru saja dijalannya, hal-hal apa yang sudah dan belum ia peroleh, dan harapan-harapannya, khususnya dengan masalah yang dihadapi. Hasil evaluasi akhir ini dapat pula dikaitkan dengan rencana lebih lanjut klien, termasuk didalamnya kemungkinan penerapan hasil-hasil konseling.⁹⁴

Evaluasi pasca konseling biasanya lebih sukar dilakukan, lebih-lagi pada klien yang berada diluar lembaga tempat klien bekerja. Konselor sulit menjangkau mereka sehingga penilaian sistematik sulit dilakukan. Evaluasi insidental dapat berlangsung apabila konselor bertemu mereka dan menanyakan dampak konseling yang pernah terlaksanakan, atau melalui pihak ketiga yang mengenal klien, namun kesahihan penilaian seperti ini kurang dapat diandalkan. Evaluasi melalui instrument tertulis juga dapat dilakukan. Hasil evaluasi ini dipakai sebagai masukan dan bahan pertimbangan baik bagi rencana tindak lanjut yang akan dilaksanakan dalam pertemuan terjadwal dengan masing-masing klien, maupun bagi penyusunan program-program pelayanan periode-periode selanjutnya.⁹⁵

Di sisi lain Prayitno menjelaskan tentang permasalahan individu, bahwa permasalahan yang dialami oleh individu terwujud di dalam tingkah

⁹⁴ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 293.

⁹⁵ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 293.

lakunya. Ukuran kebermasalahan tingkah laku diacu kepada nilai, norma, moral yang berlaku pada kehidupan sosio budaya di lingkungannya, maka dapat diketahui akar dari permasalahan individu atau manusia adalah kualitas “pancadaya” yang telah dikembangkan, “likuladu” dan “masidu”. Pancadaya meliputi daya takwa (ketakwaanan yang terputus), daya cipta (daya cipta lemah), daya rasa (daya rasa yang tumpul), daya karsa (daya karsa yang mandek) dan daya karya (daya karya yang mandul). Dari sisi likuladu yaitu lima kekuatan di luar individu yaitu, gizi (gizi rendah), pendidikan (pendidikan macet), sikap dan perlakuan orang lain menolak dan kasar, budaya (budaya yang terbelakang) dan kondisi insidental yang merugikan. Selanjutnya masidu yaitu lima kondisi yang ada pada individu, antara lain, rasa aman yang terganggu, kompetensi yang menolak, aspirasi yang terkungkung, semangat yang layu dan kesempatan yang terbuang.⁹⁶

Secara umum keadaan pancadaya, likuladu dan masidu yang tidak atau kurang menguntungkan akan menimbulkan permasalahan pada setiap diri individu. Dan lagi, pengaruh likuladu dan masidu bersifat lebih langsung dari pada pancadaya. Dan lebih khusus lagi, pengaruh masidu lebih langsung dari pada likuladu terhadap permasalahan individu.⁹⁷

⁹⁶ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 292

⁹⁷ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

6. Pendekatan dan Teori Konseling Individu

Secara garis besar pendekatan konseling ada tiga yaitu pendekatan konseling direktif, konseling non direktif dan konseling elektrik. Masing-masing memiliki pandangan yang berbeda-beda, antara lain sebagai berikut:⁹⁸

a. Konseling Direktif

Konseling direktif, yang karena proses dan dinamika pengentasan masalah mirip penyembuhan penyakit, pernah juga disebut konseling klinis. Pendekatan ini dipopulerkan oleh E.G. Williamson dan J.G Darley yang berasumsi dasar bahwa klien tidak mampu mengatasi sendiri masalah yang dihadapinya. Karena itu, klien membutuhkan bantuan dari orang lain, yaitu konselor. Dalam konseling direktif, klien bersifat pasif, dan yang aktif adalah konselor. Dengan demikian, inisiatif dan peran utama pemecahan masalah lebih banyak dilakukan oleh konselor. Klien bersifat menerima perlakuan dan keputusan yang dibuat oleh konselor, dalam konseling direktif diperlukan data yang lengkap tentang klien untuk dipergunakan dalam usaha diagnosis. Konseling direktif ini sering juga disebut konseling dengan aliran behavioristik, yaitu layanan konseling yang berorientasi pada pengubahan tingkah laku secara langsung.⁹⁹

⁹⁸ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 299-302.

⁹⁹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

Konseling direktif berlangsung menurut langkah-langkah umum sebagai berikut:¹⁰⁰

1. Analisis data tentang klien.
2. Pensintesisan data untuk mengenali kekuatan-kekuatan dan kelemahan klien.
3. Diagnosis masalah
4. Prognosis atau prediksi tentang perkembangan masalah selanjutnya.
5. Pemecahan masalah.
6. Tindak lanjut dan peninjauan hasil-hasil konseling.

Upaya pemecahan masalah didasarkan pada hasil diagnosis yang pada umumnya berbentuk kegiatan yang langsung ditunjukkan pada perubahan tingkah laku klien.

b. Konseling Non Direktif

Konseling non direktif atau sering juga disebut sebagai *Client Centered Therapy*. Pendekatan ini dipelopori oleh Carl Rogers. Konseling non direktif ini merupakan upaya membantu pemecahan masalah yang berpusat pada klien. Melalui pendekatan ini, klien diberi kesempatan mengemukakan persoalan, perasaan, pikirannya secara bebas. Pendekatan ini berasumsi dasar bahwa seseorang yang memiliki masalah pada dasarnya memiliki potensi dan mampu mengatasi masalahnya sendiri. Tetapi oleh karena suatu hambatan, potensi dan

¹⁰⁰ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

kemampuannya itu tidak dapat berkembang atau berfungsi sebagaimana mestinya. Untuk mengembangkan dan mengfungsikan kembali kemampuan-kemampuannya itu klien membutuhkan bantuan.¹⁰¹

Beranjak dari pandangan tersebut, maka dalam konseling, inisiatif dan peranan utama pemecahan masalah diletakan dipundak klien sendiri. Sedangkan kewajibana dan peranan utama konselor adalah menyiapkan suasana agar potensi dan kemampuan yang ada pada dasarnya pada diri klien itu dapat berkembang secara optimal, dengan jalan menciptakan hubungan konseling yang sangat permisif. Suasana seperti itu akan memungkinkan klien mampu memecahkan masalahnya sendiri. Dalam suasana seperti itu konselor merupakan agen pembangun yang mendorong terjadinya perubahan pada diri klien tanpa konselor masuk terlalu jauh dalam proses perubahan tersebut.¹⁰²

Menurut Rogers menjadi tanggung jawab klien untuk membantu dirinya sendiri. Salah satu prinsip yang penting dalam konseling non direktif adalah menguapayakan agar klien mencapai kematangannya, produktif, merdeka, dan dapat menyesuaikan diri dengan baik.¹⁰³

Sesuai dengan teori yang mendasarinya, yaitu Rogers tentang hakikat manusia dan tingkah lakunya, pendekatan konseling non direktif

¹⁰¹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

¹⁰² Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

¹⁰³ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

sering juga disebut pendekatan konseling yang beraliran humanistik. Aliran ini menekankan pentingnya pengembangan potensi dan kemampuan yang secara hakiki ada pada setiap individu. Potensi dan kemampuan yang telah berkembang itu menjadi penggerak bagi upaya individu untuk mencapai tujuan-tujuan hidupnya.¹⁰⁴

c. Konseling Eklektik

Antara konseling direktif dan nondirektif sangat bertentangan, maka penggabungan keduanya adalah suatu kemungkinan, karena pada setiap pendekatan tentu ada kelemahan dan kekuatan masing-masing. Dan sering kali konselor menemukan klien yang tidak dapat diatasi dengan hanya satu pendekatan saja, maka pendekatan dengan keduanya adalah jalannya, inilah yang disebut konseling eklektik. Pendekatan atau teori mana yang cocok digunakan dalam konseling sangat ditentukan oleh beberapa faktor berikut:¹⁰⁵

1. Sifat masalah yang dihadapi misalnya tingkat kesulitan dan kekompleksannya.
2. Kemampuan klien dalam memainkan peranan dalam proses konseling.

¹⁰⁴ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

¹⁰⁵ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

3. Kemampuan konselor sendiri, baik pengetahuan maupun keterampilan dalam menggunakan masing-masing pendekatan atau teori konseling.

Mereka yang mempelajari pendekatan dan teori itu mungkin ada yang tertarik dan merasa dirinya lebih cocok untuk mendalami dan mempraktekan satu pendekatan atau teori konseling tertentu saja, dan mungkin ada pula yang berusaha menggabungkan dan tiga teori yang berdekatan dalam wilayah garis kontinum yang dimaksudkan di atas. Kebanyakan diantara mereka bersikap eklektik yang mengabil berbagai kebaikan dari kedua pendekatan ataupun dari berbagai teori konseling yang ada itu, mengembangkan dan menerapkannya dalam praktek sesuai dengan permasalahan klien. Sikap eklektik ini telah ada sejak lama dan bahkan dianggap lebih tepat dan sesuai dengan filsafat atau tujuan bimbingan dan konseling dari pada sikap yang hanya mengandalkan satu pendekatan atau satu dua teori tertentu saja.¹⁰⁶

¹⁰⁶ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, hal. 293.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian yang penulis akan laksanakan adalah tergolong kedalam penelitian kualitatif, sedangkan jenis penelitiannya adalah penelitian kepustakaan (*library research*), dengan metode yang digunakan peneliti adalah analisis isi (*content analysis*).¹

Penelitian kepustakaan merupakan serangkaian kegiatan yang berkaitan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengelolah bahan penelitian. Dalam penelitian kepustakaan, peneliti bertugas mencari teori-teori yang telah berkembang dalam bidang ilmu yang bersangkutan, melakukan studi literatur. Peneliti juga bertugas mencari data sekunder untuk mendukung penelitian. Agar dapat diketahui sampai dimana diperoleh kesimpulan yang pernah dibuat, sehingga dapat diperoleh situasi yang diinginkan.

Berikut ciri-ciri utama penelitian kepustakaan (*library research*):²

1. Peneliti dalam penelitian kepustakaan berhadapan langsung dengan teks atau data angka dan bukan dengan pengetahuan langsung dari lapangan atau saksi mata dalam kejadian, orang, atau benda lainnya.

¹ Noeng Muhadjir, *Metode Penelitian Kualitatif (Edisi Ke III)*, (Yogyakarta: Rake Sarasin, 1996), hal. 72.

² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014). hal. 196.

2. Data kepustakaan bersifat “siap pakai” dalam artian peneliti tidak pergi kemana-mana, kecuali hanya berhadapan langsung dengan bahan sumber yang sudah tersedia.
3. Data kepustakaan pada umumnya adalah sumber sekunder, yaitu peneliti memperoleh bahan dan tangan kedua dari bahan tersebut bukan orisinil dari lapangan.
4. Kondisi data kepustakaan tidak dibatasi oleh ruang dan waktu, peneliti berhadapan dengan informasi statik tetap. Dalam artian saat apapun ia datang dan pergi data tersebut tidak akan pernah berubah karena sudah merupakan data “mati” yang tersimpandan rekaman penulis.

Penelitian kepustakaan ditujukan untuk mendapatkan informasi secara lengkap serta untuk merumuskan konsep. Hal demikian dilakukan dengan cara mengumpulkan data dan informasi yang bersumber dari buku, jurnal, majalah yang berkenaan dengan relevansi kecerdasan emosional dan spiritual terhadap pengentasan masalah dalam konseling individual. Kemudian dilakukan analisis dari data yang sudah dikumpulkan sehingga dapat muncul konsep baru dari penelitian ini mengenai relevansi kecerdasan emosional dan spiritual terhadap pengentasan masalah dalam konseling individual.

B. Penjelasan Judul

Untuk mempermudah memahami makna judul dalam penelitian ini, berikut penulis menguraikan hal-hal yang terkait dengan judul dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Kecerdasan emosional, menurut Daniel Goleman yang dikutip oleh Desmita dalam *Psikologi Perkembangan*, kecerdasan emosional didefinisikan sebagai kemampuan mendefinisikan perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain. Kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelolah emosi dengan baik pada diri sendiri dan hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosi mencakup kemampuan yang berbeda tetapi saling melengkapi dengan kemampuan akademik, yaitu kemampuan-kemampuan kognitif murni yang diukur dengan IQ.³
2. Kecerdasan spiritual, Danah Zohar dan Ian Marshall yang dikutip oleh Desmita dalam *Psikologi Perkembangan*, menjelaskan bahwa yang di maksud kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya, kecerdasan yang menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain dan kecerdasan yang tidak hanya untuk mengetahui nilai-nilai yang ada, tetapi juga untuk secara kreatif menemukan nilai-nilai baru.⁴
3. Masalah, menurut Siti Rahayu Adinoto yang dikutip oleh Ramayulis dan Mulyadi, masalah adalah ketidakmampuan seseorang dalam memenuhi kebutuhannya yang akan menimbulkan ketegangan-ketegangan didalam

³ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hal. 170.

⁴ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), hal. 174.

jiwanya sehingga timbul mekanisme tingkah laku atau pertahanan diri yang kebanyakan adalah tingkah laku salah suai yang merupakan cara penyelesaian atau pelarian dari kenyataan.⁵

4. Konseling individu, merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor terhadap klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilakukan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal mendalam tentang diri klien, bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju kerah pengentasan masalah.⁶

Dari beberapa penjelasan istilah yang berkaitan dengan judul diatas, penulis menegaskan bahwa melalui judul relevansi *emotional spiritual quotient* terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu dalam penelitian ini, peneliti akan melakukan telaah-telaah teoritis konseptual mengenai kecerdasan emosional dan spiritual yang dikaitkan dengan pengentasan masalah dalam konseling individu dimana konselor dan klien sebagai salah satu komponen dalam konseling individu menjadi subjek dalam penelitian ini. Peneliti akan menganalisis kecerdasan emosional dan spiritual yang dimiliki oleh konselor dan klien sebagai

⁵ Ramayulis dan Mulyadi, *Bimbingan dan Konseling Islam Di Madrasah dan Sekolah*, (Padang: Kalam Mulia, 2014), hal. 27.

⁶ Prayitno, *Layanan LI-L9*, (Padang: UNPAD Press, 2004), hal. 4.

sebuah modalitas bagi konselor dan klien ketika mengentaskan permasalahan melalui konseling individu.

C. Sumber Data

1. Sumber Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian kepustakaan adalah bahan-bahan kepustakaan yang berkaitan dengan buku utama yang dijadikan sebagai bahan utama dalam penelitian karya ilmiah. Dalam penelitian ini penulis ingin meneliti mengenai relevansi kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ) terhadap pengentasan masalah dalam konseling individual. Oleh sebab itu, data primer peneliti adalah :

Pertama, buku yang menjadi pokok penelitian ini yaitu buku yang ditulis oleh Ary Ginanjar Agustian yang berjudul *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional Dan Spiritual (ESQ) Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165: 1 Ihsan, 6 Rukun Iman Dan 5 Rukun Islam*. Yang berisi tentang kedudukan kecerdasan emosional dan spiritual dalam diri manusia dalam pandangan kehidupan dan islam dan cara membantuknya. Selanjutnya buku yang ditulis oleh Danah Zohar dan Ian Marshall yang berjudul *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir Integralistik Dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*, yang berisi tentang kecerdasan spiritual dalam pandangan barat dan cara menggunakan kecerdasan spiritual dan meningkatkannya. Lalu buku ketiga yang disusun oleh penulis yang berkompeten dan menyinggung mengenai kecerdasan emosional dan spiritual

sehingga dijadikan sumber data primer yaitu buku yang ditulis oleh Desmita yang berjudul *Psikologi Perkembangan*.

Kedua, buku-buku yang membahas mengenai masalah yang dialami klien, yang ditulis oleh penulis yang berkompeten dalam bidang bimbingan dan konseling serta membahas mengenai permasalahan yang dialami oleh klien, yaitu penulis Ramayulis dan Mulyadi yang menyusun buku yang berjudul *Bimbingan dan Konseling Islam Di Madrasah Dan Sekolah*. Selanjutnya buku yang ditulis oleh bapak bimbingan dan konseling Indonesia yaitu Prayitno dan Erman Amti yang berjudul *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*.

Ketiga, yaitu buku yang membahas mengenai konseling individu atau konseling perorangan. Buku pertama yaitu buku yang ditulis oleh Sofyan Willis yang berjudul *Konseling Individu Teori dan Praktek*. Yang membahas secara keseluruhan mengenai konseling individu dan teknik dalam konseling individu. Selanjutnya buku yang ditulis oleh penulis yang sudah berpengalaman dalam bidang bimbingan dan konseling. Yaitu Prayitno yang berjudul *Seri Layanan Konseling Layanan L1-L9*.

2. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder yaitu, sumber-sumber yang menunjang dan menguatkan sumber primer. Adapun sumber data yang menguatkan tersebut adalah buku yang tulis oleh penulis yang sudah berkompeten dalam bidangnya, yaitu Tohirin, yang menulis buku yang berjudul *Bimbingan dan*

Konseling Di Sekolah dan di Madrasah (Berbasis Integrasi). Selanjutnya sumber data sekunder penelitian ini adalah buku yang ditulis oleh Hartono dan Boy Soedarmadji yang berjudul *Psikologi Konseling*. Dan beberapa karya tulis ilmiah berupa jurnal penelitian lainnya yang mendukung penelitian ini.

D. Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan dan penulis menggunakan teknik pengumpulan data yang dirumuskan oleh Edwar Carr, yaitu pertama, membaca sumber-sumber yang berkaitan dengan penelitian ini dan menuliskan hal-hal yang dikemukakan dalam tulisan-tulisan. Kedua, menyingkirkan sumber-sumber yang telah dibaca yang bersifat umum dan mengambil hal-hal yang penting kemudian memusatkan perhatian kembali dengan yang relevan dengan penelitian ini.⁷

E. Teknik Analisis Data

Metode yang digunakan dalam analisis data yaitu analisis isi (*content analysis*). Analisis isi secara sederhana dapat didefinisikan sebagai metode untuk mengumpulkan dan menganalisis muatan sebuah teks. Dalam hal ini teks dapat berupa kata-kata, makna gambar, simbol, gagasan, tema dan berbagai bentuk pesan yang dapat dikomunikasikan.⁸ Menurut Barcus, *content analysis* merupakan analisis ilmiah tentang isi pesan suatu komunikasi. Secara teknis

⁷ Sutrisno Hadi, *Metodologi Research* (Yogyakarta: Yayasan Penerbit Psikologi UGM, 1996), hal. 8-9.

⁸ Mardelis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), hal. 28.

analisis isi mencangkup upaya klasifikasi tanda-tanda yang dipakai dalam komunikasi, menggunakan kriteria sebagai dasar klasifikasi dan menggunakan analisis tertentu sebagai pembuat prediksi.⁹

Menurut Lindzey dan Aronson yang dikutip Noeng Muhadjir, analisis isi menampilkan tiga syarat yaitu objektivitas, pendekatan sistematis dan generalisasi. Analisis harus berdasarkan aturan yang dirumuskan secara eksplisit. Untuk memenuhi syarat sistematis, untuk kategorisasi isi harus menggunakan kriteria tertentu. Hasil analisis haruslah menyajikan generalisasi, artinya temuannya haruslah memiliki sumbangan teoritik, temuan yang hanya diskriptif memiliki nilai yang rendah.¹⁰

F. Teknik Keabsahan Data

Kejelian analisis peneliti dalam menampilkan suatu data tidak begitu saja menjadikan hasil temuan peneliti sebagai data yang tepat dan akurat serta memiliki tingkat kepercayaan tinggi. Oleh karena itu, sebelum menampilkan hasil penelitian kepada publik, peneliti terlebih dahulu harus menganalisis tingkat kesahihan yang berupa:¹¹

1. Diskusi teman sejawat, dilakukan untuk menganalisis keabsahan data yang diperoleh dengan pihak yang berkompeten dibidangnya dalam hal ini akademisi. Bahasan yang dilakukan berupa hal-hal yang menyangkut

⁹ Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi III* (Yogyakarta: Rake Sarasin, 1996), hal. 49.

¹⁰ Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi III*, hal. 49.

¹¹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014), hal. 198.

penelitian yang sedang dilaksanakan, seperti bagaimana relevansi kecerdasan emosional bagi konselor dan klien dalam konseling individual, bagaimana peran langsung kecerdasan spiritual dan emosional dalam pelaksanaan konseling individual.

2. Triangulasi, triangulasi yang di maksud adalah triangulasi sumber, menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh melalui beberapa sumber. Peneliti akan melakukan pemilihan dari data yang sama dan data yang tidak sama untuk dianalisis lebih lanjut. Seperti menganalisis keterkaitan kecerdasan yang dimiliki oleh konselor dan klien dalam pengentasan masalah. sumber-sumber dari jurnal dan penelitian terdahulu yang menjadi rujukan sebagai informasi terbaru dalam aspek akademik.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Biografi Ary Ginanjar Agustian

Penulis ingin mengungkapkan mengenai pemikiran Ary Ginanjar Agustian, maka penulis ingin lebih jauh menilik biografi Ary Ginanjar Agustian. Ary Ginanjar Agustian adalah seorang anak bangsa yang bergelut dalam bidang agama dan pengembangan sumber daya manusia melalui pengembangan karakter. Lahir pada 24 Maret 1965 di Bandung, Jawa Barat. Disebut juga sebagai motivator terkemuka dan berpengaruh di Indonesia dengan menyabet banyak penghargaan terkait kemampuannya melatih dan menginspirasi banyak orang di Dunia. Ary Ginanjar bahkan pernah mendapatkan penghargaan sebagai salah satu “*Agent Of Change*” 2005 versi Koran Republika, Korea Selatan. Sebelumnya, pada tahun 2004, ia berhasil menerima penghargaan sebagai salah satu “*The Most Powerful People And Ideas In Business*” oleh majalah SWA dan banyak lagi penghargaan yang berhasil di raih Ary Ginanjar selama masa hidupnya.¹⁰⁷

Ary Ginanjar Agustian yang memiliki gelar lengkap Dr. H.C Ary Ginanjar Agustian juga dikatakan tokoh penggiat transformasi budaya perusahaan. Ia juga presiden direktur dari PT Arga Bangun Bangsa serta pendiri ESQ Leadership Center, yaitu pusat program pelatihan ESQ. Ary Ginanjar bersama-sama dengan

¹⁰⁷ ¹Ary Ginanjar Agustian, *Mengapa ESQ*, (Jakarta: Arga Printing, 2008), hal. Tentang Penulis.

seorang tokoh pendidikan yaitu Prof. Ir. H. Surna Tjahja Djajadiningrat, MSc., Ph.D bersama-sama mendirikan *ESQ Business School*.¹⁰⁸

Ary Ginanjar memiliki istri bernama Linda Damayanti dan 6 orang anak, yaitu Anjar Yusuf Ramadhan, Erick Bintang Sulaiman, Rima Khansa Nuraini, Eqi Muhammad Rikansa, Esqi Gibraltar Ibrahim, dan Sakura Azzahra. Seorang Ary Ginanjar bukanlah alumni pesantren dan lulusan psikologi, namun kedua bidang tersebut ia pelajari berdasarkan pengalaman dan kenyataan yang ada hingga mampu mempengaruhi banyak pihak untuk bersama-sama membangun karakter yang baik. Ginanjar belajar ilmu keagamaan di bawah naungan Habib Adnan, yaitu ketua majelis ulama Bali pada saat itu. Namun bukan berarti Ary Ginanjar tidak pernah menempuh pendidikan formal.¹⁰⁹

Latar belakang pendidikan sekolah tinggi yang pernah ditempuh Ary Ginanjar Agustian antara lain pada tahun 1983-1986 manajemen pariwisata, Sekolah Tinggi Pariwisata, di Bandung. Tahun 1986-1987 ia melanjutkan di Manajemen Pariwisata, *TAFE College* di Adelaide, Australia. Pada tahun 1988-1990 Ary Ginanjar menempuh pendidikan sarjana Sains Terapan, Universitas Udayana di Denpasar, Bali. Setelah itu pada tahun 2007 Ary Ginanjar

¹⁰⁸ Amal Al Hayadi, *Emotional Spiritual Quotient (ESQ) Menurut Ary Ginanjar Agustian dan Relevansinya Dengan Pengembangan Kompetensi Spiritual dan Kompetensi Sosial Kurikulum 2013*, (Skripsi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2015), hal. 30.

¹⁰⁹ Amal Al Hayadi, *Emotional Spiritual Quotient (ESQ) Menurut Ary Ginanjar Agustian dan Relevansinya Dengan Pengembangan Kompetensi Spiritual dan Kompetensi Sosial Kurikulum 2013*, (Skripsi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2015), hal. 30.

mendapatkan penghargaan yaitu gelar Doktor Honoris Causa di bidang pembangunan karakter, dari Universitas Negeri Yogyakarta.¹¹⁰

Ary Ginanjar belajar dengan penuh kemandirian, didukung dengan semangat belajar yang tinggi dan sifat tawadhu terhadap ilmu pengetahuan mengantarkannya pada kemampuan menyelami dunia psikologis dan agama sekaligus. Ary Ginanjar juga pernah menjadi tenaga pengajar tetap di Politeknik Universitas Udayana, Jimbaran, Bali selama lima tahun.¹¹¹

Ary Ginanjar telah menulis beberapa buku yang membahas tentang kecerdasan emosional dan spiritual. Bahkan buku yang ditulis oleh Ary Ginanjar mampu terjual sebanyak 150.000 eksemplar dalam waktu yang relatif singkat dan terbilang fenomenal dengan pencapaiannya, karena mampu memperkenalkan sebuah paradigma baru di bidang sumber daya manusia. Beberapa perusahaan bahkan telah menerapkan ESQ model sebagai metode untuk membangun budaya perusahaannya. Telah banyak alumni dari pelatihan yang juga dibuat oleh Ary Ginanjar sebagai upaya pemberdayaan dan pelatihan sumber daya manusia. Telah lebih dari 8000 alumni lulus mengikuti pelatihan ESQ yang diselenggarakan oleh Ary Ginanjar Agustian. Ary Ginanjar dianggap telah berhasil mengsinergikan

¹¹⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, (Jakarta: 2007, Arga), hal. Tentang Penulis.

¹¹¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Arga, 2007), hal. Tentang Penulis.

antara *science*, *sufisme* dan psikologi secara Qurani dalam kesatuan yang bersinergi.¹¹²

B. Karya-Karya Ary Ginanjar Agustian

Berikut ini beberapa karya yang dibuat oleh Ary Ginanjar Agustian:¹¹³

1. Bangkit Dengan Tujuh Budi Utama.
2. *Building The Best Indonesian Business Way*.
3. *ESQ English Version*.
4. Mengapa ESQ.
5. Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power: Sebuah *Inner Journey* Melalui Al-Ihsan.
6. Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman Dan 5 Rukun Islam.
7. Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual ESQ: *Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165: 1 Ihsan 6 Rukun Iman Dan 5 Rukun Islam, Jilid I*.
8. Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual ESQ: *Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165: 1 Ihsan 6 Rukun Iman Dan 5 Rukun Islam, Jilid II*.

¹¹² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, (Jakarta: Arga, 2007), hal. Tentang Penulis.

¹¹³ Amal Al Hayadi, *Emotional Spiritual Quotient (ESQ) Menurut Ary Ginanjar Agustian dan Relevansinya Dengan Pengembangan Kompetensi Spiritual dan Kompetensi Sosial Kurikulu 2013*, (Skripsi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2015), hal. 30.

Dari beberapa karya diatas, maka sudah sangat jelas bahwa Ary Ginanjar Agustian telah melahirkan banyak karya, dilihat dari paparan diatas, Ary Ginanjar adalah individu yang produktif dalam menulis, melahirkan inovasi baru dalam hal kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ).

C. Penghargaan dan Jabatan

Ada beberapa penghargaan yang didapatkan oleh Ary Ginanjar Agustian selama menjalani karir, berikut diantaranya¹¹⁴ :

1. 2004-*The Most Powerful People and Ideas in Business* oleh majalah SWA
2. 2005-*Agents of Change* oleh Koran Republika.
3. 2008-*Hero of New Period* oleh majalah SIMPATI ZONE.
4. 2009-*One of the Most Powerful People* oleh majalah BIOGRAFI POLITIK.
5. 2009-ESQ Model sebagai Metode Pembangunan Karakter oleh Kementerian Pemuda dan Olahraga, Republik Indonesia.
6. 2009-*Preaching Dedication* oleh Nahdlatul Ulama.
7. 2009-*Golden Honorary Police* oleh Kepala Kepolisian wilayah Jawa Barat.
8. 2010-2015 Wakil Ketua Bidang Agama, Budaya dan Pengembangan Karakter Bangsa, ICMI Pusat
9. 2011-Anugerah Darjat khalifah Kalam dari PIKUM (Pertubuhan Seni Silat Ikatan Kalam Utama), Malaysia
10. 2012-Penghargaan Pemilik HAKI Sukses dari Wakil Presiden RI.

¹¹⁴ Amal Al Hayadi, *Emotional Spiritual Quotient (ESQ) Menurut Ary Ginanjar Agustian dan Relevansinya Dengan Pengembangan Kompetensi Spiritual dan Kompetensi Sosial Kurikulu 2013*, (Skripsi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2015), hal. 30.

11. 2013-Tokoh Inspiratif dari Balai Pustaka dan majalah Horison, dalam peringatan Hari Sastra Indonesia.
12. 2013-Anugrah Integritas Nasional dari KUPAS – Kom Unitas Pengusaha Anti Suap, Indonesia
13. 2017-Menerima Penghargaan dari Sekolah Tinggi Pariwisata (NHI) Bandung *Wonderful People For Wonderful Tourism*, Indonesia

Dari penghargaan dan jabatan yang berhasil didapatkan oleh Ary Ginanjar Agustian hampir disetiap tahunnya, dari dalam negeri maupun luar negeri, hal ini membuktikan eksistensi Ary Ginanjar dalam dunia kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ).

D. Konsep Emotional Spiritual Quotient (ESQ) Menurut Ary Ginanjar Agustian

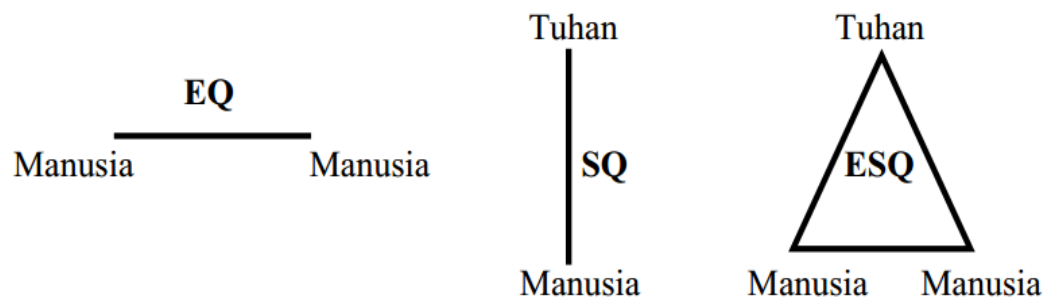
Kecerdasan emosional dan spiritual adalah kecerdasan yang menggabungkan antara kecerdasan emosional yang dilambangkan Ary Ginanjar adalah hubungan antara sesama manusia, lebih dari itu kecerdasan emosional disederhanakan yaitu kemampuan untuk merasa. Kunci dari kecerdasan emosional adalah pada kejujuran suara hati seseorang. Suara hati ini hendaknya dijadikan pusat prinsip yang mampu memberikan rasa aman, pedoman, kekuatan serta kebijaksanaan.¹¹⁵ Kecerdasan spiritual yaitu hubungan antara manusia dan Tuhan. Dalam ESQ kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memberikan

¹¹⁵ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, (Jakarta: Arga, 2005), hal. 42.

makna spiritual terhadap pemikiran, perilaku dan kegiatan, serta mampu menyinergikan IQ, EQ dan SQ secara komprehensif.¹¹⁶

Kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ) menurut Ary Ginanjar adalah penggabungan antara kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual yang keduanya berbeda namun memiliki muatan yang sama pentingnya untuk dapat disinergikan satu sama lainnya. Pensinergian antara keduanya terbentuklah *emotional spiritual quotient* (ESQ).¹¹⁷ secara sederhana Ary Ginanjar menyusun konsep kecerdasan emosional dan spiritual sebagai berikut:¹¹⁸

Bagan 1
Konsep kecerdasan emosional dan spiritual menurut Ary Ginanjar



Dari gambar diatas, Ary Ginanjar mengkonsepkan kecerdasan emosional dan spiritual sebagai suatu hubungan yang dijalin oleh manusia kepada manusia lain dan hubungan yang dijalin manusia dengan Tuhan. Mengfungisikan antara

¹¹⁶ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, hal. 47.

¹¹⁷ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, hal. 45.

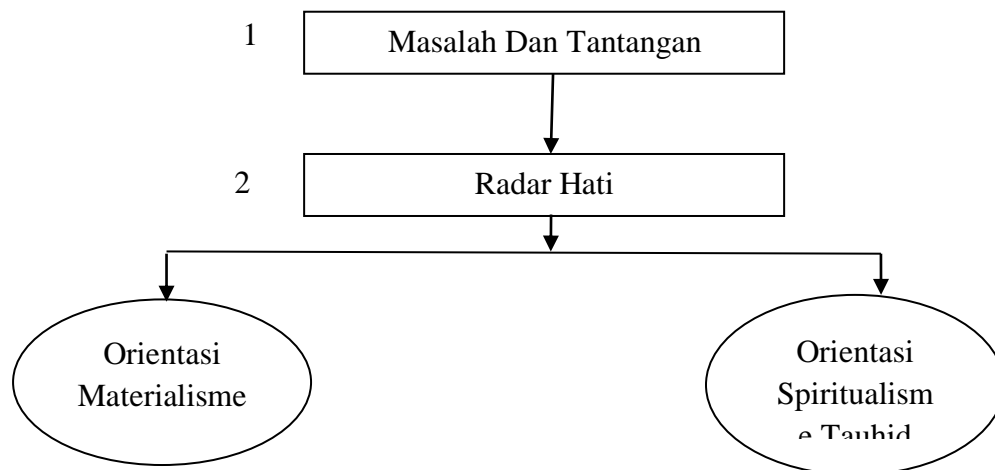
¹¹⁸ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, hal. 45.

keduanya dapat memberikan energi tersendiri kepada pelakunya dan sekaligus perubahan karakter ke arah individu yang lebih sehat dan produktif.¹¹⁹

Ary Ginanjar juga menyatakan ESQ adalah sebagai sebuah sistem terpadu dan sistematis untuk mensinergikan tiga landasan kecerdasan dalam satu sistem sekaligus yaitu kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ). Menurut kacamata ESQ, ketiga komponen ini merupakan sebuah metode paripurna untuk membangun tiga dimensi kecerdasan manusia sekaligus.¹²⁰ Dalam ESQ Power, Ary Ginanjar bahkan merumuskan bagan pemeta kecerdasan yang menggambarkan hubungan kerja antara EQ, IQ dan SQ. berikut gambar bagan tersebut.¹²¹

Bagan 2

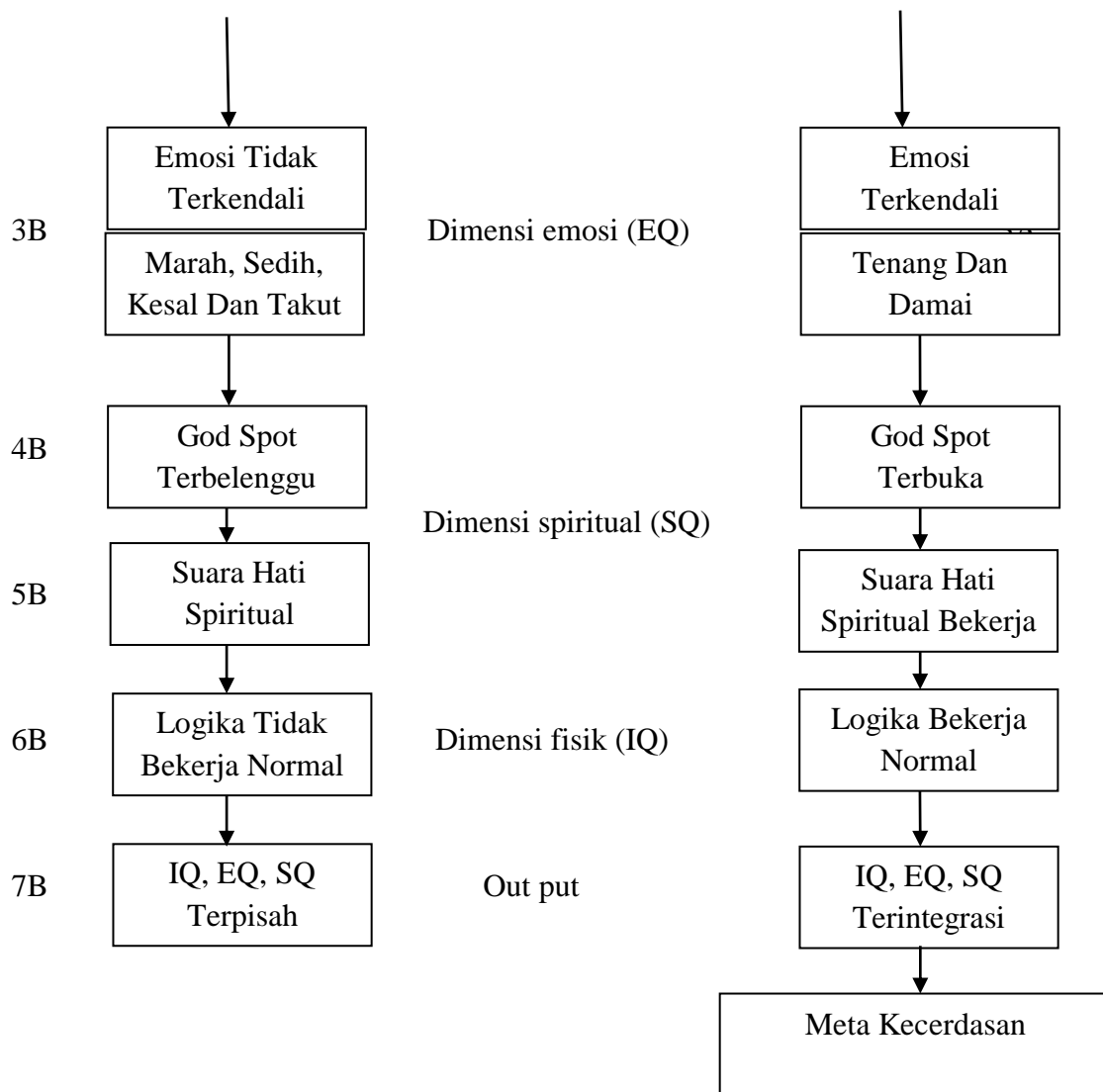
Hubungan kerja antara IQ, EQ dan SQ



¹¹⁹ Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, hal. 45.

¹²⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, (Jakarta: Arga, 2007), hal. xix.

¹²¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, hal. 219.



Dari bagan di atas dapat dilihat bahwa antara kecerdasan emosi (EQ), kecerdasan spiritual (SQ) dan kecerdasan intelektual (IQ) sangat berkaitan erat satu dengan yang lain. Dari bagan tersebut dapat terlihat jika kita berorientasi pada tauhid, maka hasilnya adalah EQ, IQ dan SQ yang terintegrasi. Pada saat masalah datang (1) maka radar hati bereaksi menangkap signal (2). Karena berorientasi pada materialism (3B), maka emosi yang dihasilkan adalah emosi

yang tidak terkendali, maka menghasilkan sikap-sikap antara lain marah, sedih, kesal dan takut (4B). akibat emosi yang tidak terkendali, God spot menjadi terbelenggu atau suara hati tidak berpeluang untuk muncul (5B). Bisikan suara hati *Ilahiah* yang bersifat mulia tidak lagi bisa di dengar dan menjadi tidak berfungsi, ini mengakibatkan ia tidak mampu berkolaborasi dengan piranti kecerdasan yang lain (6B). Karena suara hati tertutup, maka yang paling memegang peranan penting adalah emosi. Emosilah yang memberi perintah kepada sektor kecerdasan intelektual (IQ). IQ akan menghitung, tetapi berdasarkan dorongan kemarahan, kekecewaan, kesedihan, iri hati dan dengki (7B). bayangkanlah apa yang akan terjadi kemudian.¹²²

Sebaliknya jika melihat pada sisi berikutnya, ketika masalah atau tantangan muncul (1) radar hati langsung menangkap getaran signal (2). Ketika signal itu menyentuh dinding tauhid (3A), kesadaran tauhid mengendalikan emosi. Hasilnya adalah emosi yang terkendali, seperti rasa tenang dan damai (4A). Dengan ketenangan emosi yang terkendali itu, maka God Spot atau pintu hati akan terbuka dan bekerja (5A). terdengarlah bisikan-bisikan ilahiah yang mengajak kita pada sifat-sifat keadilan, kasih sayang, kejujuran, tanggung jawab, kepedulian, kreativitas, komitmen, kebersamaan, perdamaian, dan bisikan hati mulia lainnya (6A). berdasarkan dorongan bisikan mulia lainnya itulah potensi kecerdasan intelektual bekerja secara optimal (7A), yaitu sebuah perhitungan

¹²² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, hal. 218.

intelektualitas yang berlandaskan pada nilai-nilai keadilan, kejujuran dan tanggung jawab. Lahirlah sebuah pemetaan kecerdasan, yaitu integrasi EQ, IQ dan SQ.¹²³

Sederhananya bahwa tauhid akan mampu menstabilkan tekanan pada *amiglada* (sistem saraf emosi), sehingga emosi selalu terkendali. Pada saat inilah seseorang dikatakan memiliki EQ tinggi. Emosi yang tenang dan terkendali akan menghasilkan optimalisasi pada fungsi kerja *God Spot* dan *lobus temporal* serta mengeluarkan suara hati *ilahiah* dari dalam bilik peristirahatannya. Suara-suara *ilahiah* itulah bisikan informasi maha penting yang mampu menghasilkan keputusan yang sesuai dengan hukum alam, sesuai dengan situasi yang ada, dan sesuai dengan garis orbit spiritualitas. Pada momentum inilah seseorang dikatakan memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi. Barulah dilanjutkan dengan mengambil langkah konkret lainnya berupa perhitungan yang logis (IQ), sehingga intelektualitas bergerak pada *manzilah*, atau garis edar yang mengorbitkan kepada Allah yang maha Esa (SQ). inilah yang dinamakan pemeta kecerdasan.¹²⁴

Dalam ESQ prinsip utamanya adalah rukun iman, rukun Islam dan ihsan, dalam keselarasan dan kesatuan tauhid. Prinsip tersebut digunakan sebagai jalan membangun kecerdasan emosional dan spiritual individu. Dikatakan bahwa ketika seseorang telah menanamkan rukun iman dengan baik, maka kondisi mentalnya

¹²³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, hal. 218.

¹²⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, hal. 218.

akan siap untuk sebuah proses persalinan kelahiran kecerdasan emosi (EQ) yang paripurna. Nilai-nilai rukun iman adalah pengendali emosi yang handal dan mumpuni, dicontohkan pada konsep tauhid yang memberikan ketenangan jiwa. Selanjutnya rukun Islam berfungsi sebagai pembimbing yang bekerja pada dimensi fisik, yaitu dimensi yang mampu memastikan langkah fisik (IQ) tetap berada pada orbit garis spiritual.¹²⁵

E. Cara Mengembangkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual (ESQ) Menurut Ary Ginanjar Agustian

Dalam mengembangkan kecerdasan emosional dan spiritual, Ary Ginanjar Agustian merumuskan beberapa tahapan agar sampai kepada kematangan kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ), dalam mengembangkan kecerdasan emosional dan spiritual Ary Ginanjar Agustian menggunakan prinsip 6 rukun iman, 5 rukun Islam dan ihsan.

1. Zero Mind Process (Penjernihan Hati)

Penjernihan hati menurut Ary Ginanjar Agustian ditandai dengan kebebasan hati dan anggukan universal. Kebebasan hati ditandai dengan kemampuan mengendalikan hati dan juga pikiran, walaupun dalam keadaan mendesak atau pada keadaan yang terbelenggu, namun tetap dapat berpikir merdeka. Ini disebut sebagai kemerdekaan yang sesungguhnya, yaitu kemerdekaan yang berpusat pada prinsip. Kebebasan hati juga dimaknai

¹²⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, hal. 29.

dengan *ahad*, yaitu merdeka dari keberpihakan duniawi, dan menjadikan Sang Pencipta yang menjadi kekuatan. Kebebasan hati juga mampu menjelaskan bahwa kita sesungguhnya memiliki kebebasan memilih reaksi terhadap segala sesuatu yang terjadi atas diri individu. Individu sendiri menjadi penanggung jawab utama atas sikap yang ia ambil, bukan lingkungannya. Diri sendirlah sesungguhnya yang menjadi penentu pilihan dalam hidup.¹²⁶

Selanjutnya yaitu anggukan universal. Anggukan universal diartikan sebagai suara hati yang dimiliki seseorang yang sama halnya suara hati yang dimiliki oleh orang lain diseluruh dunia. Tidak terbatas pada tingkat sosial seseorang, agama yang dianut, ataupun suku. Namun dapat merasakan suara hati yang sama jikalau berada dalam kondisi fitrah.¹²⁷ Suara hati yang dimaksudkan cocok dengan sifat-sifat Allah SWT. Dalam asmaul husna seperti Maha Penolong, Maha Pengasih Dan Penyayang, Maha Ilmu, Maha Tahu, Maha Suci, Maha Memelihara, Maha Berhitung, Dan Maha Melindungi.¹²⁸

¹²⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Arga, 2007), hal. 69.

¹²⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Arga, 2007), hal. 71.

¹²⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Arga, 2007), hal. 72.

Menurut Ary Ginanjar Agustian ada tujuh faktor yang dapat membelenggu suara hati pada *God Spot*, faktor-faktor yang tanpa disadari membuat manusia menjadi buta.¹²⁹ Diantaranya:

a. Prasangka

Prasangka sering kali menjerumuskan seseorang pada paradigma dan belenggu pikiran yang menganggap bahwa hal yang berbeda merupakan suatu kesalahan, padahal ada alasan dibalik suatu kejadian yang sering tidak diketahui seseorang ketika terjebak dalam prasangka. Prasangka ini biasanya bersifat negatif. Sehingga seseorang seringkali terjebak dalam prasangka yang buruk terhadap seseorang.

b. Prinsip-Prinsip Hidup

Prinsip hidup mengambil bagian penting dalam menentukan berbagai tindakan manusia yang beragam. Prinsip hidup yang diyakini dan dianut dapat menciptakan berbagai tipe pemikiran dengan tujuannya masing-masing. Setiap individu terbentuk sesuai dengan prinsip yang dianutnya. Hasilnya bisa dinggap hebat, mengerikan, bahkan menyedihkan.¹³⁰

c. Pengalaman

¹²⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 74.

¹³⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 82.

Pada satu sisi pengalaman dapat menjadi guru yang terbaik, namun disisi lain pengalaman dapat menjadi belenggu untuk manusia.¹³¹ bahkan pada sisi lain pengalaman dapat membuat individu tidak bisa merdeka dan tidak mampu berpikir maju bahkan menimbulkan kerugian. Pengalaman buruk manusia dapat menjadikan individu tersebut tidak dapat lag melihat dan menilai sesuatu secara objektif, apalagi jika pengalaman atau budaya tersebut dimiliki secara kolektif, maka sebuah pemikiran akan berubah menjadi suatu paham.¹³²

d. Kepentingan

Sebuah prinsip yang dianut individu akan melahirkan kepentingan, dan kepentingan akan menentukan prioritas tindakan. Individu yang bijak akan mengambil keputusan dengan menimbang semua aspek sebagai suatu kesatuan tauhid atau berdasarkan prinsip keesaan.¹³³

e. Sudut Pandang

Sudut pandang menentukan keputusan yang akan diambil oleh individu. Sudut pandang yang baik akan menghasilkan keputusan yang

¹³¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 86.

¹³² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 87

¹³³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 91.

bijaksana yang berhasil memperhatikan semua sisi. Sudut pandang bijak juga menghasilkan prinsip berpikir melingkar.¹³⁴

f. Perbandingan

Individu seringkali menilai segala sesuatu berdasarkan perbandingan pengalaman yang telah dialami sebelumnya serta bayangan yang telah dibuat sendiri dalam pikirannya. Paradigma penilaian dalam pikiran manusia begitu mudah berubah hanya dalam hitungan sepersekian detik saja.

g. Literatur

Manusia sering kali terjebak dalam literatur yang ia baca. Bahkan terkadang literatur yang salah menjadi sebuah mazhab yang melahirkan pengikut fanatik. Literatur adalah sebuah bentuk pencarian manusia, mencari nilai-nilai kebenaran. Sebaik-baik literatur adalah al-Quran dan Sunnah Rasulullah. Pencarian kebenaran manusia pada akhirnya akan mencapai suatu titik kebenaran sesungguhnya (Al-Quran dan Sunnah) walaupun serentetan ujian akan selalu mengasahnya menuju kehakikian sumber kebenaran.¹³⁵

Dari ketujuh belenggu di atas, yaitu prasangka, prinsip, pengalaman, prioritas dan kepentingan, sudut pandang, perbandingan serta literatur merupakan hal yang sangat mempengaruhi cara berpikir seseorang, oleh karena itu, kemampuan untuk melihat sesuatu secara jernih dan objektif harus didahului oleh

¹³⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 96.

¹³⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 103.

kemampuan mengenali faktor-faktor yang mempengaruhinya. Caranya adalah dengan mengembalikan manusia pada fitrah hatinya atau pada God Spotnya. Sehingga manusia akan mampu melihat dengan mata hatinya, mampu memilih dengan tepat, memprioritaskan dengan benar.

Dari uraian di atas maka dapat penulis simpulkan langkah pengenalan hama dan pembersihan *God Spot* itulah yang disebut *zero mind process* atau pembentukan hati dan pikiran yang jernih dan suci. Individu akan siap menghadapi tantangan karena mampu bersikap positif dan tanggap terhadap peluang serta pemikiran baru tanpa dipengaruhi pemikiran yang membelenggu. Merdeka dalam berpikir akan melahirkan pribadi yang kreatif, berwawasan luas, terbuka dan fleksibel, mampu berpikir jernih dan *God Spot* yang kembali terbuka.

Zero mind process adalah landasan awal dalam memahami kecerdasan emosional dan spiritual, yang memiliki makna dibutuhkan kejernihan hati sebelum mencari dan mencapai kebenaran. Tentunya kebenaran yang sesuai dengan kehendak Tuhan yang maha Esa.

2. *Mental Building* (Membangun Mental)

Pada tahap *zero mind process* individu kenalkan atas belenggu yang mampu menguasai pikiran. Pada tahap membangun mental, individu dimulai dengan membangun kecerdasan emosi berdasarkan enam prinsip yang didasari oleh rukun iman. Yaitu membangun prinsip bintang, prinsip malaikat, prinsip kepemimpinan, pembelajaran dan masa depan sehingga muncul prinsip

keteraturan dan tercipta suatu sistem mental kecerdasan emosional dan spiritual dalam satu kesatuan tauhid.¹³⁶

Menurut analisis penulis mental building yang dimaksud Ary Ginanjar adalah teknik pembangunan mental yang dilakukan melalui pengaplikasian dan pemaksanaan secara luas mengenai rukun iman. Sehingga rukun iman menjadi landasan dalam membangun mental menuju kematangan kecerdasan emosional dan spiritual.

a. *Star Principle* (Prinsip Bintang)

1) Bijaksana

Kebijaksanaan mulia adalah ketika individu mengambil keputusan yang dilandasi oleh dan karena Allah SWT. Dari landasan tersebut maka akan ditemukan kepercayaan diri dalam mengambil keputusan. Keterbukaan berpikir merupakan hal esensial dalam mengambil keputusan. Sebuah proses dinamis dimana individu mengambil atau memilih diantara berbagai alternatif. Keterbukaan berpikir dimana didalamnya terdapat proses memilah dan ini adalah cerminan sifat bijaksana atau spiritual wisdom dari-Nya. Kebijaksanaan dibutuhkan

¹³⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 119.

dalam mengambil keputusan untuk menghindari kegagalan dan kehancuran dari kesalahan pengambilan keputusan.¹³⁷

2) Integritas

Integritas ditandai dengan individu yang mampu membuktikan konsistensi perjuangan dalam suatu tugas. Individu yang memiliki integritas tinggi akan bekerja bersungguh-sungguh layaknya ia sedang mengerjakan suatu tugas suci dan sepenuhnya mengerjakannya dengan hati serta dengan semangat yang berapi-api untuk menuntaskan pekerjaannya. Individu berintegritas didorong oleh kebutuhan untuk meraih prestasi selalu mencari jalan untuk menemukan suksesnya. Tidak dibatasi dengan kesenangan sesaat seperti uang.¹³⁸

3) Rasa Aman

Rasa aman diperoleh ketika individu berprinsip pada sesuatu yang abadi. Seperti diungkapkan Stephen R Covey dalam buku Ary Ginanjar Agustian, Rasa aman kita berasal dari ilmu pengetahuan, bahwa prinsip itu berbeda dengan pusat-pusat lainnya yang didasari kepada orang atau sesuatu yang selalu dan seketika dapat berubah-ubah, namun prinsip yang benar tidaklah berubah-ubah. Kita dapat memegang prinsip tersebut. Prinsip tidak bereaksi pada apapun. Prinsip itu kekal, tidak peduli apapun

¹³⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 122.

¹³⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 126.

yang terjadi meskipun dalam kondisi apapun. Rasa aman yang abadi dalam diri individu adalah *La Ilaha Illallaah*.¹³⁹

4) Situasi Terus Berubah

Situasi akan terus berubah, namun dengan berpegang kepada Allah SWT. Sesungguhnya dapat menimbulkan rasa aman dan tenang. Rasa aman dan tenang itu sebenarnya akan menjernihkan pikiran, dan pikiran yang jernih akan mampu mengambil inisiatif-inisiatif yang sangat penting dan berharga sekaligus memberikan kesiapan mental untuk menghadapi perubahan-perubahan yang pasti akan terjadi.¹⁴⁰

5) Kepercayaan Diri

Pusat kepercayaan diri individu adalah Tuhan. Karena kepercayaan diri yang timbul dari prinsip yang Esa dan mengenali bahwa manusia adalah makhluk yang sama kedudukan dihadapan Tuhan, kebesaran dan keagungan adalah milik Allah SWT. Dengan begitu sebuah kepercayaan diri dalam diri akan muncul. Dengan begitu muslim yang memahami makna Tauhid, akan sangat bangga dan percaya diri menjadi islam sebagai agamanya.¹⁴¹

¹³⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 129.

¹⁴⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 130.

¹⁴¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 131.

6) Intuisi

Intuisi seringkali disebut sebagai suara hati. Suara hati sering kali membisikan dan membimbing apa yang dirasa benar dan apa yang dirasa salah di masa sekarang dimana akhirnya benar-benar terbukti di masa yang akan datang.¹⁴²

7) Sumber Motivasi

Dalam memotivasi diri, individu dapat melihat latarbelakang penciptaan manusia sebagai sumber. Dimana Allah SWT menciptakan manusia dengan sempurna, dan menjadikan manusia sebagai wakil Tuhan didunia serta menjadikan manusia sebagai makhluk yang mulia. Dalam diri manusia Allah berikan sifat yang ingin selalu indah dan ingin selalu mulia. Inilah hakikat jiwa yang diberikan kepada manusia, yang menjadi modal dasar keberhasilan, maka penggunaan energi tersebut dengan tepat adalah cara bersyukur yang bijak.¹⁴³

Sebagai wakil Allah SWT di muka bumi maka diharapkan manusia dapat bercita-cita besar dan berpikir maju serta merdeka. Manusia tidak diciptakan untuk kalah namun memberikan kemajuan serta kesejahteraan

¹⁴² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 134.

¹⁴³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 134.

dibumi dan menjadikan Allah sebagai tempat mengadu paling dekat, sedekat urat nadi manusia bahkan lebih.¹⁴⁴

b. *Angel Principel* (Prinsip Malaikat)

1) Keteladanan Malaikat

Malaikat adalah makhluk mulia, mereka sangat dipercaya oleh Tuhan untuk menjalankan segala perintah-Nya. Malaikat melakukan tugas dengan sebaik-baiknya. Seberat apapun perintah Allah SWT mereka akan melaksanakan dengan sepenuh hati. Prinsipnya tunggal yaitu hanya mengabdikan kepada Allah SWT. Memiliki kesetiaan tiada tara, menyelesaikan pekerjaan tanpa mengenal lelah, tidak memiliki kepentingan lain selain menyelesaikan pekerjaan dari Allah SWT hingga selesai. Inilah contoh integritas tiada tara yang menghasilkan kepercayaan yang maha tinggi dan abadi. Inilah sifat malaikat yang harus diteladani manusia.¹⁴⁵

2) Kebiasaan Memberi dan Mengawali

Dengan mengucapkan *bismillah*, setiap akan melakukan pekerjaan, berarti kita tidak akan melakukan sesuatu yang merugikan orang lain, karena efektivitas *basmallah* sendiri adalah suatu investasi kepercayaan, karena merupakan prinsip yang mendahulukan memberi bukan menunggu

¹⁴⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 134.

¹⁴⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 139.

ataupun meminta. Selain itu investasi kepercayaan yang dapat dilakukan individu seperti memberi penghargaan kepada orang lain, memberi perhatian tulus kepada orang lain, mau mendengar orang lain berbicara, membuat orang lain penting dihadapan kita, mau mengakui kesalahan dan berani meminta maaf, selalu mengucapkan terima kasih, berusaha mengerti perasaan orang lain, serta mengucapkan salam. Kepercayaan adalah awal yang penting untuk memulai suatu pekerjaan.¹⁴⁶

3) Komitmen

Komitmen adalah bentuk realisasi dari apa yang individu janjikan atau rancang sebelumnya. Menyatakan janji adalah hal yang mudah, namun menepati janji adalah langka emas yang mempengaruhi kepercayaan individu terhadap orang lain. Bahkan mengingkari dan menepati janji dapat mempengaruhi kredibilitas seseorang. Ketika berjanji, sesungguhnya individu menarik energi secara besar dalam suara hati individu yang dinamakan harapan. Lalu ketika energi tersebut tidak dikembalikan lagi pada tempatnya maka keseimbangan seseorang akan terganggu. Karena ketika ada aksi maka akan muncul reaksi.¹⁴⁷

4) Salam Komitmen dan Saling Percaya

¹⁴⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 143.

¹⁴⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 147.

Sinergi hati dapat dibangun dengan ucapan *bismillah*, namun apabila sinergi hati belum terbangun setidaknya empati yang merupakan landasan dari hubungan saling percaya sudah terbangun dan salam adalah seuntai kata yang bermakna janji persaudaraan, saling percaya dan saling membantu. Dengan demikian mengucapkan *bismillah* dan salam dapat memicu sinergi dan persaudaraan antara individu.¹⁴⁸

5) Kausalitas Upaya VS Hasil

Dalam dunia islam, hubungan kausalitas ini berhubungan dengan pencarian ridho Allah SWT. Hal ini didasari oleh masih banyaknya ilmu Allah yang belum diketahui. Kesadaran bahwa ada 99 suara hati yang bersumber dari Asmaul Husna akan menciptakan sebuah kesadaran baru bahwa manusia harus terus belajar dan berupaya untuk menyempurnakan ilmu pengetahuan. Selain untuk mencari ridho Allah SWT hal itu juga membuat hati lebih tenang dan tentram, tingkat kesadaran emosi juga akan stabil. Dalam dunia barat, hubungan kausalitas antara upaya dan hasil adalah hubungan antara dua garis lurus sejajar yaitu aksi min reaksi.¹⁴⁹

c. *Leadership Principle* (Prinsip Kepemimpinan)

1) Paradigma yang Keliru

¹⁴⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 148.

¹⁴⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 150

Selama ini banyak individu yang keliru mengenai makna kepemimpinan sebenarnya. Pada umumnya individu melihat pemimpin sebagai sebuah kedudukan atau sebuah posisi semata. Akibatnya banyak individu yang melakukan berbagai cara guna mendapatkan posisi tersebut. Hasilnya jadilah seorang pemimpin yang selalu menggunakan kekuasaannya untuk mengarahkan, memperlak, bahkan menguasai orang lain untuk mengikutinya. Umumnya jenis kepemimpinan tersebut menekan, yang melahirkan pemimpin yang tidak dicintai, tidak disegani, tidak ditaati bahkan dibenci. Ketika yang berperan dalam kepemimpinan hanyalah otak tanpa hati, maka hanya akan menumbuhkan anarkisme dan keganasan hewaniah, karena pemimpin yang melanggar dari garis Allah SWT.¹⁵⁰

2) Semua Orang Adalah Pemimpin

Ribuan orang berlomba-lomba menjadi pemimpin, tanpa ia sadari manusia adalah pemimpin di muka bumi, bahkan untuk kepemimpinan paling sederhana, manusia adalah pemimpin bagi dirinya sendiri. Ketidaksadaran inilah yang mengakibatkan individu tidak ingin

¹⁵⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 154

mengembangkan ilmu kepemimpinan, padahal dengan jelas Allah SWT katakana bahwa manusia adalah khalifah dimuka bumi.¹⁵¹

3) Pemimpin Adalah Pengaruh

Sebagai seorang pemimpin, tanpa disadari setiap perbuatan akan menimbulkan pengaruh, seperti kata yang terucap, setiap langka yang dibuat dan gerak gerak pemimpin akan menimbulkan pengaruh kepada orang lain. Tipikal kepemimpinan seseorang dan gaya kepemimpinannya semuanya tergantung pada prinsip yang dianutnya. Biasanya individu yang memiliki prinsip yang kuat dan teguh, akan menjadi pemimpin yang besar dan pengaruhnya yang kuat. Individu yang memiliki suara hati dan prinsip yang benarlah yang akan membuat individu menjadi pemimpin sejati.¹⁵²

4) Tangga Kepemimpinan

Ary Ginanjar Agustian merumuskan tangga kepemimpinan menjadi lima tangga kepemimpinan. Setiap anak tangga merupakan prasyarat utama. Masing-masing tangga harus dilewati dengan benar, tidak boleh ada satu anak tangga pun yang terlewati, atau diloncati. Dengan melalui lima anak tangga diatas maka diharapkan semua permasalahan dapat diatasi. Selain itu urutan tangga kepemimpinan mampu menghasilkan

¹⁵¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 155.

¹⁵² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 156.

seorang pemimpin yang tidak hanya dicintai, dipercaya, atau diikuti. namun juga membimbing sesuai dengan suara hati. Ia juga akan memiliki pengaruh besar yang sangat kuat dalam jangka Panjang.¹⁵³

Tangga kepemimpinan tersebut terbagi menjadi lima tingkatan antara lain tingkat satu yaitu pemimpin yang dicintai, tingkat dua yaitu pemimpin yang dipercaya, tingkat tiga yaitu pemimpin yang membimbing, tingkat empat yaitu pemimpin yang berkepribadian dan tingkat lima yaitu pemimpin yang abadi. Pemimpin dikatakan abadi ketika cara memimpinnya sangat sesuai dengan hati nurani, bisa diterima akal sehat ataupun logika, inilah sebabnya keabadian pengaruh dari seorang pemimpin.¹⁵⁴

d. *Learning Principle* (Prinsip Pembelajaran)

1) Bacalah

Ilmu pengetahuan adalah ketentuan Tuhan atau ketetapan milik tuhan yang dapat dilihat dan dibaca manusia sebagai upaya mencari ilmu pengetahuan. Proses mencari ilmu pengetahuan tidak luput dari dorongan suara hati manusia untuk selalu ingin mengetahui berbagai hal. Demikian ini adalah dorongan dari sifat Allah SWT yang maha ilmu. Yaitu dorongan suara hati untuk terus belajar yang bersemayam dalam setiap jiwa

¹⁵³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 157.

¹⁵⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 158.

manusia. Salah satu tokoh yang dapat membaca ketetapan Allah SWT adalah Albert Einstein, ia mampu melakukan *Iqra* terhadap ketetapan alam ciptaan Allah SWT yang maha ilmu.¹⁵⁵

2) Mencari Kebenaran

Dalam mencari kebenaran, dapat kita lihat dari yang dilakukan nabi Muhammad SAW. Nabi Muhammad melakukannya dengan mengasingkan diri dan bertekun dalam gua Hira. Muhammad ingin melihat kebenaran itu dan melihat hidup secara keseluruhan dengan cara merenung. Dengan merenung individu akan bertambah matang dalam berpikir.

3) Perintah Membaca

Perintah untuk “membaca” adalah perintah langsung yang diturunkan oleh Allah. Membaca adalah awal mula perintah untuk mengenal dan berpikir tentang eksistensi diri serta Tuhan sebagai pencipta. Dari hasil membaca manusia atas ketetapan Tuhan lahirlah *science* sebagai ilmu pengetahuan. Apabila *science* itu dilanjutkan, maka akan diketahui hukum alam atau ketetapan Tuhan, maka jika diteruskan

¹⁵⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 179.

kembali maka akan terlihat adalah sifat Tuhan atau terangkum dalam Asmaul Husna.¹⁵⁶

4) Berpikirlah Kritis

Manusia tidak hanya diminta Tuhan untuk membaca, namun juga senantiasa untuk berpikir setelah membaca suatu hal dan setelah membaca manusia diminta lagi untuk merenung kembali serta menyadari bahwa semua itu adalah bagian dari ketetapan Tuhan, bukan semata-mata terpisah sebagai ilmu pengetahuan. Namun ketika membaca individu harus memiliki prinsip yang kuat untuk dipegang sebagai landasan pertama sebelum membaca realitas yang ada. Landasan tersebut adalah Al-Quran, artinya bahwa segala sesuatu atau kebenaran seluruhnya adalah milik Allah. Suatu bacaan dapat menimbulkan pengaruh yang sangat kuat pada diri individu. Allah selalu mengajak manusia untuk berpikir, melatih fungsi otak dan hati individu. Keutamaan dari berpikir juga individu mampu menyelamatkan dirinya dan juga sesamanya dari lembah kehancuran. Individu juga mampu mendorong manusia pada kemajuan peradaban.¹⁵⁷

5) Evaluasi dan Sempurnakan

¹⁵⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 182.

¹⁵⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 182.

Setelah mampu menyerap dan menguasai ilmu pengetahuan, maka diharapkan melakukan evaluasi dan penyempurnaan, lalu mengaplikasikan hasilnya pada kehidupan sehari-hari. Perlu juga diketahui bahwa Allah meninggikan derajat bagi kaum yang senantiasa berpikir.¹⁵⁸

6) Pengaruh Materi Bacaan

Setiap bacaan tentang kejadian, perkataan, perbuatan, dan sikap orang lain seringkali membekas dalam diri kita, baik sengaja ataupun tidak sengaja. Begitu banyak diluar sana paham, teori, dan paradigma yang ditawarkan oleh orang-orang pintar lewat buku-buku. Terkadang ucapan atau pemikiran mereka begitu mempengaruhi alam bawah sadar individu. Namun sumber rujukan yang paling baik adalah Allah SWT. Sebagai sumber ilmu pengetahuan. Mengetahui rujukan yang baik adalah agar individu tidak tergiring pada sebuah mata rantai pemikiran yang terputus.¹⁵⁹

7) Beberapa Mukjizat Al-Quran

Al-Quran seringkali diturunkan secara spontan, guna menjawab permasalahan atau mengomentari suatu peristiwa kala itu, setelah Al-Quran diturunkan secara keseluruhan, kemudian dilakukan analisa serta perhitungan terhadap catatan redaksinya dan daripadanya seringkali

¹⁵⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 185.

¹⁵⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 186.

ditemukan hal yang menakjubkan seperti ditemukannya adanya keseimbangan yang sangat serasi antara kata-kata yang digunakan dan hanya Allah SWT yang mampu membuat kitab yang diturunkan kurang lebih selama 22 tahun, Dzat yang maha tinggi ilmunya.¹⁶⁰

8) Al-Quran Sebagai Pedoman Puncak

Ketika seseorang berpegang pada prinsip-prinsip yang salah dengan pemikiran yang tidak jernih, maka akan menimbulkan tindakan yang salah pula, yang pada akhirnya menjerumuskan manusia pada jurang kehancuran dan kegagalan. semuanya dibahas dalam Al-Quran secara jelas.¹⁶¹ Al-Quran adalah pembimbing menuju kebahagiaan, memberikan prinsip dasar yang dapat dijadikan pegangan untuk mencapai keberhasilan dan kesejahteraan baik lahir maupun batin. Al-Quran juga memberikan peneguhan agar manusia memiliki kepercayaan diri yang sejati dan mampu memberikan motivasi yang kuat dan prinsip yang teguh.¹⁶²

9) Kekuatan dan Kesempurnaan Al-Fatihah

Al-Fatihah merupakan intisari Al-Quran, Al-Fatihah artinya pembuka yang sempurna bagi segala macam keberhasilan dan kebaikan.

¹⁶⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 189.

¹⁶¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 193.

¹⁶² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 194

Al-Fatihah juga merupakan penyembuh dari hati dan pikiran yang tidak sehat. Al-Fatihah adalah pedoman dasar bagi segala kecerdasan hati atau akhlak manusia. Al-Fatihah adalah pemelihara dari hati dan pikiran manusia, Al-Fatihah juga merupakan bekal yang maha penting untuk menggapai cita-cita dan harapan. Tidak hanya itu Al-Fatihah juga merupakan ucapan rasa syukur atas segala hasil dan pencapaian. Inilah dasar pijakan ESQ untuk mencerdaskan akhlak manusia dan yang terpenting Al-Fatihah merupakan perwujudan dari harapan atau permohonan yang dapat membantu individu untuk selalu teringat dan termotivasi oleh visi yang harus diraih.¹⁶³

e. *Vision Principle* (Prinsip Masa Depan)

1) Siapkan Pondasinya

Pada prinsip lima, langkah pembangunan visi dimulai. Setiap tahapan pembentukan visi sangat bergantung pada kualitas kecerdasan hati seseorang, yang sejatinya telah dipersiapkan pada tahapan prinsip sebelumnya sebagai pondasi. Visi akan sulit dibangun apabila pada tahapan awal yang dianut telah salah sejak awal. Setiap prinsip dilakukan secara bertahap dan memiliki proses masing-masing, dan memiliki potensi kegagalan masing-masing. Perlu juga dipahami bahwa kegagalan adalah

¹⁶³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 196.

proses sebab-akibat yang harus kita jadikan cerminan untuk melakukan evaluasi.¹⁶⁴

2) Orientasi Jangka Pendek

Visi dan keyakinan diri adalah hal utama ketika akan melakukan sesuatu, tujuan hidup yang jelas juga merupakan komponen penting untuk menggerakkan suara hati. Suara hati merupakan energi dan karunia dari Allah SWT yang dapat dipergunakan sebagai peta dalam melakukan atau mencapai sesuatu.¹⁶⁵

3) Orientasi Tujuan dan Optimalisasi Upaya

Visi tidak hanya berlaku untuk hal-hal yang berkaitan dengan harapan atau cita-cita jangka panjang, tetapi juga untuk hal-hal yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari. Kebanyakan individu hanya berorientasi pada aktivitas menyelesaikan pekerjaan, bukan pada tujuan akhir pekerjaan. Sehingga mendapatkan hasil yang kurang efektif. Untuk menuju tujuan akhir, tidak hanya pemikiran saja namun juga dengan hati. Agar terjadi pembangunan karakter dari dalam. Apabila seseorang telah memiliki tujuan akhir dan keyakinan dalam benaknya, maka seribu jalan

¹⁶⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 204.

¹⁶⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 205.

akan tercipta untuk mencapainya. Inilah sikap yang berorientasi pada tujuan.¹⁶⁶

4) Orientasi Jangka Menengah

Ary Ginanjar Agustian mengemukakan bahwa keberhasilan didunia, barulah keberhasilan jangka menengah. Karena kenyataannya banyak orang-orang sukses yang justru merasa belum menemukan apa yang ia cari. Dalam artian, bisa jadi apa yang kita banggakan, kemansyuran prestasi, uang, dan hal-hal lain yang kita perjuangkan bukanlah bagian dari dinding yang tepat untuk dijadikan sandaran. Namun ada kehidupan yang sejati yang harus dipersiapkan setelahnya.¹⁶⁷

5) Orientasi Jangka Panjang, Kendali Sosial dan Ketenangan Batiniah

Kesadaran akan hari kemudian yang mendorong manusia untuk terus berbuat dan berjuang dengan sebaik-baiknya dimuka bumi hingga akhir hayat tanpa perlu memiliki batasan dan merasa tidak berkembang lagi. Kesadaran akan hari kemudian adalah pusat dari segala integritas sekaligus pemenuhan akan dahaga batiniah. Sebuah kesadaran bahwa segala tindakan yang dilakukan saat ini, hasilnya kelak dirancang untuk tidak berhenti hingga di dunia saja, namun hingga hari keadilan kelak.

¹⁶⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 210.

¹⁶⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 212

Kesadaran akan adanya kehidupan setelah mati adalah alat kendali dan pengawasan yang bersumber dari dalam, yang akan memberikan sistem pengawasan melekat yang mandiri, agar manusia selalu berada di jalan terbaiknya, dan terhindar dari kesalahan yang dibuatnya.¹⁶⁸

6) Jaminan Masa Depan

Tahap kehidupan diciptakan dalam tiga tahap, tahap pertama adalah alam dzuriah, sebelum anda diciptakan, sebelum individu diciptakan namun masih mampu mengenali masa ini melalui pemahaman tentang suara hati. Tahap kedua, ketika manusia telah dilahirkan dimuka bumi, tugasnya adalah untuk menyejahterakan bumi bermodalkan suara hati yang serba agung, kecerdasan otak serta panca indra dari-Nya. Kemudian Allah menyerahkan bumi untuk dikelola manusia dengan bermodalkan buku petunjuk yaitu Al-Quran. Tahap ketiga yaitu ketika fisik manusia sudah tidak berfungsi lagi, secara otomatis ia akan kembali pada alam pertama dan bertugas mempertanggung jawabkan tugas dan kepercayaan yang telah dipikulnya semasa di muka bumi.¹⁶⁹

7) Tiada Keraguan

Gunakan metode historis untuk membuat masa depan, selayaknya ketika memproyeksi rencana kerja, berbagai data masa lalu dikumpulkan

¹⁶⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 213.

¹⁶⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 215

dan dianalisa kebenarannya, kemudian diproyeksikan kembali. Bekerja dengan senantiasa menelaah kebersesuaiannya dengan Al-Quran, kemungkinan hasil yang didapatkan akan maksimal. Karena Al-Quran adalah sumber kebenaran dari Allah yang maha mengetahui.¹⁷⁰

f. *Well Organized Principle* (Prinsip Keteraturan)

1) Mulailah Dengan Tujuan

Visi dan kepemimpinan adalah auto-pilot dalam mencapai tujuan. Mulailah pekerjaan dengan sebuah tujuan atau visi. Visi seorang muslim harus jelas dan transparan. Sebab itu, setiap pribadi muslim diwajibkan membuat rumusan akan dirinya, melakukan analisa serta hitungan untuk memastikan apakah dirinya selalu berada dijalur yang benar sebagai *rahmatan lil alamin*. Memulai dengan tujuan dan visi adalah sebuah langkah awal dari prinsip keteraturan.¹⁷¹

2) Semua Melalui Proses

Banyak pemahaman bahwa keberhasilan dan kegagalan seseorang adalah takdir Tuhan. Namun kegagalan dan keberhasilan adalah hasil, yang sebelumnya ada proses yang harus dilewati, dimana setiap proses yang dijalani memiliki ketentuan takdirnya sendiri-sendiri, dimana

¹⁷⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 216.

¹⁷¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 221.

individu berhak untuk memilih setiap langkah atau beberapa pemikiran untuk menghadapinya.¹⁷²

3) Bebaskan Belenggu

Seringkali individu tidak mau mengevaluasi pemikiran dan tindakannya, karena merasa paling suci dan benar, ini adalah termasuk belenggu pikiran. Kesadaran diri bahwa hanya Allah-lah yang paling sempurna, akan membuat manusia selalu merasa dirinya bagai gelas kosong, yang siap diisi dengan ilmu pengetahuan yang baru, sehingga siap untuk melakukan langkah-langka penyempurnaan.¹⁷³

4) Kepastian Hukum Alam

Masalah takdir tidak sesederhana yang diperkirakan manusia, individu seringkali terpengaruh dengan literatur-literatur yang tidak berorientasi pada kebenaran Al-Quran yang secara nyata sudah menjelaskan dengan jelas. Menurut Ary Ginanjar, ilmu sosial yang membahas mengenai tingkah laku manusia dan gejala-gejala sosial yang ditimbulkan, sebenarnya didalam Al-Quran Allah telah mengatur solusi bagi gejala sosial tersebut dan formula-formulanya. Dengan demikian,

¹⁷² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 224.

¹⁷³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 225

manusia memiliki kepastian masa depan dengan ketetapan-ketetapan sosial yang telah dirancang oleh Allah SWT melalui Al-Quran.¹⁷⁴

5) Sistem Sinergi Allah

Tugas manusia di bumi adalah menjadi khalifah Allah, dan Allah menjadikan bumi ini dengan teratur sesuai dengan ketetapan-Nya, agar manusia diberikan kemudahan dalam mengelolah dan memelihara bumi. Setiap manusia dikaruniakan Allah Ruh, dan Allah menurunkan Al-Quran sebagai petunjuk bagi manusia melalui Rasulullah sebagai panutan manusia. Tak hanya itu, manusia juga diberikan kebebasan dalam berpikir, sehingga leluasa menentukan arahnya sendiri.¹⁷⁵

6) Teladani Sistem Manajemen Alam Semesta

Sebuah perusahaan yang berhasil, selain memiliki visi dan misi yang jelas, juga memiliki manajemen yang baik. Semua organisasi didalamnya harus menyadari bahwa ada keterkaitan antara satu dengan yang lain. Ada peraturan dan standar yang baku untuk menjaga keteraturan. Namun semua aturan harus mengacu pada tujuan yang sama, sehingga semuanya saling terkait dan saling tergantung dalam satu kesatuan visi dan misi. Untuk menegakan aturan, maka harus ada sanksi

¹⁷⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 227.

¹⁷⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 229.

yang dibuat, sebagai ancaman bagi yang melanggar peraturan dan keteraturan manajemen.¹⁷⁶

7) Memelihara Sistem

Dalam memelihara sistem, maka dibutuhkan ketegasan dari pelakunya. Bahkan jika perlu memberikan konsekuensi yang terberat dari pelanggaran yang dilakukan. Karena sebuah manajemen yang memiliki sistem akan terganggu apabila ada keteraturan yang dilanggar, oleh karena itu tindakan tegas adalah upaya pemeliharaan sistem yang baik.¹⁷⁷

8) Jangan Melanggar Suara Hati

Mengabaikan keseimbangan hukum ketetapan Tuhan, hanya akan menghasilkan kegagalan dan kehancuran. Setiap individu pasti memiliki suara hati yang bertugas sebagai alarm ketika individu melanggar suara hatinya. Namun individu seringkali mengabaikan suara hatinya untuk perbuatan yang ia lakukan. Padahal suara hati adalah yang paling jujur untuk mengatakan yang sebenarnya, karena suara hati adalah cerminan sifat Tuhan yang maha benar.¹⁷⁸

3. *Personal Strength* (Ketangguhan Pribadi)

¹⁷⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 231.

¹⁷⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 234.

¹⁷⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 238.

Ketangguhan pribadi adalah ketika seseorang telah memiliki pegangan/prinsip hidup yang kokoh dan jelas, memiliki prinsip hidup yang kuat sehingga tidak mudah terpengaruh oleh lingkungannya yang cepat berubah. Prinsip hidupnya bersifat abadi dalam keadaan apapun. Seseorang yang memiliki prinsip yang kuat akan mampu mengambil tindakan secara bijaksana dengan menyelaraskan prinsip hidupnya dengan lingkungannya, memiliki prinsip dari dalam dan mampu mengendalikan pikirannya dalam keadaan apapun.¹⁷⁹

a. *Mission Statement* (Penetapan Misi)

1) Kekuatan Sebuah Misi

Misi memiliki kekuatan begitu kuat, ia memberikan dorongan dan kekuatan pada individu yang memilikinya. Bahkan *mission statement* dapat menjadi faktor kebangkitan bangsa-bangsa yang besar pada zaman dahulu, karena *mission statement* memberikan motivasi bagi mereka, dan menjadi sumber kekuatan mereka, yaitu penetapan syahadat, terlepas dari benar atau tidaknya syahadat mereka, waktu yang akan membuktikan kekuatan serta kebenaran dari syahadat itu,

¹⁷⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 251.

inilah penetapan misi yang sesungguhnya yang mampu mendorong sebuah pergerakan.¹⁸⁰

2) Membangun Misi Kehidupan

Sering kali ditemui dewasa ini, penetapan misi hanya menggunakan logika saja, dan seringkali mengabaikan suara hati spiritual. Akibatnya, terjadi doktrin yang menghasilkan langka tidak manusiawi. Sejatinya misi itu, tidak hanya terpaku pada aspek kognitif saja, namun juga memberikan koridor lainnya yang sejalan dengan suara hati serta fitrah manusia. Seperti dijelaskan sebelumnya bahwa suara hati manusia adalah berasal dari sifat-sifat Allah SWT yang ditiupkan dalam jiwa setiap manusia. Ia bersifat universal dan dapat dijadikan sebagai petunjuk.¹⁸¹

3) Membulatkan Tekad

Kalimat syahadat adalah cerminan dari enam prinsip rukun iman. Syahadat merupakan sebuah kekuatan visi, yaitu memulai dengan tujuan akhir, dan membulatkan tekad diri. Individu dituntut untuk memiliki misi masa depan sebelum melangkah. Individu juga harus memiliki sebuah visi yang jelas dalam dirinya serta meneguhkan

¹⁸⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 260.

¹⁸¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 261.

hati untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dengan penuh keyakinan dan optimis.¹⁸²

4) Membangun Visi

Setiap individu memiliki impian dalam hatinya yang dapat mengorbankan api semangat yang tak dapat dipadamkan oleh orang lain. Penetapan misi dua kalimat syahadat merupakan suatu pembangun wawasan dan persepsi tentang tujuan akhir atau visi. Dengan syahadat adalah pembangunan visi menuju Allah yang maha tinggi.¹⁸³

5) Menciptakan Wawasan

Pemahaman dan wawasan dalam diri seseorang dapat menimbulkan sikap yang lebih yakin terhadap apa yang ia lakukan. Pemahaman dan wawasan seseorang mengenai suatu hal, akan membantu individu dalam mendapatkan manfaat dari apa yang ia lakukan.¹⁸⁴

¹⁸² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 262.

¹⁸³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 265.

¹⁸⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 267.

6) Tranformasi Nilai

Transformasi nilai dapat diperoleh oleh individu ketika individu memahami suatu. Seperti ucapan dua kalimat syahadat yang dapat membuat individu memahami sifat-sifat Allah dan teladan akhlak Rasulullah dari kata yang diucapkan yaitu syahadat.¹⁸⁵

7) Komitmen Total

Komitmen total kepada Allah SWT berupa berucap janji kalimat syahadat, secara umum merupakan pernyataan pengakuan resmi atas keseluruhan prinsip dan pembangunan mental yang berdasarkan atas rukun iman. Bersyahadat kepada Allah artinya berjanji untuk mengabdikan hidup hanya kepada Allah. Adapun perintah mentaati serta berpegang teguh kepada rukun iman, merupakan perintah langsung dari Allah. Artinya berikrar kepada Allah SWT melalui syahadat, artinya telah berkomitmen total untuk patuh dan taat kepada perintah Allah dan larangan Allah.¹⁸⁶

b. *Character Building* (Pembangunan Karakter)

1) Relaksasi

Relaksasi penting untuk mengembalikan kembali intuisi, seorang ahli psikolog barat berpendapat bahwa orang-orang yang baik

¹⁸⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 270.

¹⁸⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 271.

mampu mengatasi rasa tertekan mereka. Sering kali memiliki teknik pengelolaan stress yang siap digunakan kapanpun diperlukan, entah dilakukannya sambil mandi, sambil olahraga atau yoga atau meditasi. Dengan menggunakan metode relaksasi tersebut, bukan berarti kita tidak akan pernah merasa tertekan kembali, namun latihan relaksasi dapat membuat individu tidak mudah terprovokasi oleh suatu keadaan.

2) Membangun Kekuatan Afirmasi

Sholat merupakan suatu kekuatan afirmasi atau “penegasan” kembali yang dapat membantu seseorang untuk lebih menyelaraskan nilai-nilai keimanan dengan realitas kehidupan. Menurut Covey yang dikutip oleh Ary Ginanjar Agustian, afirmasi memiliki lima dasar yaitu pribadi, positif, masa kini, visual, dan emosi. Sholat merupakan metode dari afirmasi yang dilaksanakan secara berulang-ulang.¹⁸⁷

3) Meningkatkan Kecerdasan Emosi dan Spiritual

Kecerdasan emosi dan spiritual berasal dari suara hati. Sedangkan suara hati manusia ternyata cocok dengan nama-nama dan sifat-sifat Allah SWT yang terekam dalam setiap jiwa manusia, sifat tersebut antara lain dorongan ingin mulia, dongan ingin belajar, dorongan ingin bijaksana, dan dorongan-dorongan lainnya yang diberikan Allah dalam setiap jiwa manusia melalui Asmaul Husna.

¹⁸⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 279.

4) Membangun Pengalaman Positif

Lingkungan yang buruk dapat memberikan kontribusi pengalaman buruk pada individu. Sedikit banyaknya pengalaman yang didapatkan individu akan mempengaruhi serta menghadirkan paradigma dan nilai-nilai yang akan sangat mempengaruhi pola pikir bahkan karakter seseorang. Untuk dapat menyeimbangkan emosional individu maka dibutuhkan pengalaman positif sebagai penyalaras yang dapat menyeimbangkan kembali dampak lingkungan yang telah mempengaruhi hati serta pikiran individu

5) Pembangkitan dan Peyeimbangan Energi Batinhiah

Dengan melakukan sholat, seseorang akan memperoleh keseimbangan antara pemikiran dan alam nyata lewat mekanisme sholat. Karena sholat adalah tempat penampungan dari dorongan energi yang tinggi. Disamping sebagai sarana penyeimbang dan penyalaras hati dan pikiran. Pelaksanaan sholat juga merupakan mekanisme yang bisa menambah energi baru, yang terakumulasi menjadi kumpulan dorongan dahsyat untuk segera berkarya dan mengaplikasikan pemikiran kedalam realita. Energi ini akan berubah

menjadi perjuangan yang nyata dalam menjalankan misi sebagai *rahmatan lilalamin*.¹⁸⁸

6) Pengasahan Prinsip

Sholat adalah pelatihan menyeluruh untuk menjaga serta meningkatkan kualitas kejernihan emosi dan spiritual seseorang. Dalam sholat, makna tujuan hidup ini ditanam didalamnya. Sehingga terbangunlah kejelasan visi dan misi yang membuat manusia mantap dalam menjalani setiap aktivitas hidupnya. Dalam ESQ, islam menjawab pertanyaan tersebut melalui *character building* yang sangat efektif melalui sholat.¹⁸⁹

7) Pelatihan Ketangguhan Sosial

Bekerja dalam tim yang terkoordinasi entah itu tim kerja dalam perusahaan atau suku yang masih primitif, menuntut tingkat kecerdasan sosial yang tinggi, serta keterampilan membaca dan mengelolah hubungan. Orang yang kecerdasan sosialnya lebih tinggi merupakan orang yang paling banyak mempunyai keturunan yang mampu bertahan hidup. Jika mampu bersinergi, pemikiran kelompok akan menghasilkan sebuah pemikiran yang jauh lebih cerdas dan lebih

¹⁸⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 285.

¹⁸⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 286.

sempurna. Salah satu contoh sinergi yang baik yang ada melalui sholat berjamaah.

8) Adzan (Penularan Emosi)

Semua kemampuan emosi manusia sebetulnya sudah ada sejak zaman purba, individu saling mempengaruhi suasana hati. Mempengaruhi kondisi emosi orang lain supaya menjadi lebih baik atau lebih buruk merupakan tindakan alamiah. Kalimat dalam adzan merupakan kalimat-kalimat yang positif. Sehingga ketika adzan dikumandangkan dengan penuh penghayatan dan jiwa maka emosi positif tersebut dapat ditularkan kepada orang lain. Secara terus menerus yaitu lima kali dalam sehari semalam.¹⁹⁰

c. *Self Controlling* (Pengendalian Diri)

1) Meraih Kemerdekaan Sejati

Tujuan utama puasa yang sebenarnya adalah menahan diri dalam arti yang sangat luas. menahan diri dari belenggu ego duniawi yang tidak terkendali dan keluar dari batas atau nafsu batiniah yang tidak seimbang. Ketika terjadi ketidakseimbangan maka akan berakhir dengan kegagalan dan kehancuran. Dorongan keinginan atau nafsu fisik atau batin secara berlebihan akan menghasilkan sebuah rantai belenggu yang akan menutup *god spot* seseorang. *God spot* adalah

¹⁹⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 297.

kejernihan hati yang merupakan sumber dari suara *ilahiah* yang selalu memberikan bimbingan dan informasi yang penting untuk keberhasilan dan kemajuan seseorang. *God spot* yang tertutup oleh nafsu fisik dan batin yang tidak seimbang akan mengakibatkan seseorang menjadi buta hati.¹⁹¹

2) Memelihara *God Spot*

Puasa menjadi sarana melatih diri agar selalu memiliki kejernihan hati sekaligus pelatihan untuk menghentikan segala bentuk pengabdian selain kepada Allah SWT. Inilah bentuk pelatihan dahsyat dan sempurna metodenya langsung yang diperintahkan oleh Allah SWT. Puasa juga dapat melatih pengendalian emosi dan membangun sebuah kecerdasan emosi yang tangguh. Seperti diketahui tujuan puasa adalah pembebasan diri dari belenggu, menjaga dan memelihara fitrah dalam rangka memakmurkan bumi di jalan Allah SWT.¹⁹²

3) Mengendalikan Suasana Hati

Salah satu manfaat puasa adalah sebagai bentuk pelatihan untuk mengendalikan suasana hati. Suasana hati bisa sangat berkuasa atas wawasan, pikiran dan tindakan seseorang. Puasa adalah suatu pelatihan untuk menolak serta menyingkirkan pikiran negatif, agar

¹⁹¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 302.

¹⁹² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 304

bisa tetap berpikir jernih dan bertindak secara positif dan produktif. Puasa juga dapat dijadikan sebagai upaya melatih diri untuk mengendalikan ledakan emosi.¹⁹³

4) Meningkatkan Kecakapan Emosi Secara Fisiologis

Beberapa kerugian ketika tidak mampu mengendalikan emosi adalah individu akan berada di bawah kekuasaan impuls, agitasi dan emosionalitas, hal ini akan membuat kemampuan berpikir, bekerja dan kemampuan lainnya akan merosot.¹⁹⁴

5) Pengendalian Prinsip

Puasa tidak hanya berfungsi untuk mengendalikan hawa nafsu seperti makan dan minum atau hawa nafsu amarah saja, tetapi juga pengendalian pikiran dan hati juga agar tetap berada dalam keseimbangan.¹⁹⁵

4. *Social Strength* (Ketangguhan Sosial)

Dalam ketangguhan sosial maka yang akan dibahas adalah zakat dan haji. Zakat pada hakikatnya adalah upaya mengeluarkan potensi *God Spot* atau fitrah diri kearah kondisi nyata dalam bentuk aplikasi konkret suara hati.

¹⁹³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 305.

¹⁹⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 308.

¹⁹⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 309.

Prinsip zakat sendiri adalah mengeluarkan memberi kepada lingkungan sosial dalam rangka membentuk rangkaian sinergi yang kuat.¹⁹⁶

a. Keluarkan Potensi Spiritual (*Core Values*)

Zakat adalah sistem pendelegasian fitrah (*core values*) menjadi tindakan, seperti memberi perhatian dan penghargaan kepada orang lain, memahami perasaan orang lain, menepati janji kepada orang lain, bersikap toleran, mau mendengarkan pendapat orang lain, bersikap empati, menunjukkan integritas, menunjukkan sikap rahman dan rahim kepada orang lain, atau suka menolong orang. Semua harus dipahami dalam arti mengeluarkan suara hati menjadi aksi.

b. Pentingnya Sinergi (Jamaah)

Zakat adalah metode pembelajaran agar seseorang memiliki kesadaran diri sebagai salah satu bagian dari lingkungan sosial yang memiliki tugas untuk menjalankan misi Tuhan sebagai *rahmatan lil alamin*. Zakat juga mengajarkan manusia untuk selalu melakukan kolaborasi dengan lingkungannya, sehingga tugas manusia sebagai khalifah dimuka bumi dapat terlaksanakan dengan baik, ini dapat dilatih melalui sholat berjamaah. Zakat juga mengajarkan sikap untuk berkolaborasi dalam kehidupan, karena hasil kolaborasi lebih maksimal

¹⁹⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 329.

dibandingkan dengan hasil diri sendiri. Dengan zakat, adalah bentuk kolaborasi dalam kehidupan sosial.¹⁹⁷

c. *Total Action* (Aplikasi Total)

Haji merupakan suatu lambang dari puncak ketangguhan sosial. Haji merupakan sublimasi keseluruhan rukun iman. Haji merupakan langkah penyelarasan nyata antara suara hati dan aplikasi. Jelasnya, haji adalah suatu wujud keselarasan antara idealisme dan langkah, keselarasan antara iman dan Islam. Secara prinsip haji merupakan langkah yang berpusat kepada Allah yang Maha Esa, dimana segala tujuan tidak lagi berprinsip kepada yang lain. Prinsip ini akan menghasilkan ketangguhan jiwa yang luar biasa.

1) Langkah *Zero Mind Process* (Ihram)

Ihram melambangkan kebebasan dari belenggu-belenggu seperti, prasangka negatif, prinsip hidup selain Allah, kepentingan, sudut pandang subjektif, dan sebagainya. Semuanya adalah topeng penutup hati. Apabila seseorang telah menggunakan pakaian ihram, itu artinya telah merdeka, atau sudah memiliki kembali fitrahnya, yang

¹⁹⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 334.

mampu mendengarkan dengan jelas suara-suara hati yang Selama ini terbelenggu.¹⁹⁸

2) Kenali Diri, Evaluasi Dan Visualisasi (Wuquf)

Ketika tiba dipadang arafah semua jamaah haji melakukan wuquf. Wuquf yang artinya berhenti, berhenti secara fisik. Namun bergerak secara pikiran, yaitu pikiran yang bergerak ke dalam diri atau bergerak kearah fitrah. Manfaat wuquf yaitu berfungsi untuk melakukan *spiritual remaind* atau upaya mengingat kembali jati diri spiritual manusia sebagai abdi Allah dan evaluasi tentang makna kehidupan sebenarnya. Setelah melaksanakan wuquf, langkah selanjutnya adalah visualisasi. Evaluasi pada saat wuquf adalah pikiran bergerak mundur kebelakang. Membandingkan antara idealisme fitrah dengan pola pikir dan perilaku masa lalu, saat wuquf itulah kesenjangan-kesenjangan masa lalu diketahui.¹⁹⁹

Selanjutnya adalah visualisasi berpijak pada prinsip thawaf, akan membangun suatu visi yang hanya akan berpusat kepada Allah yang maha Esa. Kemudian visualisai yang berlandaskan kepada sa'i, akan membangun wawasan yang berlandaskan sikap mental dan fisik

¹⁹⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 361.

¹⁹⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 362.

yang tangguh, yaitu sikap mental yang tidak gampang menyerah dan sikap mental yang tidak mudah putus asa.²⁰⁰

3) Hadapi Tantangan (Lontar Jumrah)

Melontar jumrah di Mina adalah simbol dari perlawanan aktif terhadap musuh-musuh manusia. Musuh-musuh tersebut antara lain, musuh lahiriah, atau insting hewani. Seringkali manusia menggunakan musuh lahiriah untuk mempertahankan hidup. Musuh selanjutnya lebih berat dan lebih sulit untuk terdeteksi, karena seringkali kita sama sekali tidak merasa bersalah contohnya yaitu keinginan untuk berkuasa tanpa dibarengi suara hati untuk bersikap adil, bijaksana dan berpihak pada kepentingan orang banyak, dan musuh ketiga adalah yang paling erat dan paling sulit untuk disembuhkan yaitu dorongan untuk mengabdikan kepada Tuhan selain Allah dalam arti yang luas, berupa harta, jabatan, kehormatan dan lain sebagainya.²⁰¹

4) Mengasah Komitmen dan Integritas (Thawaf)

Tawaf merupakan suatu langkah fisik untuk bergerak mengelilingi ka'bah. Mengelilingi ka'bah melambangkan kegiatan manusia yang tiada henti. Berpusat pada ka'bah, melambangkan

²⁰⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 364.

²⁰¹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 367.

bahwa semua kegiatan hanya berprinsip kepada Allah semata, tiada yang lain. Inilah pusat prinsip manusia sesungguhnya.²⁰²

5) Mengasah AQ (*Adversity Quotient*) Melalui Sa'i

Sai melambangkan sebuah ketetapan hati, atau upaya tiada kenal lelah dan tidak kenal henti. AQ atau *Adversity quotient* adalah kecerdasan yang dimiliki seseorang dalam mengatasi kesulitan dan sanggup bertahan hidup, dengan AQ individu bagaikan diukur kemampuannya dalam mengatasi setiap persoalan hidup untuk tidak berputus asa.²⁰³

6) Sinergi (Jamaah Haji)

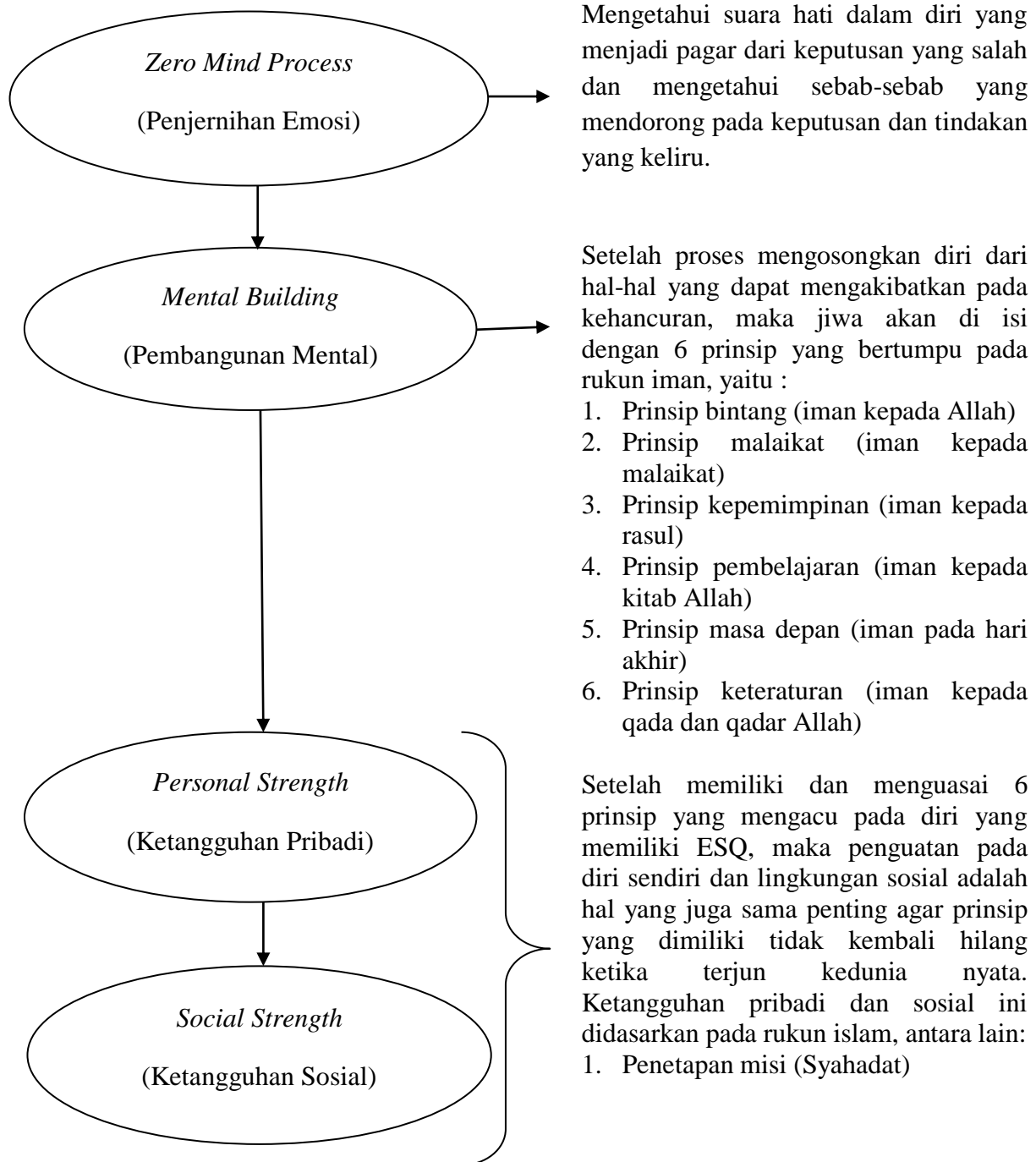
Pada saat melakukan haji, semua dilaksanakan secara bersama-sama, tidak satupun rukun haji yang dilakukan sendiri, haji melambangkan sinergi pada tingkat internasional. Haji merupakan puncak ibadah tertinggi dalam rukun islam. Artinya sinergipun merupakan puncak kegiatan tertinggi dalam kehidupan manusia. Haji adalah manifestasi sesungguhnya dari semua prinsip mental dan semua langkah islam yang digabung menjadi satu.

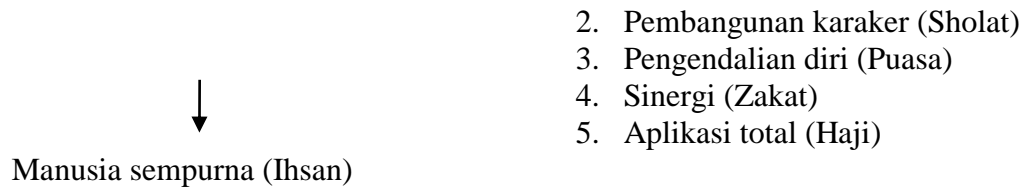
²⁰² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 369.

²⁰³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 373.

Dari langkah yang telah dirumuskan oleh Ary Ginanjar Agustian, maka dapat penulis merumuskan dalam konsep sebagai berikut:

Membangun ESQ





Kerangka berpikir diatas adalah langkah-langkah yang dapat diambil dalam membangun kecerdasan emosional dan spiritual yang telah dirumuskan oleh Ary Ginanjar Agustian, keempat langkah diatas adalah langkah yang berkelanjutan, dalam artian tidak dapat dilakukan dengan tanpa melalui langkah awal yaitu *Zero Mind Process*. Karena langkah pertama yaitu penjernihan emosi adalah titik awal pijakan seseorang ketika ingin mengembangkan kecerdasan emosional dan spiritual. Dalam penjernihan emosi, individu akan mengetahui sebab-sebab yang mengakibatkan individu mengambil keputusan yang salah dan langkah yang ceroboh, diungkapkan Ary Ginanjar sebagai belunggu dalam jiwa individu.²⁰⁴

Pada penjernihan emosi ini juga Ary Ginanjar Agustian juga mengharapkan timbulnya kesadaran spiritual pada diri individu, karena ketika individu mengenali berbagai belunggu yang dapat menutup suara hati, maka individu akan kembali menyadari bahwa ia memiliki hati yang universal atau satu (angguka universal).²⁰⁵ Selanjutnya individu dikenalkan dengan berbagai prinsip yang berpegang kepada rukun iman, yang dapat membangun kecerdasan

²⁰⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 119.

²⁰⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 119.

emosional (EQ), yaitu membangun prinsip bintang sebagai pegangan hidup, memiliki prinsip malaikat sehingga selalu dapat dipercaya oleh orang lain, memiliki prinsip kepemimpinan sehingga dapat menjadi pemimpin yang berpengaruh, prinsip ketiga ini berdasarkan kepada rukun iman yaitu beriman kepada para Rasul Allah. Selanjutnya individu dituntut untuk menyadari pentingnya prinsip pembelajaran yang akan mendorong kepada sebuah kemajuan, prinsip keempat ini bertumpu kepada keimanan pada kitab-kitab Allah dan prinsip kelima adalah berprinsip pada masa depan sehingga individu memiliki misi, ini berpegang kepada keimanan individu kepada hari akhir. Serta yang terakhir adalah prinsip keteraturan sehingga individu memiliki suatu sistem mental (EQ) dalam kesatuan tauhid. Prinsip ini didasarkan kepada keimanan pada *qada* dan *qadar* Allah SWT. Keenam prinsip ini adalah landasan yang kokoh untuk membangun kecerdasan emosional (EQ), dan ketika individu sudah menanamkan ini pada hidupnya maka dikatakan ia sudah memiliki prinsip.

Selanjutnya masuk kepada ketangguhan pribadi, karena seperti diketahui individu seringkali terpengaruh oleh lingkungan yang tidak kondusif, oleh sebab itu, untuk mempertahankan prinsip yang sudah dimiliki, maka individu memerlukan ketangguhan pribadi dan sosial. Agar individu dapat mengambil keputusan yang bijaksana dengan menyelaraskan prinsip yang dianut dan kondisi lingkungan yang dihadapi. Maka individu memerlukan pedoman dalam dimensi fisik atau eksekusi, pedoman yang dirumuskan oleh Ary Ginanjar Agustian adalah pedoman yang berpegang pada lima rukun iman. Pedoman tersebut antara

lain yaitu penetapan misi yang berpegang kepada dua kalimat syahadat sebagai tujuan hidup dan komitmen kepada Tuhan, selanjutnya ialah individu mesti memiliki sebuah metode pembangunan karakter melalui sholat lima waktu, selanjutnya individu memiliki metode pengendalian diri melalui puasa, dan potensi *God Spot* atau fitrah diri atau suara hati yang sudah ada dikeluarkan melalui zakat dan haji yang sesuai dengan suara hati manusia dengan tujuan membentuk rangkaian sinergi.

2. Relevansi Kecerdasan Emosional dan Spiritual (ESQ) Terhadap Pengentasan Masalah Dalam Konseling Individu

Konseling individu dimaksudkan sebagai pelayanan khusus dalam hubungan langsung tatap muka antara konselor dan klien. Dalam hubungan itu, masalah klien dicermati dan diupayakan pengentasannya, sedapat-dapatnya dengan kekuatan klien sendiri. Dalam kaitan itu, konseling dianggap sebagai upaya layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien.²⁰⁶

Seperti diketahui dalam bab sebelumnya bahwa konseling individu adalah proses pemberian bantuan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (klien) yang bermuara pada terentasnya suatu permasalahan yang dihadapi klien.²⁰⁷ Proses konseling individu sangat berpengaruh besar pada peningkatan klien karena pada

²⁰⁶ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hal. 288.

²⁰⁷ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 18.

konseling individu konselor berusaha meningkatkan sikap klien dengan cara berinteraksi selama waktu tertentu dengan cara bertatap muka secara langsung untuk menghasilkan peningkatan-peningkatan pada diri klien baik cara berpikir, perasaan, sikap dan perilaku.²⁰⁸

Proses melaksanakan konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut Brammer yang dikutip oleh Sofyan Willis dalam buku *Konseling Individu Teori dan Praktik*, proses konseling adalah peristiwa yang telah berlangsung dan memberikan makna bagi peserta konseling tersebut (konselor dan klien).²⁰⁹ Setiap tahapan proses konseling individu membutuhkan keterampilan-keterampilan dari konselor yang diterapkan. Keterampilan tersebut berupa teknik yang dikuasai oleh konselor yang membuat wawancara konseling berlangsung dengan baik.

Dalam menguasai teknik konselor membutuhkan kecerdasan, karena dalam menguasai teknik konseling individu konselor dituntut bukan hanya memiliki pemahaman mengenai teknik, namun juga penerapan teknik tersebut dengan tepat. Menurut hasil penelitian Hadley dan Stupp yang dikutip oleh Sofyan Willis dalam buku yang sama, penggunaan teknik yang salah oleh konselor dan kurang terampilnya konselor dalam menggunakan teknik-teknik

²⁰⁸ Hellen, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), hal. 84.

²⁰⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 50.

konseling serta kurang pengetahuan konselor mengenai teknik dapat merusak hubungan konseling dalam pelaksanaan konseling individu.²¹⁰

Kecerdasan emosional dan spiritual dapat membantu konselor dalam menguasai teknik konseling individu, karena teknik tidak hanya berhubungan mengenai wawancara konseling namun juga membutuhkan empati dan penerimaan terhadap klien yang keduanya menurut penulis dapat maksimal dimiliki dan diterapkan apabila konselor memiliki kecerdasan emosional dan spiritual.

a. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Melaksanakan Perilaku *Attending*

Perilaku *attending* disebut juga sebagai perilaku menghampiri klien yang mencakup komponen kontak mata, bahasa badan dan bahasa lisan. Perilaku *attending* yang baik merupakan gabungan dari ketiga komponen tersebut sehingga memudahkan klien terlibat dalam pembicaraan terbuka. *Attending* yang baik dapat meningkatkan harga diri klien, menciptakan suasana aman dan memudahkan ekspresi klien dengan bebas.²¹¹

Beberapa ciri-ciri perilaku *attending* yang baik antara lain seperti kepala melakukan anggukan sebagai tanda mendengarkan dengan baik dan penuh perhatian, memiliki ekspresi wajah tenang dan senyum serta perhatian, posisi tubuh agak condong kearah klien, jarak konselor dan klien

²¹⁰ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 144.

²¹¹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160.

agak dekat dan duduk akrab berhadapan dan berdampingan, tangan tidak kaku dalam artian bergerak secara spontan, menggunakan tangan sebagai isyarat, menggunakan gerakan tangan untuk menekankan ucapan, mendengarkan dengan aktif dan penuh perhatian, menunggu ucapan klien hingga selesai dan perhatian penuh kepada klien.²¹²

Dalam pelaksanaan *attending* konselor membutuhkan kecerdasan emosional dan spiritual karena dalam *attending* tidak hanya gerakan tubuh namun lebih dalam juga menggunakan empati. Seperti dijelaskan Zimmer yang dikutip oleh Sofyan Willis bahwa konselor yang menggunakan empati cenderung menggunakan *attending* dimana komponen-komponennya termasuk didalam empati (kontak mata, bahasa tubuh, dan bahasa lisan). Dengan kata lain, jika ingin memahami empati secara mendasar haruslah melalui perilaku *attending*.²¹³

Dalam kecerdasan emosional dan spiritual menurut Ary Ginanjar Empati dikatakan sebagai pendelegasian fitrah melalui zakat menjadi tindakan. Tindakan seperti memberi perhatian dan penghargaan kepada orang lain, memahami perasaan orang lain, bersikap toleran, mau mendengarkan orang lain dan menunjukkan sikap rahman dan rahim kepada orang lain. Semua itu dipahami sebagai mengeluarkan suara hati menjadi

²¹² Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 160.

²¹³ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 146.

aksi. Tindakan demikian akan menciptakan suatu hubungan interaksi dimana *investasi kepercayaan* akan tercipta dari kedua belah pihak.²¹⁴

Zakat sebagai pendelegasian fitrah menjadi tindakan juga akan mencairkan sekaligus menghapus prasangka negatif yang terjadi akibat perbedaan antara manusia, dan mengubahnya menjadi hubungan saling percaya dan *investasi komitmen* dua arah secara mendalam. Dari sini akan tercipta suatu hubungan kooperatif positif dan kondusif bagi terciptanya suatu sinergi.²¹⁵ Dalam hal ini dalam pelaksanaan konseling individu.

Pendapat lainnya Diungkapkan oleh Daniel Goleman yang dikutip oleh Hasnida dalam buku *Analisis Kebutuhan Anak Usia Dini*, bahwa kecerdasan emosional merujuk pada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelolah emosi dengan baik pada diri sendiri dan hubungan dengan orang lain.²¹⁶

Diungkapkan juga oleh Daniel Goleman yang dikutip oleh Andreas Hartono dalam buku *EQ Parenting* menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kecerdasan terkait dengan yang kita temui sehari-hari. individu berhubungan dengan interaksi setiap hari dengan orang lain

²¹⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 332.

²¹⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 119.

²¹⁶ Hasnida, *Analisis Kebutuhan Anak Usia Dini*, (Jakarta: PT.Luxima Metro Media, 2014), hal.144.

sehingga perlu untuk memahami orang lain dengan situasinya. Selain itu, yang lebih penting lagi, EQ juga berhubungan dengan kemampuan kita untuk memahami dan mengelolah emosi kita sendiri yang berupa ketakutan, kemarahan, agresi, dan kejengkelan. Daniel Goleman mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kesanggupan untuk memperhitungkan atau menyadari situasi tempat kita berada, untuk membaca emosi orang lain dan emosi kita sendiri, serta untuk bertindak dengan tepat.²¹⁷ Kecerdasan emosi memiliki lima unsur penting, yaitu kesadaran diri (*self-awareness*), pengaturan diri (*self-regulation*), motivasi (*motivation*), empati (*empathy*) dan keterampilan sosial (*social skill*).²¹⁸

b. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Berempati

Empati adalah kemampuan konselor dalam merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berpikir bersama klien dan bukan untuk atau tentang klien. Empati menurut Carl Rogers yang dikutip oleh Sofyan Willis dalam buku *Konseling Individu Teori dan Praktik* menyatakan bahwa empati sebagai kemampuan merasakan dunia dalam klien, merasakan apa yang dirasakan tanpa kehilangan kesadaran diri.²¹⁹

Empati ada dua macam, pertama yaitu empati primer seperti suatu bentuk empati yang hanya memahami perasaan, pikiran, keinginan dan

²¹⁷ Andreas Hartono, *EQ Parenting*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal. 8.

²¹⁸ Mustaqim, *Psikologi Pendidikan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), hal. 154.

²¹⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 146.

pengalaman klien. Tujuannya yaitu agar klien terlibat dalam pembicaraan dan terbuka. Kedua, yaitu empati tingkat tinggi yaitu apabila pemahaman konselor terhadap perasaan, pikiran, keinginan serta pengalaman klien lebih mendalam dan menyentuh klien karena konselor ikut dengan perasaan tersebut. Keikutan konselor tersebut membuat klien tersentuh dan terbuka untuk mengungkapkan isi yang terdalam dari lubuk hatinya berupa perasaan, pikiran dan pengalaman termasuk penderitaannya.²²⁰

Dalam melaksanakan empati konselor harus mengosongkan perasaan dan pikiran egoistik, memasuki dunia dalam klien, melaksanakan empati primer dan melakukan empati tingkat tinggi. Hal ini dilakukan dengan tujuan agar konselor mampu memasuki dunia dalam klien.²²¹

Dalam konsep Ary Ginanjar yang dituangkan dalam kecerdasan emosional dan spiritual empati termasuk kedalam pendelegasian fitrah dan disebut sebagai zakat. Dalam zakat menghasilkan sikap kompromi dimana masing-masing pihak mampu merasakan (berempati) terhadap apa yang diinginkan oleh pihak lainnya. 'zakat' yang dilakukan seseorang akan menghasilkan kepercayaan yang dapat membangun sinergi dalam hubungan.²²²

²²⁰ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 161.

²²¹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 181.

²²² Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 333.

Dikatakan juga ‘zakat’ sebagai langkah pembuka dengan memberi, secara konkret mampu menghasilkan nilai-nilai kepercayaan yang kemudian mengantarkan pada sebuah kepercayaan dan keterbukaan bagi kedua belah pihak. Keterbukaan tersebut akan terjadi apabila salah satu pihak mau memulai untuk bersikap memberi kepada yang lain, dalam hal ini tugas seorang konselor dalam awal pelaksanaan konseling, tanpa adanya kesediaan memulai kepada yang lain, maka keterbukaan tidak akan terlaksana.²²³

Penerapan ‘zakat’ dalam proses konseling dapat membantu konselor dalam bersinergi dengan klien. Karena empati yang diberikan oleh konselor dalam membangun kepercayaan klien dan keterbukaan klien terhadap konselor untuk menceritakan dunia dalam klien. Oleh sebab itu penting bagi konselor. Untuk memahami makna ‘zakat’ dan penerapannya, konselor harus memiliki kecerdasan emosional dan spiritual.

Menurut Arbadiati yang dikutip oleh Asad Djalali dalam *Jurnal Psikologi Indonesia* berpendapat bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional memiliki kemampuan dan merasakan emosi, mengelolah dan memanfaatkan emosi secara tepat sehingga memberi kemudahan dalam

²²³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 333.

menjalani kehidupan sebagai makhluk sosial.²²⁴ Pendapat lain juga dikemukakan oleh Mayer dan Salovey yang dikutip oleh Ermi Yantiek dalam *Jurnal Psikologi Indonesia* mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional adalah suatu kecerdasan sosial yang berkaitan dengan kemampuan individu dalam memantau baik emosinya sendiri maupun emosi orang lain, juga kemampuan membedakan emosinya sendiri dan emosi orang lain, dimana kemampuan ini digunakan untuk mengarahkan pola pikir dan perilakunya.²²⁵

- c. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam melakukan Refleksi

Refleksi merupakan suatu teknik konseling yang penting dalam hubungan konseling. Yaitu sebagai upaya menangkap perasaan, pikiran dan pengalaman klien, kemudian merefleksikan kepada klien kembali. Hal ini penting dilakukan konselor, sebab sering klien tidak menyadari perasaan, pikiran dan pengalamannya yang mungkin menguntungkan atau bahkan merugikan.²²⁶ Refleksi adalah keterampilan konselor untuk memantulkan kembali kepada klien tentang perasaan, pemikiran dan

²²⁴ Asad Djalali dan Zamzami Sabiq, "Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prosocial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamakesan," *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 1, No.2, (September, 2012), hal. 55.

²²⁵ Ermi Yantiek, Kecerdasan Emosional, "Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prosocial Remaja," *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 3. No. 01. (Januari, 2014), hal. 25.

²²⁶ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 184.

pengalaman klien sebagai hasil pengamatan konselor terhadap perilaku verbal dan nonverbalnya.²²⁷

Refleksi ada tiga jenis pertama yaitu refleksi perasaan, yaitu keterampilan konselor untuk dapat memantulkan kembali perasaan klien sebagai hasil pengamatan dari perilaku verbal dan nonverbal terhadap klien. Kedua refleksi pengalaman, yaitu keterampilan konselor untuk merefleksikan kembali pengalaman-pengalaman klien dari hasil pengamatan verbal dan nonverbal dari klien. Ketiga refleksi pikiran, ialah keterampilan konselor dalam memantulkan ide, pikiran dan pendapat klien sebagai hasil pengamatan dari perilaku verbal dan nonverbal dari klien.²²⁸

Dalam pelaksanaan refleksi berhubungan erat juga dengan empati. Karena dalam menangkap dan memantulkan kembali perasaan, pemikiran dan pengalaman klien, konselor membutuhkan empati untuk terlebih dahulu memahami perasaan, pemikiran dan pengalaman tersebut.²²⁹ Seperti yang sudah dijelaskan diatas bahwa empati erat kaitannya dengan kecerdasan emosional dan spiritual. Dalam konsep kecerdasan emosional dan spiritual yang dikemukakan oleh Ary Ginanjar, empati termasuk kepada zakat. Zakat lebih dalam dimaknai sebagai sistem pendelegasian

²²⁷ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 162.

²²⁸ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 163.

²²⁹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 146.

fitrah menjadi tindakan, seperti empati, memahami perasaan orang lain dan menunjukkan sikap rahman dan rahim kepada orang lain.²³⁰

Dini Kasdu dalam bukunya *Anak Cerdas* mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional menyangkut banyak aspek penting yang semakin sulit didapatkan pada manusia modern, yaitu empati, mengungkapkan dan memahami perasaan.²³¹ Diungkapkan juga oleh Ary Ginanjar Agustian yang dikutip oleh Ani Muttaqiyathun bahwa kecerdasan emosional adalah sebuah kemampuan untuk mendengarkan bisikan emosi dan menjadikannya sebagai sumber informasi maha penting untuk memahami diri sendiri dan orang lain demi mencapai sebuah tujuan.²³²

d. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Menangkap Pesan Utama (*paraphrasing*)

Dalam pelaksanaan konseling individu, seringkali dijumpai klien yang berbelit-belit dan panjang lebar dalam menyampaikan perasaan, pemikiran dan pengalamannya. Oleh karena itu, untuk memudahkan klien dalam memahami ide, perasaan dan pengalamannya seorang konselor perlu

²³⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 332.

²³¹ Dini Kasdu, *Anak Cerdas*, (Jakarta: Puspa Swara, 2004) hal. 5.

²³² Ani Muttaqiyathun, "Hubungan *Emotional Quotient, Intellectual Quotient* dan *Spiritual Quotient* Dengan *Entrepreneur's Performance*", *Jurnal Manajemen Bisnis*, Vol. 2. No. 3 (Desember 2009), hal 225.

menangkap pesan utamanya, dan menyatakan secara sederhana dan mudah dipahami serta disampaikan dengan bahasa konselor sendiri.²³³

Secara umum tujuan *paraphrase* adalah untuk mengatakan kembali essensi atau inti ungkapan klien. Tujuan utama dari teknik *paraphrase* yaitu untuk mengatakan kembali bahwa konselor bersamanya, dan berusaha untuk memahami apa yang dikatakan klien, mengendapkan apa yang dikemukakan klien dalam bentuk ringkasan, memberikan arah wawancara konseling dan pengecekan kembali persepsi konselor tentang apa yang dikemukakan klien.²³⁴

Dalam konsep kecerdasan emosional dan spiritual menurut Ary Ginanjar, dijelaskan bahwa manusia memiliki perintah untuk membaca yang langsung diperintahkan oleh Allah. Membaca ada dua jenis, pertama yaitu ‘membaca kedalam’ yaitu awal mula suatu perintah untuk mengenal dan berpikir tentang eksistensi diri serta Tuhan sebagai pencipta. Kedua, yaitu ‘membaca keluar’ yaitu individu yang selalu mencari makna dari apa yang ada dihadapannya.²³⁵

Dalam teknik menangkap pesan utama, sama halnya dengan ‘membaca keluar’ yaitu konselor membaca makna sebenarnya dari penyampaian klien mengenai perasaan, pemikiran dan pengalamannya.

²³³ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 164.

²³⁴ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 164.

²³⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 181.

Diungkapkan oleh Suyadi dalam bukunya *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini* bahwa Kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan, khususnya terkait dengan makna hidup dan nilai.²³⁶

e. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Teknik Interpretasi

Interpretasi adalah upaya konselor untuk mengulas pemikiran, perasaan, perilaku dan pengalaman klien dengan merujuk kepada teori-teori. Dalam teknik interpretasi jelas bahwa konselor tidak boleh memasukan sifat-sifat subjektif konselor kedalam interpretasi. Tujuan utama teknik ini adalah untuk memberikan rujukan, pandangan atau perilaku klien, agar klien mengerti dan berubah melalui pemahaman dan hasil rujukan terbaru tersebut.²³⁷

Dalam teknik interpretasi konselor dapat memanfaatkan kecerdasan emosional dan spiritual agar interpretasi yang dilakukan oleh konselor dapat bersifat objektif berdasarkan teori-teori yang ada. Seperti diketahui, konselor tidak dapat memasukkan sifat-sifat subjektif konselor dalam pelaksanaan teknik ini. Dalam konsep kecerdasan emosional dan spiritual yang digagas oleh Ary Ginanjar, menjelaskan mengenai kebebasan hati,

²³⁶ Suyadi, *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini*, (Bandung, PT Remaja Rosdakarya, 2014). hal. 124.

²³⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 166.

yaitu kemampuan mengendalikan hati dan pikiran agar tetap berpegang teguh pada kebenaran sekalipun menghadapi hal sesulit apapun dalam hidupnya.²³⁸

Kebebasan hati dalam konsep Ary Ginanjar ini dapat memudahkan konselor dalam bersifat objektif dalam menginterpretasikan klien berdasarkan teori yang ada, bukan berdasarkan pandangan sesaat konselor saja. Pendapat berbeda datang dari Sukidi yang dikutip dalam jurnal psikologi Indonesia menyatakan bahwa kecerdasan spiritual dapat mengarahkan kepuncak kearifan spiritual dengan bersikap jujur, toleransi, terbuka penuh cinta, dan kasih sayang kepada sesama.²³⁹ Pendapat lain menjelaskan bahwa SQ adalah kecerdasan transformatif yang membuka kemungkinan bagi individu untuk mengubah paradigma lama dan menemukan paradigma baru.²⁴⁰

f. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Teknik Menyimpulkan Sementara (*Summarizing*)

Dalam pelaksanaan konseling individu, agar pembicaraan maju secara bertahap dan arah pembicaraan semakin jelas, maka setiap periode waktu tertentu konselor bersama klien perlu menyimpulkan pembicaraan.

²³⁸ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 69.

²³⁹ Asad Djalali dan Zamzami Sabiq, "Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prososial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamakesan," *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 1, No.2, (September, 2012), hal. 58.

²⁴⁰ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SC Spiritual Capital*, (Bandung: Mizan, 2005) hal. 119.

Kebersamaan itu amat diperlukan agar klien mempunyai pemahaman bahwa keputusan mengenai dirinya menjadi tanggung jawab klien, sedangkan konselor hanya membantu mengenai kapan pembicaraan akan disimpulkan tergantung kepada *feeling* konselor.²⁴¹

Dalam suatu diskusi konseling dengan klien, kerap kali ditemui klien menjelaskan permasalahan tidak langsung pada intinya, namun dibumbui dengan butir-butir permasalahan yang lain yang bukan inti dari permasalahan sebenarnya. Sehingga hal tersebut menyulitkan klien dalam menarik makna dari pembicaraannya. Oleh sebab itu, konselor harus mampu membuat kesimpulan sementara bersama klien agar permasalahan yang dibahas mengerucut ada inti permasalahan. Selain itu, menyimpulkan sementara bersama klien juga berfungsi meningkatkan kualitas diskusi, maju ke taraf selanjutnya ke arah tujuan, menyimpulkan hal-hal yang dibicarakan, dan klien dapat mendapatkan kilas balik dari hasil pembicaraan sehingga dia tahu bahwa konseling mengalami kemajuan.²⁴²

Dalam buku *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual* yang ditulis oleh Ary Ginanjar menjelaskan mengenai prinsip malaikat yaitu kebiasaan memberi dan mengawali. Ary Ginanjar menjelaskan mengenai aksi min reaksi, bahwa sebuah aksi akan

²⁴¹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 167.

²⁴² Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 194.

menimbulkan reaksi dan prinsip memberi akan menghasilkan sesuatu, salah satunya energi kepercayaan. Senada juga dengan hukum kekekalan energi, bahwa energi yang diberikan tidak akan hilang, ia hanya berubah bentuk. Berikut beberapa tindakan yang dapat membangun kepercayaan individu dengan memberi dan mengawali, contohnya dengan mendengarkan orang lain berbicara dengan penuh perhatian, membuat orang lain menjadi penting dihadapan kita dan berusaha mengerti perasaan orang lain.²⁴³

Dengan kebiasaan memberi dan mengawali yang diterapkan dalam pelaksanaan konseling individu akan memudahkan konselor dalam melaksanakan teknik menyimpulkan sementara (*summarizing*). Karena menyimpulkan sementara pembicaraan klien, terlebih dahulu konselor mendengarkan dengan aktif dan penuh perhatian terhadap pembicaraan klien. Hal ini merupakan bentuk ‘kebiasaan memberi’ yang dilaksanakan konselor terhadap klien.

g. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Teknik Memimpin (*Leading*)

Konselor diharuskan memiliki keterampilan memimpin dalam pelaksanaan konseling, agar pembicaraan dalam konseling tidak menyimpang dari apa yang didiskusikan. Seorang konselor harus mampu memimpin arah pembicaraan sehingga nantinya mencapai tujuan. Tujuan

²⁴³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 143.

dari keterampilan memimpin bagi konselor adalah agar klien tidak menyimpang dari fokus pembicaraan konseling dan agar arah pembicaraan lurus kepada tujuan konseling.²⁴⁴

Kecerdasan emosional dan spiritual memiliki relevansi terhadap teknik kepemimpinan yang harus dimiliki oleh konselor sebagai konselor yang efektif. Dalam konsep kecerdasan emosional dan spiritual yang dikemukakan oleh Ary Ginanjar menjelaskan mengenai prinsip kepemimpinan (*leadership principle*) yang diambil dari butir rukun iman yang ketiga yaitu iman kepada Rasul, yang menjelaskan bahwa manusia adalah seorang pemimpin, bagi dirinya sendiri bahkan bagi lingkungannya. Namun acapkali individu tidak sadar akan dirinya sebagai pemimpin, sehingga mengakibatkan individu tidak mengembangkan ilmu kepemimpinannya.²⁴⁵

Ary Ginanjar dalam bukunya menjelaskan mengenai tangga kepemimpinan yang harus dilewati individu agar menjadi pemimpin yang abadi. Tangga kepemimpinan itu yang pertama yaitu pemimpin yang dicintai, kedua pemimpin yang dipercaya, ketiga pembimbing, keempat pemimpin yang berkepribadian dan terakhir pemimpin yang abadi. Pemimpin abadi yaitu pemimpin yang memimpin sangat sesuai dengan hati

²⁴⁴ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 168.

²⁴⁵ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 155.

nurani, bisa diterima akal sehat ataupun logika. Inilah yang menyebabkan pemimpin yang abadi pengaruhnya tidak hilang sepanjang masa, seperti halnya para Nabi dan Rasul terdahulu.²⁴⁶

h. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Teknik Konfrontasi

Konfrontasi ialah suatu teknik yang digunakan untuk menentang klien ketika konselor mendapati adanya diskrepansi atau inkonsistensi antara perkataan dengan bahasa badan (perbuatan), ide awal dengan ide berikutnya, senyum dan kepedihan dan tindakan inkonsistensi lainnya. Teknik konfrontasi memiliki tujuan untuk mendorong klien mengadakan penelitian terhadap dirinya sendiri secara jujur, meningkatkan potensi klien, membawa klien kepada kesadaran adanya diskrepansi, konflik atau kontradiksi dalam dirinya.²⁴⁷

Penggunaan teknik konfrontasi, konselor harus memiliki daya kritis terhadap diskrepansi atau inkonsistensi diri klien dan melaksanakannya dengan teliti yaitu dengan memberikan komentar khusus terhadap klien yang tidak konsisten dengan cara tepat waktu, tidak menilai apalagi menyalahkan dan dilakukan konselor dengan empati.²⁴⁸

²⁴⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 159.

²⁴⁷ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 169.

²⁴⁸ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 169.

Dalam pelaksanaan teknik konfrontasi konselor dapat memanfaatkan kecerdasan emosional dan spiritual melalui prinsip pembelajaran yaitu berpikir kritis. Dijelaskan Ary Ginanjar bahwa keutamaan manusia yang berpikir ialah ia mampu menyelamatkan dirinya dan sesamanya dari lembah kehancuran. Selain itu dijelaskan juga jika manusia tidak mampu untuk memberdayakan kemampuan nalar (berpikir) dalam dirinya, maka manusia berada dalam keadaan terputus dari mata rantai kehidupan.²⁴⁹ Dengan berpikir kritis atas kesesuaian antara ucapan dan perbuatan yang diungkapkan klien, konselor dapat melihat inkonsistensi yang mungkin timbul.

Selain itu konselor yang memiliki integritas juga dapat melatih konselor dalam penggunaan teknik konfrontasi, seperti diungkapkan oleh Ary Ginanjar integritas adalah kesesuaian antara kata-kata dan perbuatan yang menghasilkan kepercayaan.²⁵⁰ Dengan integritas tinggi, konselor dapat dengan mudah melihat inkonsistensi yang mungkin timbul dalam pembicaraan klien.

- i. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Teknik memudahkan (*Facilitating*)

²⁴⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 182.

²⁵⁰ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 164.

Facilitating adalah keterampilan yang dimiliki oleh konselor dalam membuka komunikasi agar klien dengan mudah berbicara dengan konselor dan menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas. Sehingga komunikasi dan partisipasinya meningkat dan proses konseling berjalan efektif.²⁵¹ Sudah menjadi tugas seorang konselor untuk memudahkan atau memberi peluang yang besar kepada klien supaya dia mengungkapkan perasaan, pikiran dan pengalamannya dengan leluasa. Hal ini amat ditekankan karena sering terjadi konselor yang terlalu banyak mengatur, mendikte, dan bersikap serba pintar sehingga memberikan banyak nasehat. Hal ini amat bertentangan dengan prinsip konseling yang menganggap konselor adalah fasilitator yaitu orang yang memberikan kemudahan supaya pembicaraan klien bebas dan terbuka tanpa rasa takut, malu dan sungkan.²⁵²

Penggunaan teknik memudahkan, agar mudah dilaksanakan oleh konselor, terlebih dahulu konselor harus mampu bersinergi bersama klien dalam mencapai tujuan konseling. Diungkapkan oleh Ary Ginanjar mengenai sinergi yang terinspirasi dari rukun Islam yang kelima yaitu haji. Haji adalah ibadah yang dilakukan secara bersama-sama (jamaah), tidak ada satupun rukun haji yang dilakukan sendiri. Haji melambangkan sinergi dalam tingkatan besar. Sinergi yang baik, membuat individu berpikiran

²⁵¹ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 170.

²⁵² Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 198.

positif kepada orang lain, jujur kepada orang lain, bersikap terbuka dan berusaha saling percaya.²⁵³ Sehingga konselor akan memudahkan klien dalam berkomunikasi dengan kesadaran sinergi.

Diungkapkan juga oleh Daniel Goleman yang dikutip oleh Iskandar, Dkk dalam *Jurnal Pendidikan Malaysia* mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional membolehkan individu yang bekerja dalam suatu kelompok tidak akan mudah mengalami konflik semasa bertugas.²⁵⁴

j. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Teknik Pemberian Nasehat dan Pemberian Informasi

Konseling individu seringkali disalah artikan oleh klien sebagai suatu pemberian nasehat atau pemberian informasi, sehingga jika tidak dibutuhkan maka dianggap tidak ada. Padahal jauh dari itu konseling individu bukan hanya untuk memberikan nasehat saja, namun juga membuat klien mandiri, mengembangkan potensi klien dan klien dapat mengatasi masalahnya sendiri. Karena itu, nasehat dan informasi sebaiknya tidak diberikan kecuali jika klien memintanya dan atas pertimbangan konselor. Sebab konselor harus tetap memperhitungkan tujuan konseling yaitu kemandirian klien.²⁵⁵

²⁵³ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 164.

²⁵⁴ Iskandar, Dkk. "Kecerdasan Emosi dan Komitmen Pekerjaan dalam Kalangan Pensyarah Universiti di Indonesia", *Jurnal Pendidikan Malaysia*, Vol.1. No. 34. (2009), hal. 177.

²⁵⁵ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 200.

Dalam proses konseling, konselor diharapkan mampu memandirikan klien dengan mencegah pemberian nasehat jika tidak diperlukan. Untuk mengatasi hal tersebut, konselor dapat menjelaskan bahwa untuk menyelesaikan permasalahan yang tengah dihadapi, klien harus melalui proses terlebih dahulu seperti dijelaskan oleh Ary Ginanjar bahwa sebelum mencapai keberhasilan dan kegagalan ada suatu proses yang harus dihadapi terlebih dahulu satu persatu. Pada setiap proses yang akan dihadapi dan telah dilalui, terdapat takdir atau hukum ketetapan Tuhan, dimana individu berhak memilih setiap langkah atau beberapa pemikiran untuk menghadapinya.²⁵⁶

Begitupula dalam proses konseling, ada sumbangan pemikiran dari klien maupun konselor yang akan bersama-sama menetapkan pemecahan permasalahan yang akan diputuskan klien sendiri dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu dalam sebuah kontrak konseling.

k. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Pelaksanaan Kontrak konseling

Kontrak adalah kesepakatan antara klien dan konselor terhadap hal yang akan dilatih dan dilaksanakan oleh klien setelah proses konseling. Kontrak konseling dilaksanakan menjelang akhir sesi konseling. Seorang konselor harus mampu membantu klien dalam membuat rencana berupa

²⁵⁶ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 222.

suatu program untuk *action*, yaitu perbuatan nyata yang produktif bagi kemajuan klien.²⁵⁷

Kontrak konseling pada sesi akhir konseling dilaksanakan untuk mengembangkan klien. Tujuan dari kontrak konseling yaitu untuk membuat perubahan perilaku atau kemajuan pada diri klien dan sebagai pedoman untuk kemajuan sesi konseling berikutnya.²⁵⁸

Kontrak konseling berisikan apa yang akan dilakukan klien setelah konseling, berapa kali klien harus melakukannya, kapan kegiatan klien tersebut dibicarakan lagi bersama konselor dan jelas apa yang akan dilakukan.

Dalam kontrak konseling, konselor membantu klien dalam membuat rencana selanjutnya yang akan dilaksanakan klien setelah selesai konseling. Kontrak ini penting bagi klien, karena seperti diungkapkan Ary Ginanjar bahwa penetapan rencana atau misi dapat memberikan dorongan kepada individu untuk melaksanakannya, memberikan motivasi dan mendorong sebuah pergerakan²⁵⁹

Ciri-ciri orang dengan kecerdasan spiritual berdasarkan teori Danah Zohar dan Ian Marshaal yang dikutip oleh Made Buda Artana, Dkk, dalam *Jurnal Akutansi*, yaitu memiliki kesadaran diri, memiliki visi, bersikap

²⁵⁷ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 172.

²⁵⁸ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 202.

²⁵⁹ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 260.

fleksibel, berpandangan holistik, melakukan perubahan, sumber inspirasi dan melakukan refleksi diri.²⁶⁰

ESQ juga memungkinkan individu untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang mengarah pada pertumbuhan pribadi seseorang, sehingga individu lebih mengenal dirinya dan apa yang terjadi pada dirinya.²⁶¹

1. Kecerdasan Emosional dan Spiritual Membantu Konselor Dalam Menyimpulkan, Mengevaluasi dan Menutup Sesi Konseling

Sebelum menutup sesi akhir konseling, konselor dan klien membuat kesimpulan terlebih dahulu mengenai hasil proses konseling sejak awal. Disamping itu klien diberikan kesempatan memberikan penilaian terhadap jalannya konseling dan terhadap perilaku konselor selama membantu klien. Hal ini sangat berguna bagi konselor sebagai masukan bagi konselor untuk proses konseling dan pribadinya sendiri.²⁶²

Kesimpulan adalah berdasarkan perolehan selama proses konseling. Terutama apa yang sudah diperoleh klien. sedangkan evaluasi adalah mengenai jalannya diskusi, kemampuan konselor, keadaan diri klien sekarang. Jika sudah jelas maka konselor dan klien dapat menutup sesi konseling.²⁶³

²⁶⁰ Made Buda Artana, Dkk. "Pengaruh Kecerdasan Intelektual (IQ), Kecerdasan Emosional (EQ) dan Kecerdasan Spiritual (SQ) dan Perilaku Belajar Terhadap Pemahaman Akutansi" *Jurnal Akutansi SI*, Vol. 2. No. 1. (2014), hal. 214.

²⁶¹ Wowo Sunaryo Kuswana, *Biopsikologi Pembelajaran Perilaku*, (Bandung, Alfabeta, 2014), hal. 266.

²⁶² Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 203.

²⁶³ Sofyan Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hal. 203.

Dalam pelaksanaan teknik menyimpulkan dan mengevaluasi konselor dapat memahami keberhasilan dan kekurangan-kekurangan dari proses konseling yang ia laksanakan melalui kesimpulan dan evaluasi yang dibuat klien. Hasil dari kesimpulan dan evaluasi dapat konselor jadikan sebagai bahan masukan untuk pelaksanaan konseling berikutnya. Seperti diungkapkan Ary Ginanjar bahwa berpikir, kebiasaan mengevaluasi dan menyempurnakan merupakan kebiasaan yang baik yang dapat membawa kepada perbaikan apabila diaplikasikan dalam kehidupan.²⁶⁴

²⁶⁴ Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan spiritual ESQ Emotional Spiritual Quotient The ESQ Way 165 1 Ihsan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, hal. 185.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah penulis laksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Konsep Kecerdasan Emosional dan Spiritual Menurut Ary Ginanjar

Kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ) menurut Ary Ginanjar adalah penggabungan antara kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual yang keduanya berbeda namun memiliki muatan yang sama pentingnya untuk dapat disinergikan satu sama lainnya. Peningkatan antara keduanya terbentuklah *emotional spiritual quotient* (ESQ). Ary Ginanjar mengkonsepkan kecerdasan emosional dan spiritual sebagai suatu hubungan yang dijalin oleh manusia kepada manusia lain dan hubungan yang dijalin manusia dengan Tuhan. Menggabungkan antara keduanya dapat memberikan energi tersendiri kepada pelakunya dan sekaligus perubahan karakter ke arah individu yang lebih sehat dan produktif.

2. Relevansi kecerdasan emosional dan spiritual terhadap pengentasan masalah dalam konseling individu dilihat dari tahapan pelaksanaan konseling dan teknik yang dilaksanakan konselor, dengan cara melihat keterampilan konselor dalam melaksanakan tahapan dan teknik konseling individu.

Relevansi kecerdasan emosional dan spiritual terhadap pengentasan masalah dilihat dari keterampilan konselor dalam melaksanakan tahapan dan teknik konseling individu yang dilaksanakan konselor, kecerdasan emosional dan spiritual membantu konselor dalam melaksanakan tahapan konseling individu yaitu tahapan pengantaran, tahap penjajakan, tahap penafsiran, tahap pembinaan dan tahap pengakhiran.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas dalam penelitian ini maka peneliti dapat memberikan saran kepada beberapa pihak :

1. Untuk konselor, agar lebih mengembangkan kecerdasan emosional dan spiritual yang dimiliki, agar relevansinya lebih terlihat dalam melaksanakan konseling, khususnya konseling individu. Caranya dengan menerapkan inti sari buku *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan Spiritual The Way I Ihsan 6 Rukun Imandan 5 Rukun Islam* dan buku-buku lain yang berkaitan dengan ESQ atau mengikuti pelatihan-pelatihan dan training kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ).
2. Untuk peneliti selanjutnya, agar lebih dalam lagi mengkaji mengenai kecerdasan emosional dan spiritual (ESQ) dari aspek-aspek lain yang belum tersentuh dalam penelitian ini dan mengenai konseling individu. Agar dapat menjadi rujukan bagi penelitian lain atau bagi bahan bacaan konselor.

DAFTAR PUSTAKA

- Mushaf Al-Fatih. 2013. *Al-Quranul Karim*. Jakarta: Alfatih
- Agustian, Ary Ginanjar. 2005. *ESQ Emotional Spiritual Quotients, (The ESQ Way 165)*, Jakarta: Arga.
- Ary Ginanjar Agustian. *mengapa ESQ*. Jakarta: Arga Printing.
- Agustian, Ary Ginanjar. 2007. *Rahasia Sukses Membangkitkan ESQ Power Sebuah Inner Journey Melalui Al-Ihsan*, Jakarta: Arga.
- Artana, Made Buda Dkk. “Pengaruh Kecerdasan Intelektual (IQ), Kecerdasan Emosional (EQ) dan Kecerdasan Spiritual (SQ) dan Perilaku Belajar Terhadap Pemahaman Akutansi” *Jurnal Akutansi SI*, Vol. 2. No. 1. 2014.
- Dalyono. 2009. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Desmita. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Djalali, Asad dan Zamzami Sabiq, “Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prosocial Santri Pondok Pesantren Nasyrul Ulum Pamakesan,” *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 1, No.2, September, 2012.
- Fatimah, Siti. 2017. *Peran Guru Agama Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Pada Anak Di SMP Swasta Al-Hikmah Medan Marelan Pasar Iv Barat*. Skripsi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Geldard, Kathryn dan David Gildard. 2004. *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain Dengan Teknik Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hartono dan Boy Soedarmadji. 2014. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana.
- Hartono, Andreas. 2009. *EQ Parenting*. Jakarta: Rineka Cipta
- Hayadi, Amal AL. 2015. *Emotional Spiritual Quotient (ESQ) Menurut Ary Ginanjar Agustian dan Relevansinya Dengan Pengembangan Kompetensi Spiritual dan Kompetensi Sosial Kurikulum 2013*. Skripsi Pendidikan Agama Islam Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

- Hasnida, 2014. *Analisis Kebutuhan Anak Usia Dini*, Jakarta: PT.Luxima Metro Media.
- Hellen. 2005. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Hikmawati, Fenti. 2010 *Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rajawali Press.
- Iskandar, Dkk. “Kecerdasan Emosi dan Komitmen Pekerjaan dalam Kalangan Pensyarah Universiti di Indonesia”, *Jurnal Pendidikan Malaysia*, Vol.1. No. 34. 2009.
- Jahja, Yudrik. 2011. *psikologi perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Kasdu, Dini. 2004. *Anak Cerdas*. Jakarta: Puspa Swara.
- Khodijah, Nyayu. 2017. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Kuswana, Wowo Sunaryo. 2014. *Biopsikologi Pembelajaran Perilaku*. Bandung: Alfabeta.
- Mappiare, Andi. 2006. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Mardelis. 2008. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Martin, Anthony Dio. 2015. *Smart Emotion*. Jakarta: Arga.
- Muhadjir, Noeng. 1996. *Metode Penelitian Kualitatif (Edisi Ke III)*. Yogyakarta: Rake Sarasin.
- Mulawarman. 2017 *Buku Ajar Pengantar Keterampampilan Dasar Konseling Bagi Konselor Pendidikan*, Semarang: Unnes Press.
- Mustaqim. 2001. *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Muttaqiyathun, Ani. “Hubungan *Emotional Quotient, Intellectual Quotient* dan *Spiritual Quotient* Dengan *Entrepreneur’s Performance*”, *Jurnal Manajemen Bisnis*, Vol. 2. No. 3. Desember. 2009.
- Pastowissastro, Kostoer. 1985 *Bimbingan Dan Penyuluhan Disekolah-Sekolah*. Jakarta: Erlangga.

- Prawesti, Widia. 2016. *Kecerdasan Spiritual Bagi Konselor*. Skripsi Bimbingan Dan Konseling Islam Di Institut Agama Islam Negeri Bengkulu.
- Prayitno Dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. 2004. *Layanan L1-L9*. Padang: TP.
- Ramayulis dan Mulyadi. 2014. *Bimbingan dan Konseling Islam Dimadrasah Dan Sekolah*. Padang: Kalam Mulia.
- Sari, Indah Novia. 2017. *Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Kecerdasan Spiritual Dengan Motivasi Berprestasi Pada Mata Pelajaran Aqidah Akhlak Siswa Kelas Viii Mtsn Gondangrejo Kabupaten Karanganyar Tahun Pelajaran 2016/2017*, Skripsi Pendidikan Agama Islam Institute Agama Islam Negeri Surakarta.
- Sayekti. 1993. *Petunjuk Praktis Pelaksanaan Konseling*. Yogyakarta: Menara Emas.
- Sauri, Sofyan. 2006. *Membangun ESQ Dengan Doa*. Bandung: Media Hidayah Publisher.
- Sugiono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, Yuliana Nurani. 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks.
- Supriyanto, Achmad Sani dan Eka Afnan Troena, "Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Spiritual Terhadap Kepemimpinan Transformasional, Kepuasan Kerja dan Kinerja Manajer (Studi di Bank Syariah Kota Malang)," *Jurnal Aplikasi Manajemen*, Vol.1. No.4. Desember. 2012.
- Suyadi. 2014. *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sumber : *Buku Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Ri No. 27 Tahun 2008 Tentang Standar Kualifikasi Akademik Dan Kompetensi Konselor (SKAKK)*.
- Willis, Sofyan S. 2004 *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Yantiek, Ermi. Kecerdasan Emosional. "Kecerdasan Spiritual dan Perilaku Prosocial Remaja," *Jurnal Psikologi Indonesia*. Vol. 3. No. 01. Januari. 2014.

Zakiah, Farah. 2013. *Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosional Dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Pemahaman Akuntansi (Studi Empiris Mahasiswa Jurusan Akuntansi Angkatan Tahun 2009 Di Universitas Jember,)* Skripsi Pendidikan Agama Islam Universitas Negeri Jember.

Zohar, Danah dan Ian Marshall. 2000. *SQ Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual Dalam Berpikir Integralistik Dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan.* Bandung: Mizan.

Zohar, Danah dan Ian Marshall. 2005. *SC Spiritual Capital.* Bandung: Mizan.

IDENTITAS PENULIS

Nama penulis dalam skripsi ini adalah Linda Hartini, lahir di Pagaralam pada tanggal 03 Juli 1997 dari pasangan Mon Hartono dan Rusminah, sebagai anak bungsu dari dua bersaudara dengan nama kakak Rendi Hartoni. Penulis menempuh pendidikan dimulai dari SDN 08 Kota Pagaralam (lulus pada tahun 2009), dilanjutkan ke SMP Muhammadiyah Kota Pagaralam (lulus pada tahun 2012), MAN Kota Pagaralam (lulus pada tahun 2015) dan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu.

Pada masa perkuliahan penulis pernah aktif dalam organisasi, baik organisasi dalam kampus maupun organisasi luar kampus. Diantaranya organisasi dalam kampus yaitu Himpunan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (HMPS BKI), Himpunan Mahasiswa Jurusan Dakwah (HMJD), dan Asosiasi Mahasiswa Jurusan Dakwah Indonesia (AMDIN). Sementara organisasi luar kampus penulis pernah tergabung dalam Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII).