

HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) DENGAN KONTROL DIRI
PADA REMAJA AWAL DI SMP AL-IZZAH BATU DESA SUMBEREJO

SKRIPSI

OLEH:
DIAN ANISATI FAIZAH
NIM : 04410097



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM MAULANA MALIK IBRAHIM NEGERI (UIMIN)
MALANG
2009

HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) DENGAN KONTROL DIRI
PADA REMAJA AWAL DI SMP AL-IZZAH BATU DESA SUMBEREJO

SKRIPSI

Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi UIMMIN Malang
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

OLEH:
DIAN ANISATI FAIZAH
NIM : 04410097

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM MAULANA MALIK IBRAHIM NEGERI (UIMMIN)
MALANG
2009

HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) DENGAN KONTROL DIRI
PADA REMAJA AWAL DI SMP AL-IZZAH BATU DESA SUMBEREJO

SKRIPSI

OLEH:
DIAN ANISATI FAIZAH
NIM : 04410097

Telah Disetujui oleh:
Dosen Pembimbing

Yulia Sholichatun, M. Si
NIP. 150 368 779

Tanggal 2 APRIL 2009
Mengetahui
Dekan

Drs. H. Mulyadi, M. Pd. I
Nip. 150 206 243

HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) DENGAN KONTROL DIRI
PADA REMAJA AWAL DI SMP AL-IZZAH BATU DESA SUMBEREJO

SKRIPSI

OLEH:

DIAN ANISATI FAIZAH

NIM : 04410097

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji
Dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Tanggal 18 April 2009

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. Andik Rony Irawan, M.Si (Ketua/Penguji) _____
NIP. 150 294 454
2. Yulia Sholichatun, M.Si (Sekretaris/Pembimbing/Penguji) _____
NIP. 150 368 779
3. M. Lutfi Mustofa, M.Ag (Penguji Utama) _____
NIP. 150 303 045

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

Drs. H. Mulyadi, M. Pd. I

Nip. 150 206 243

PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Kesuksesan dan keberhasilan dalam mengerjakan skripsi ini saya persembahkan untuk orang-orang yang saya sayangi, yaitu:

1. Ibu saya tercinta. Ibunda Sri Imaningsih yang telah berjuang memberi kasih sayang, mendidik, dan membiayai kehidupan saya hingga menjadi orang yang berhasil.
2. Almarhum ayah saya. Ayahanda Kuntjoro Setia Budi Puguh (Alm) yang telah memberikan kasih sayang, mendidik, dan menafkahi saya dengan baik hingga akhir hayatnya.
3. Dosen pembimbing saya. Ibu Yulia Sholichatun yang tanpa lelah selalu memberikan motivasi, arahan, petunjuk, dan membimbing saya dalam mengerjakan skripsi ini hingga selesai.

Dari lubuk hati terdalam saya mengucapkan terima kasih yang tak terkira pada orang-orang yang saya sayangi tersebut.

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : DIAN ANISATI FAIZAH

NIM : 04410097

Fakultas : PSIKOLOGI

Judul Skripsi : HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL DENGAN
KONTROL DIRI PADA REMAJA AWAL DI SMP
AL-IZZAH BATU DESA SUMBEREJO

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Malang, 02 April 2009

Yang menyatakan,

Dian Anisati Faizah

MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ ﴿٧﴾ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ ﴿٨﴾

Artinya:

“Barang siapa yang mengerjakan kebaikan seberat zarah pun, niscaya dia akan melihat (balasan)nya. Dan barang siapa yang mengerjakan kejahatan seberat zarah pun, niscaya dia akan melihat (balasan)nya pula.”

(Q. S. Az – Zilzal : 7 - 8)

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿١﴾ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ﴿٧﴾ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ﴿٨﴾

Artinya:

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari suatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain. Dan hanya kepada Tuhan-mulah hendaknya kamu berharap.”

(Q. S. Al – Insyirah : 6 – 8)

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamua'laikum Wr. Wb.

Alhamdulillah rabbi'l'alam, puji syukur sedalam-dalamnya penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: **HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITUAL (SQ) DENGAN KONTROL DIRI PADA REMAJA AWAL DI SMP AL-IZZAH BATU DESA SUMBEREJO**. Adapun tujuan dari penulisan Skripsi adalah untuk memenuhi syarat dalam mencapai derajat Sarjana Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim.

Sehubungan dengan selesainya karya akhir tersebut, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Suprayogo selaku rektor Universitas Islam Maulana malik Ibrahim.
2. Bapak M. Lutfi Mustofa, M.Ag & Andik Rony Irawan, M. Si selaku dosen penguji skripsi.
3. Bapak Drs. H. Mulyadi, M. Pd. I, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim.
4. Ibu Yulia Sholichatun, M. Si, sebagai dosen pembimbing

5. Bapak Ir. Jauhari, selaku Kepala Sekolah SMP Al-Izzah Batu
6. Seluruh staf dan ustad serta ustadzah pada umumnya yang telah membantu penulis dalam melaksanakan penelitian dan membantu memberikan data dan informasi yang penulis butuhkan.
7. Ibunda Sri Imaningsih dan almarhum Ayahanda Kuntjoro Setia Budi Puguh tercinta yang selalu memberi kasih sayang, dukungan materi serta doa yang tiada henti-hentinya.
8. Abah Abdul Wahid atas nasehat-nasehat dan doanya.
9. Adik-adikku tersayang, Muhammad Ihsan dan Nisa Adzkiya yang selalu memberikan dorongan untuk terus maju.
10. Yang terkhusus, Suathma Mailan Islamey yang selalu sabar memberikan motivasi serta semangat untuk belajar dan terus maju.
11. Keluarga besar Bapak IR. Sulaiman yang telah membantu menyediakan sarana yang sangat mendukung penyelesaian skripsi ini.
12. Laila Fitria, Rahmi Hidayati, Arin, April dan adik-adik di Al-Izzah serta rekan-rekan yang lain yang tak mungkin penulis sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari penyusunan Skripsi ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu saran dan kritik yang membangun sangat kami harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Amin.

Malang, April 2009

Penulis

DAFTAR ISI

	Hal.
Kata Pengantar	i
Daftar Isi	iii
Daftar Tabel	vi
Daftar Gambar	vii
Daftar Lampiran	viii
Abstract	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Pengertian Remaja	10
B. Perkembangan Emosi Remaja Awal	11
C. Kecerdasan Spiritual	13
1. Definisi Kecerdasan Spiritual	14
2. Kecerdasan Spiritual pada Remaja	15
3. Aspek-aspek Kecerdasan Spiritual.....	16
4. Kecerdasan Spiritual dalam Perspektif Islam	19
D. Kontrol Diri	23
1. Definisi Kontrol Diri	23
2. Aspek-aspek Kontrol Diri	24
3. Kontrol Diri dalam Perspektif Islam	25
E. Hubungan antara SQ dengan Kontrol Diri.....	30
F. Hipotesis.....	35

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A.	Rancangan Penelitian	36
B.	Identifikasi Variabel	36
C.	Definisi Operasional	37
D.	Jenis dan Metode Pengumpulan Data	38
	1. Jenis Data	38
	2. Metode Pengumpulan Data	38
E.	Populasi dan Sampel	39
	1. Ruang lingkup dan lokasi.....	39
	2. Sumber Data.....	40
	3. Populasi	40
	4. Karakteristik Subjek.....	41
	5. Sampel.....	41
F.	Instrumen Penelitian	42
G.	Proses Penelitian	46
	1. Studi Pendahuluan.....	46
	2. Studi Literatur dan Empiris	46
H.	Analisis Data	47
	1. Analisis kuantitatif	47
	2. Analisis tingkat, kategori, dan persentase.....	48
I.	Pengujian Validitas dan Reliabilitas.....	49
	1. Uji Validitas.....	49
	2. Uji Reliabilitas	50
J.	Uji Hipotesis	51

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A.	Gambaran Umum SMP Al-Izzah	53
	1. Gambaran Singkat.....	53
	2. Peran dan Fungsi SMP Al-Izzah	54
	3. Jumlah dan Usia Siswi SMP Al-Izzah.....	54
B.	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	55

1. Validitas.....	55
2. Reliabilitas	57
C. Hasil Analisis Data.....	58
1. Deskripsi Tingkat SQ.....	58
2. Deskripsi Tingkat Kontrol Diri	59
3. Hubungan SQ dengan Kontrol Diri.....	61
D. Pembahasan.....	62

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	66

Daftar Pustaka -----	68
-----------------------------	----

Lampiran -----	70
-----------------------	----

DAFTAR TABEL

No.	Tabel	Halaman.
1.	Tabel 1	41
2.	Tabel 2	44
3	Tabel 3	45
4	Tabel 4	56
5.	Tabel 5	57
6	Tabel 6	57
7	Tabel 7	59
8	Tabel 8	59
9	Tabel 9	60
10	Tabel 10	60
11	Tabel 11	61

DAFTAR GAMBAR

No.	Gambar	Halaman.
1.	Gambar 1	32
2.	Gambar 2	46

DAFTAR LAMPIRAN

No.	Judul Lampiran	Halaman.
1.	Lampiran 1 Daftar Kuesioner -----	71
2.	Lampiran 2 Struktur Organisasi-----	76
3.	Lampiran 3 Surat Bukti Penelitian-----	77
4.	Lampiran 4 Jadwal Konsultasi -----	78
5.	Lampiran 5 Data Responden -----	79
6.	Lampiran 6 Output Hasil Penelitian -----	90

ABSTRACT

Faizah, Dian Anisati. 2009, *Hubungan Kecerdasan Spiritual (SQ) dengan Kontrol Diri Pada Remaja Awal di SMP AL-IZZAH Batu Desa Sumberejo*, Skripsi, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang

Kata Kunci: Kecerdasan Spiritual (SQ), Kontrol Diri, Remaja Awal

Setiap individu akan mengalami masa-masa mencari identitas diri dan periode emosi yang merupakan ciri sebagai seorang remaja. Hal itu menyebabkan kebanyakan para remaja mengalami perilaku yang negatif, karena lemahnya kontrol diri dan kecerdasan spiritual (SQ). Keadaan yang serupa juga terjadi pada siswi SMP Al-Izzah yang menunjukkan lemahnya SQ dan kontrol diri, seperti menentang orang tua, bertengkar dengan teman, dan sebagainya. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara SQ dengan kemampuan kontrol diri pada remaja awal yang berusia sekitar 13-15 tahun di SMP Al-Izzah Batu desa Sumberejo.

Kecerdasan spiritual (SQ) menurut Zohar dan Marshall 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. Sedangkan kontrol diri menurut Calhoun dan Acocella merupakan sebagai pengaturan fisik, psikologis, dan perilaku seseorang; dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.

Rancangan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Penelitian ini mengambil 79 subjek yang dijadikan sampel, terdiri dari kelas 2 dan 3. Metode pengumpulan yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang berisi aspek-aspek kecerdasan spiritual dan kontrol diri. Analisa data yang digunakan adalah analisa kuantitatif, analisis tingkat, pengkategorian, serta prosentase SQ dan kontrol diri.

Hasil dari penelitian ini telah membuktikan adanya hubungan kecerdasan spiritual dan kontrol diri pada remaja awal dengan nilai sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05. tingkat kecerdasan spiritual dan kontrol diri pada siswi SMP Al-Izzah memiliki 3 kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah, dengan masing masing nilai sebagai berikut: kategori kecerdasan spiritual tingkat tinggi 13 subjek, sedang 52 subjek, dan rendah 14 subjek, sedangkan kategori kontrol diri tingkat tinggi 15 subjek, sedang 52 subjek, dan rendah 12 subjek.

Hasil penelitian ini dapat digunakan dalam meningkatkan kecerdasan spiritual dan kontrol diri pada siswi SMP Al-Izzah. Untuk mencapai kecerdasan spiritual dan kontrol diri yang tinggi, setiap siswi diberikan bimbingan, pemahaman, dan arahan sesuai dengan aspek-aspek SQ dan kontrol diri.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan periode tertentu dari kehidupan manusia. Pada masa remaja, individu banyak mengalami masalah dalam kontrol dirinya, misalnya mereka lebih cepat marah dengan cara-cara yang kurang wajar untuk meyakinkan dunia sekitarnya. Hal ini dapat dilihat pada fenomena yang sering terjadi akhir-akhir ini melalui media masa berupa koran, media elektronik dan liputan-liputan berita di TV, seperti tawuran antar pelajar, kekerasan yang dilakukan oleh para remaja atau seks bebas dikalangan remaja.

Seks bebas di kalangan remaja merupakan fenomena yang semakin mengkhawatirkan bagi masyarakat, para guru, dan terutama para orang tua. Sujana menyebutkan bahwa di kota Malang menunjukkan 42% dari 446 responden remaja mengaku pernah melakukan hubungan seks sebelum menikah. Fenomena ini terjadi karena pihak keluarga yang tidak dapat memfasilitasi kebutuhan mereka tentang pendidikan seks secara tepat, sehingga kemampuan mereka dalam mengendalikan dorongan seks menjadi lemah.¹

Fenomena seks bebas di kalangan remaja yang sering terjadi disebabkan karena banyaknya media elektronik yang menyuguhkan cerita-cerita serta gambar-gambar pornografi dan terutama karena lemahnya kemampuan dalam

¹ Dhena Septi Andini, *Pengetahuan Sikap dan Seks Bebas pada Remaja*, 14 Agustus 2006

mengontrol diri mereka. Kurangnya kemampuan kontrol diri pada remaja, selain ditunjukkan dengan tidak mampu mengendalikan dorongan seks, juga ditunjukkan dengan perilaku agresifitas, seperti tawuran antar pelajar, remaja membunuh orang tua, dan masih banyak lagi.

Saat ini tawuran antar pelajar sering terjadi di kota-kota besar, dan tanpa menutup kemungkinan juga terjadi di pedesaan. Dalam berbagai acara liputan kriminal, misalnya di televisi, hampir setiap hari selalu ada berita mengenai tawuran antar sekolah dan perkelahian dalam sekolah. Tahun 2002 di Jakarta tawuran antar pelajar tercatat mencapai 9,86% dari 7.011 kasus kriminal pada remaja. Tahun 2007 tindak tawuran antar pelajar kian meresahkan publik, terutama orang tua.²

Dua contoh fenomena di atas yang terjadi sekarang ini membuat masyarakat gamang, terutama orang tua yang memiliki anak di usia remaja. Bahkan di media-media masa banyak terjadi kasus remaja atau anak yang membunuh orang tuanya maupun keluarganya, misalnya yang dilakukan oleh Nicholas Waggoner Browning yang tinggal di Cockeysville pinggiran Baltimore, usia 15 tahun didakwa telah melakukan pembunuhan pada keluarganya sendiri. Korbannya adalah sang ayah John Browning (45), ibunya Tamara (44) dan kedua adik laki-lakinya Gregory (13) dan Benjamin (11). Penyebabnya adalah karena tidak adanya hubungan baik antar keluarga, terutama hubungan ayah dan anak.

Banyak faktor yang menjadi dasar munculnya adanya kasus-kasus remaja yang tidak mampu mengontrol dirinya belakangan ini, antara lain terjadinya

2 www.scribd.com, *Kriminalitas Pada Remaja*, 2007

perubahan *mood* (suasana hati) yang sangat cepat. Hasil penelitian di Chicago oleh Mihalyi Csikszentmihalyi dan Reed Larson menemukan bahwa remaja rata-rata memerlukan waktu hanya 45 menit untuk berubah dari *mood* “senang luar biasa” ke “sedih luar biasa”, sementara orang dewasa memerlukan beberapa jam untuk hal yang sama. Perubahan *mood* (*swing*) yang drastis pada para remaja ini seringkali dikarenakan beban pekerjaan rumah, pekerjaan sekolah, atau kegiatan sehari-hari di rumah. Meski *mood* remaja yang mudah berubah-ubah dengan cepat, hal tersebut belum tentu merupakan gejala atau masalah psikologis.

Selain adanya faktor perubahan *mood*, terdapat faktor lain yang mempengaruhi rendahnya kontrol diri pada remaja yaitu masalah identitas diri. Masalah identitas diri pada masa remaja menjadi faktor penting, karena kesadaran diri (*self-awareness*) mereka sudah mulai berkembang dan mengalami banyak perubahan. Remaja mulai merasakan bahwa “*ia bisa berbeda*” dengan orangtuanya dan memang ada remaja yang ingin mencoba berbeda. Inipun hal yang normal karena remaja dihadapkan pada banyak pilihan. Karenanya, tidaklah mengherankan bila remaja selalu berubah dan ingin selalu mencoba – baik dalam peran sosial maupun dalam perbuatan. Dengan tujuan yang sangat sederhana, ia ingin menemukan jati-diri atau identitasnya sendiri. Ia tidak mau hanya menurut begitu saja keingingan orangtuanya tanpa pemikiran yang lebih jauh.³

Menurut Erikson (dalam Cremers, 1989) seseorang yang sedang mencari identitas akan berusaha “menjadi seseorang”, yang berarti berusaha mengalami sendiri sebagai “AKU” yang bersifat sentral, mandiri, unik, yang mempunyai

3 Mihalyi Csikszentmihalyi dan Reed Larson, *Mood Remaja Cepat Berubah*, diakses tanggal 13 Agustus 2002, www.e-psikologi.com

suatu kesadaran akan kesatuan batinnya, sekaligus juga menjadai "seseorang" yang diterima dan diakui oleh orang banyak.⁴

Banyak orang tua khawatir jika "percobaan peran" (mencari identitas diri) ini menjadi berbahaya, karena biasanya, remaja yang dalam proses mencari identitas diri, berusaha melakukan tindakan-tindakan yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh orang tua mereka. Contoh tindakan tersebut adalah menentang orang tuanya pada setiap kesempatan, tidak membutuhkan nasehat dari orang tuanya, serta lebih senang bersama teman dan dunia luar.

Selain proses mencari identitas diri, remaja juga mengalami periode "badai dan tekanan", suatu masa di mana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Pertumbuhan pada tahun-tahun awal masa puber terus berlangsung tetapi berjalan agak lambat. Pertumbuhan yang terjadi terutama bersifat melengkapi pola yang sudah terbentuk pada masa puber. Oleh karena itu, perlu dicari keterangan lain yang menjelaskan ketegangan emosi yang sangat khas pada usia ini. Meskipun emosi remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali dan tampak irasional, tetapi pada umumnya dari tahun-ketahun terjadi perubahan perilaku emosional.⁵

Proses mencari identitas diri dan periode emosi, menyebabkan remaja sulit mengontrol diri mereka. Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam

4 Erikson, Adams dan Gullotta dalam Samsunuwiyati, *Psikologi Perkembangan*, 211, 2005

5 Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, 212-213, 1980

kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan yang berada disekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari lingkungan.⁶

Kontrol diri memang penting pada setiap individu, terutama pada remaja yang mengalami proses mencari identitas diri, karena jika tidak memiliki kemampuan kontrol diri yang bagus, remaja akan jauh dari perilaku moral. Kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan bertambahnya usia. Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok darinya dan kemudian mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial tanpa harus dibimbing, diawasi, didorong dan diancam seperti hukuman seperti yang dialami waktu anak-anak. Pada remaja kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan kematangan emosi. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosi bila pada akhir masa remajanya tidak meledak emosinya dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima.⁷

Banyak sisi negatif dari kehidupan remaja yang tidak mampu mengontrol dirinya, seperti yang disebut sebelumnya, tidak dapat dipungkiri bahwa ada sebagian remaja yang mampu meneguhkan jati diri dan identitas mereka melalui berbagai prestasi dan hasil karya yang sangat membanggakan. Seperti kita ketahui, dalam olimpiade Fisika, Matematika, dan Biologi beberapa remaja dari

6 M. Nur Gufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademi*. www.damandiri.or.id, diakses tanggal 08 juli 2005

7 *ibid*

negeri ini, mampu meraih prestasi yang membanggakan di tingkat Internasional. Dalam dunia seni tarik suara, di negeri ini juga kaya talenta-talenta muda yang dapat bersaing di dunia Internasional. Mereka lebih memilih bertindak dan berperilaku yang menguntungkan untuk dirinya dan orang lain.⁸

Salah satu faktor yang menyebabkan mereka mampu memiliki kontrol diri yang baik dengan memiliki spiritual yang tinggi. Dengan memiliki spiritual yang tinggi, manusia dapat melakukan manajemen diri. Menurut Danah Zohar dan Ian Marsall dalam Aribowo, seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual atau spiritual tinggi akan mampu mengendalikan diri sepenuhnya.⁹

SQ menurut Danah Zohar dan Ian Marsall, SQ adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan 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 adalah kecerdasan jiwa. Kecerdasan yang dapat membantu manusia menyembuhkan dan membangun diri secara utuh.¹⁰

Alasan mendasar spiritualitas adalah bahwa setiap orang itu penting dan istimewa bagi dunia. Spiritualitas adalah kemampuan kita untuk membuat hubungan mendalam dengan apapun yang kita yakini membuat hidup berarti. Remaja jarang menyadari pengalaman mereka dalam spiritualitas. Mereka lebih

8 Yuda-online, *Remaja Berprestasi*, Maret 28, 2007

9 Aribowo Prijosaksono, *Control Your Life*, 70-71, 2002

10 Danah Zohar, *SQ*, 4, 2001

fokus pada perjuangan menemukan makna dan tujuan hidup.¹¹

SMP Al-Izzah Batu adalah Sekolah Menengah Pertama yang berlandaskan pada sistem keagamaan. Setiap siswi-siswinya berumur sekitar 13-15 tahun yang menunjukkan bahwa mereka termasuk dalam kategori remaja awal, oleh karena itu proses mencari identitas diri dan periode emosi merupakan hal yang sering kali menyertai masa-masa remaja awal seperti mereka. Siswi-siswi SMP Al-Izzah hidup dalam suasana pesantren yang religius, namun peneliti menemukan fenomena yang menunjukkan lemahnya kontrol diri pada mereka, misalnya mudah bertengkar dengan teman-teman sebaya, membolos sekolah, menentang orang tua/ustadzah, mudah marah, dan sebagainya.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap beberapa siswi SMP Al-Izzah, menunjukkan bahwa para siswi tersebut mengalami masa mencari identitas diri dan periode emosi. Keadaan yang terjadi pada siswi SMP Al-Izzah ditunjukkan dengan perilaku menentang orang tua pada setiap kesempatan, menyangkal kebutuhan akan peringatan atau nasehat, memiliki keyakinan tinggi bahwa tindakannya itu selalu benar, mudah sekali emosi, kurang percaya diri, dan membutuhkan atau haus akan kasih sayang. (*Wawancara pada tanggal 15 Desember 2008*)¹²

Akan tetapi, tidak semua siswi SMP Al-Izzah menampakkan perilaku yang negatif, walaupun mereka memiliki kesamaan dalam masa mencari identitas diri dan periode emosi. Sebagian dari mereka telah memiliki kemampuan dalam

11 Maurice J. Elias, *Cara-cara Efektif Mengasah EQ Remaja*, 96, 2002

12 Wawancara dengan Bunga (*bukan nama sebenarnya*), tanggal 15 Desember 2008

mengontrol setiap emosi atau perilaku yang muncul, karena mereka memiliki kecerdasan spiritual yang cukup baik.

Bertolak dari keadaan tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang apakah ada hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kemampuan kontrol diri pada remaja awal, sehingga peneliti mengangkat judul penelitian "**Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Kemampuan Kontrol Diri pada Remaja awal di SMP Al-Izzah desa Sumberejo-Batu**".

Ada beberapa penelitian yang membahas tentang kecerdasan spiritual dan kontrol diri, tetapi penelitian-penelitian tersebut belum membicarakan tentang adanya hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri. Misalnya *hubungan kecerdasan spiritual dengan perilaku altruisme pada remaja awal di MTS Al maarif 01 Singosari*, oleh Hilma Zakiyyah (2007). Penelitian yang dilakukan oleh Hilma Zakiyyah membuktikan adanya hubungan antara SQ dengan perilaku altruisme. Selain penelitian Hilma Zakiyyah terdapat penelitian lain yang meneliti tentang kontrol diri, yaitu *hubungan kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi pada siswa SMP Wahid Hasyim Malang*, oleh Nuroh (2006). Penelitian yang dilakukan oleh Nuroh juga telah membuktikan adanya hubungan antara kontrol diri dengan perilaku prokrastinasi. Dua penelitian tersebut tidak memberikan fokus pada SQ dan kontrol diri. Sehingga penelitian yang telah diajukan ini berbeda dari dua penelitian sebelumnya, karena penelitian ini lebih memfokuskan pada hubungan kecerdasan spiritual dengan kontrol diri.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat SQ pada remaja awal yang bersekolah di lingkungan keagamaan di SMP Al-Izzah Batu?
2. Bagaimana kemampuan kontrol diri pada remaja awal di SMP Al-Izzah Batu?
3. Apakah ada hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kemampuan kontrol diri pada remaja awal di SMP Al-Izzah Batu?

C. Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kemampuan kontrol diri pada remaja awal yang berusia sekitar 13-15 tahun.

D. Manfaat

1. Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu digunakan sebagai bahan masukan untuk lembaga SMP Al-Izzah tentang hubungan kecerdasan spiritual dengan kemampuan kontrol diri

2. Manfaat teoritik

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan informasi bagi peneliti-peneliti yang selanjutnya, dan dapat dijadikan sebagai bahan kajian tentang hubungan kecerdasan spiritual dengan kemampuan kontrol diri.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Pengertian Remaja

Istilah adolescence atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum.¹³

Menurut Piaget, secara psikologis, masa remaja adalah usia saat individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia saat anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua, melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.¹⁴

Jersild dkk, tidak memberikan batasan pasti mengenai rentangan usia masa remaja, tetapi dia mencatat bahwa masa remaja mencakup periode atau masa tumbuhnya seseorang dalam masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Singkatnya, masa remaja dapat ditinjau sejak seseorang menampakkan tanda-tanda pubertas dan berlanjut hingga tercapainya kematangan seksual, tinggi

13 Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, 206, 1980

14 Piaget dan Jersild dalam M. Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, 56, 2006

badan secara maksimum, dan pertumbuhan mentalnya secara penuh, yang dapat diketahui melalui pengukuran tes-tes inteligensi. Atas dasar batasan itu, ada yang menyebutnya masa *preadolescence*, *early adolescence*, *middle and late adolescence*.¹⁵

Kebanyakan remaja merasa bahwa transisi dari masa anak ke masa dewasa sebagai masa perkembangan fisik, kognitif, dan sosial yang memberikan tantangan, kesempatan, dan pertumbuhan. Masa remaja dimulai kira-kira usia 10 sampai 13 tahun dan berakhir antara usia 18 dan 22 tahun. Perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional yang terjadi berkisar dari perkembangan fungsi seksual, proses berfikir abstrak sampai pada kemandirian.¹⁶

Berdasarkan penjelasan di atas, remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa dengan ditandai berkembangnya organ-organ seksual, perkembangan psikologis, dan perkembangan mentalnya.

B. Perkembangan Emosi Remaja Awal

Masa remaja awal dimulai ketika usia seorang anak telah genap 12/13 tahun, dan berakhir pada usia 17/18 tahun. Anak usia belasan tahun sering ditunjukkan bagi remaja awal. Masa remaja awal memiliki ciri khas yang tidak dimiliki masa-masa yang lain yaitu: tidak stabilnya emosi, lebih menonjolnya sikap dan moral, mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan, membingungkannya status, banyaknya masalah yang dihadapi, masa yang kritis¹⁷

Manakala usia seseorang telah genap 12/13 tahun, maka ia telah mulai

15 Piaget dan Jersild dalam M. Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, 60, 2006

16 John W. Santrock, *Perkembangan Remaja*, 26, 2003

17 M. Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, 68-70, 2006

menginjak suatu masa kehidupan yang disebut masa remaja awal. Masa ini berakhir pada usia 17/18 tahun. Istilah yang biasa diberikan bagi si remaja awal adalah “teenagers”. Dalam parohan akhir periode pubertas atau perohan awal masa remaja awal, terdapat gejala-gejala yang disebut gejala-gejala “negative phase”.

Hurlock menguraikan cukup lengkap tentang gejala-gejala negative phase ini yang pokok-pokoknya sebagai berikut: keinginan untuk menyendiri, berkurang kemauan untuk bekerja, kurang koordinasi fungsi-fungsi tubuh, kejemuan, kegelisahan, pertentangan sosial, penantangan terhadap kewibawaan orang dewasa, kepekaan perasaan, kurang percaya diri, mulai timbul minat pada lawan seks, kepekaan perasaan susila, dan kesukaan berkhayal.

Rasa sedih merupakan sebagian emosi yang sangat menonjol dalam masa remaja awal. Remaja sangat peka terhadap ejekan-ejekan yang dilontarkan kepada diri mereka. Kesedihan yang sangat akan muncul, jika ejekan-ejekan itu datang dari teman-teman sebaya, terutama yang berlainan jenis sebaiknya, perasaan gembira biasanya akan nampak manakala si remaja mendapat pujian, terutama pujian terhadap diri atau hasil usahanya. Penampakan rasa gembira ini memang berbeda diantara para remaja, yang barangkali dipengaruhi oleh tipe kepribadian mereka masing-masing. Bagi remaja yang ekstrovert, rasa gembira akan lebih nampak dibandingkan dengan remaja introvert. Perasaan-perasaan gembira yang didapat si remaja akibat penghargaan terhadap diri dan hasil usahanya (prestasinya) memegang peranan penting dalam menumbuhkan rasa percaya diri mereka.

Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak dalam masa remaja awal antara lain adalah marah, malu, takut, cemas (*anxiety*), cemburu, iri hati (*envy*), sedih, gembira, kasih sayang dan ingin tahu. Dalam hal emosi yang negative, umumnya remaja belum dapat mengontrolnya dengan baik. Sebagian remaja dalam bertingkah laku sangat dikuasai oleh emosinya.¹⁸ Pada umumnya pada masa ini, mereka belum mampu mengontrol emosinya yang negatif karena emosinya lebih mendominasi tingkah lakunya. Mereka baru bisa mengontrol diri/emosinya dalam banyak situasi bila terbiasa dan terlatih menguasai emosi mereka.¹⁹

Perkembangan emosi pada remaja seringkali sangatlah kuat dan tidak terkendali sehingga pada masa remaja ini, seseorang sering mengalami kesulitan dalam mengendalikan perasaannya maupun dirinya karena disebabkan oleh perubahan fisik dan kelenjar. Menurut Gesell, remaja yang berumur 14 tahun sampai dengan 16 tahun seringkali mudah marah, emosinya cenderung “meledak”, dan mereka tidak berusaha mengendalikan perasaannya.²⁰

C. Kecerdasan Spiritual

Spiritualitas merupakan bagian dari realitas hidup manusia, karena dalam otak manusia terdapat *God Spot*, yang merupakan pusat spiritual yang terletak di antara hubungan-hubungan saraf dalam cuping-cuping temporal otak.²¹ Setiap manusia memiliki kebutuhan dasar spiritual yang harus terpenuhi dalam hidupnya. Kebutuhan spiritual ini jika terpenuhi akan menimbulkan keadaan damai, aman,

18 Andi Mappiare, *Psikologi Remaja*, 60, 1982

19 M. Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, 112, 2006

20 Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, 213, 1980

21 Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ*, 110, 2001

dan tentram dalam kehidupan manusia. Penelitian-penelitian yang dilakukan di Barat menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritual sangat penting dalam kehidupan manusia.²²

Banyak masyarakat berpendapat bahwa spiritual/religius pada umumnya bermanfaat bagi kesehatan mental. Beberapa fakta yang mendukung pendapat ini adalah bahwa spiritual/religius:

- a. Mengurangi tingkat kecemasan dengan menawarkan struktur kognitif melalui penjelasan yang menenangkan dan tindakan untuk mengurangi kekacauan dunia.
- b. Menawarkan perasaan harapan, pengertian, dan tujuan yang sama dengan perasaan emosi yang baik atau menyenangkan.²³

1. Definisi Kecerdasan Spiritual (SQ)

Ada 4 pandangan yang menunjukkan perkembangan konsep spiritual dalam psikologi sebagai latar belakang kemunculan konsep kecerdasan spiritual (SQ), antara lain konsep behaviorisme, psikoanalisis, psikologi humanistik, dan transpersonal.

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshall, saat ini, pada abad ke dua puluh, serangkaian data ilmiah terbaru, yang sejauh ini belum banyak dibahas, menunjukkan adanya “Q” jenis ketiga. Gambaran utuh kecerdasan manusia dapat dilengkapi dengan perbincangan mengenai kecerdasan spiritual --- disingkat SQ. Istilah spiritual berasal dari bahasa Latin *spiritus*, yang berarti sesuatu yang

22 Triantoro Safaria, *Spiritual Intelligence*, 6, 2007

23 Jhon F. Schumaker, *Religion and mental health*, 3, 1992

memberikan kehidupan atau vitalitas pada sebuah sistem. SQ yang dimaksudkan oleh Zohar dan Marshall 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. SQ adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif. Bahkan, SQ merupakan kecerdasan tertinggi kita.

Menurut Marsha Sinetar, kecerdasan spiritual adalah pemikiran yang terilhami oleh dorongan dan efektivitas, keberadaan atau hidup ilahia yang mempersatukan kita sebagai makhluk ciptaan Allah SWT. Kecerdasan spiritual sangat erat kaitannya dengan kesadaran spiritual dalam diri individu.²⁴

Berdasarkan penjelasan di atas, SQ adalah kemampuan seseorang untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks yang lebih bermakna, kemampuan seseorang untuk menghadapi masalah yang terjadi pada dirinya, kemampuan untuk bersikap fleksibel, kemampuan untuk menghadapi penderitaan, dan lebih cenderung kepada persoalan makna dan nilai.

2. Kecerdasan Spiritual pada Remaja

Kecerdasan spiritual (SQ) memiliki peranan yang penting bagi remaja untuk menghadapi segala tantangan dan hambatan dalam hidup ini. Penelitian Prof. Dadang Hawari menegaskan bahwa remaja yang rendah spiritualnya memiliki resiko lebih tinggi terlibat dalam perilaku-perilaku yang menyimpang,

24 Triantoro Safira, *Spiritual Intellegence*, 16, 2007

semisal penyalahgunaan obat-obat terlarang, minuman keras, seks bebas, dan lain-lain. Pada masa remaja awal, spiritual yang dimiliki adalah kepercayaan *sintetis-konvensional*. Pada masa ini anak telah mencapai tara perkembangan kognitif yang bersifat operasi formal dimana anak mulai mampu mengambil alih pandangan-pandangan orang lain menurut pola pengambilan perspektif antar pribadi secara timbal balik. Pada tahap ini anak berupaya menciptakan sintetis identitas secara integral. Namun sintetis identitas ini terbentuk setelah anak remaja menciptakan sintetis dari seperangkat arti baru dari berbagai nilai-nilai yang ditemuinya di lingkungannya.

Pada tahap inilah remaja mulai tertarik secara mendalam terhadap ideologi dan agama. Dengan mulai mapannya berpikir remaja, membuat mereka membutuhkan suatu sistem keyakinan dan nilai-nilai untuk menemukan nilai-nilai atau makna yang bisa digunakan untuk menciptakan sintetis identitas dirinya. Namun pada remaja mudah terjebak dalam pandangan-pandangan konformistik, sehingga mereka banyak mengikuti pandangan-pandangan yang ada di luar dirinya.²⁵

3. Aspek-aspek Kecerdasan Spiritual

Marsha Sinetar (2001) menjelaskan ada beberapa ciri dari anak-anak atau remaja yang memiliki potensi kecerdasan spiritual yang tinggi. Adapun karakteristik/ciri tersebut adalah:

25 Triantoro Safira, *Spiritual Intelligence*, 64, 2007

a. Kesadaran diri yang mendalam

Hal ini ditunjukkan dengan memiliki kemampuan untuk memahami dirinya sendiri serta memahami emosi-emosinya yang muncul sehingga mampu berempati dengan apa yang terjadi pada orang lain. Selain itu, anak/remaja juga memiliki kepercayaan diri yang tinggi dan kemauan yang keras untuk mencapai tujuan hidup.

b. Memiliki pandangan luas terhadap dunia dan alam.

Remaja mampu melihat diri sendiri dan orang lain saling terkait. Remaja juga mampu melihat bahwa alam adalah sahabat bagi manusia.

c. Moral tinggi dan pendapat yang kokoh

Ditunjukkan dengan memberikan perhatian pada teman dan tidak suka menyakiti sebayanya. Selain itu anak ini juga memiliki keberanian mengajukan pendapatnya dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi.

d. Pemahaman tentang tujuan hidupnya

Memiliki visi yang tajam dan mampu menerapkan misi yang dibuatnya sendiri dalam hidupnya dan memiliki impian tentang cita-cita di masa depan.

e. Pandangan efisien tentang realitas.

Anak memiliki kemampuan untuk bertindak realistis. Mereka mampu melihat situasi sekitar, mau peduli dengan kesulitan orang lain. Mereka juga tidak pernah menuntut orang tuanya dengan paksa.

Frances Vaughan (1992) seorang ahli psikologi transpersonal mengemukakan beberapa aspek dari spiritualitas yang sehat di dalam tulisannya

yang berjudul *Spiritual Issues in Psychotherapy*. Aspek-aspek tersebut adalah:

a. Autentik.

Bertanggung jawab dan jujur terhadap diri sendiri dan memiliki komitmen yang kuat dari dalam diri individu. Menjadi autentik ditunjukkan dengan seiya-sekatanya antara keyakinan, prinsip, pikiran, perasaan, dan tindakan.

b. Melepaskan masa lalu.

Mampu memaafkan dan tidak hidup di masa lalunya serta seluruh energi dan perhatiannya dipusatkan pada kegiatan-kegiatan positif yang ada di depan matanya.

c. Menghadapi ketakutan sendiri.

Orang yang sehat secara spiritual adalah orang yang mampu menghadapi ketakutannya sendiri dengan bertanggung jawab. Mereka tidak lari atau bersembunyi dari ketakutan, atau mencari cara-cara yang neurotis agar terhindar dari ketakutannya sendiri.

d. Pemahaman dan memaafkan

Memahami keseluruhan diri berarti menyadari keberadaan dirinya di dunia. Hal ini membuat anak mampu melihat secara jelas eksistensi diri sendiri sehingga melaluinya kita mengembangkan visi dan misi hidup kita sendiri.

e. Cinta dan kasih sayang.

Kemampuan untuk memberikan cinta dan kasih sayang merupakan karakteristik dari orang yang sehat secara spiritual. Cinta memberikan

kekuatan untuk mencerahkan eksistensi kehidupan manusia tanpa kebencian dan ketakutan untuk dikuasai.

f. Tanggung jawab sosial

Memiliki sikap tanggung jawab sosial, sikap mau menolong ketika melihat orang lain kesusahan dan melihat kehidupan secara realistis. Remja tidak terjebak dalam egoisme yang mementingkan kesejahteraan diri sendiri.

g. Kesadaran

Memiliki kesadaran diri yang tinggi. Dengan kesadaran ini mereka mampu memahami gejolak perasaannya sendiri dan memahami tujuan-tujuan hidupnya.

h. Kedamaian.

Senang menciptakan kedamaian antar umat manusia, menengahkan kehidupan harmonis, dan menolak kekerasan dengan alasan apapun. Bagi mereka kekerasan hanya akan menambah beban masalah, dan menghapuskan kedamaian dari kehidupan.

i. Pembebasan

Mampu membebaskan diri mereka dari pengaruh negatif hawa nafsu yang hanya akan membawa kerusakan di muka bumi.²⁶

4. Kecerdasan Spiritual Dalam Prespektif Islam.

Kecerdasan spiritual bukanlah doktrin agama yang mengajak umat

26 Triantoro Safira, *Spiritual Intellegence*, 26-34, 2007

manusia untuk ‘cerdas’ dalam memilih atau memeluk salah satu agama yang dianggap benar. Seseorang yang taat beragama belum tentu memiliki kecerdasan spiritual, bisa jadi orang yang non-agamis memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi.²⁷

Menurut Mujib, kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan kalbu yang berhubungan dengan kualitas batin seseorang. Kecerdasan ini akan mengarahkan seseorang untuk berbuat yang lebih manusiawi, sehingga dapat menjangkau nilai-nilai luhur yang mungkin belum tersentuh oleh akal pikiran manusia.²⁸ Menurut Aliah, manusia berbeda-beda dalam pencapaian kekuatan spiritual, seperti keikhlasan, kebenaran, pertaubtan, cinta kepada Allah dan penyerahan diri kepada-Nya.²⁹

Kecerdasan spiritual yang merupakan salah satu kecerdasan kalbu memiliki beberapa macam bentuk, antara lain:

- a. Kecerdasan ikhbat (*al-ikhbat*), yaitu kondisi kalbu yang memiliki kerendahan dan kelembutan hati, merasa tenang dan khusuk di hadapan Allah dan tidak menganiaya orang lain. Orang yang memiliki kecerdasan ikhbat memiliki dua macam sifat, antara lain sifat yang berkaitan dengan aktivitas psikis (*maknawi*), yaitu apabila disebutkan nama Allah, hatinya akan berdebar dan dia akan sabar dalam menghadapi segala macam musibah yang menimpanya. Firman Allah SWT.:

27 Abdul Mujib & Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, 324, 2002

28 *Ibid*, 329

29 Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami*, 288-293, 2006

وَبَشِّرِ الْمُخْبِتِينَ ﴿٣٤﴾ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَالصَّابِرِينَ

عَلَىٰ مَا أَصَابَهُمْ وَالْمُقِيمِي الصَّلَاةِ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ ﴿٣٥﴾

Artinya:

Dan berilah kabar gembira kepada orang-orang yang tunduk patuh (kepada Allah), (yaitu) orang-orang yang apabila disebut nama Allah gemetarlah hati mereka, orang-orang yang sabar terhadap apa yang menimpa mereka, orang-orang yang mendirikan sembahyang dan orang-orang yang menafkahkan sebagian dari apa yang telah kami rizkikan kepada mereka. (Q.S. Al-Hajj: 34-35)

- b. Kecerdasan dalam berharap baik (*al-rajā'*), yaitu berharap terhadap sesuatu kebaikan kepada Allah SWT. dengan disertai usaha yang sungguh-sungguh dan *twakkal*. *Raja'* dapat berupa harapan seseorang terhadap pahala setelah melakukan kataatan kepada Allah SWT. dan harapan ampunan dari-Nya setelah bertaubat dari dosa-dosanya. *Al-rajā'* berkaitan dengan memenuhi ketaatan sehingga mendatangkan rahmat dan sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT., juga berkaitan dengan ketakutan akan siksa-Nya. Firman Allah SWT.:

أُولَئِكَ الَّذِينَ يَدْعُونَ يَبْتَغُونَ إِلَىٰ رَبِّهِمُ الْوَسِيلَةَ أَيُّهُمْ أَقْرَبُ وَيَرْجُونَ

رَحْمَتَهُ وَيَخَافُونَ عَذَابَهُ ۚ إِنَّ عَذَابَ رَبِّكَ كَانَ مَحْذُورًا ﴿٥٧﴾

Artinya:

Orang-orang yang mereka seru itu, mereka sendiri mencari jalan kepada Tuhan mereka siapa di antara mereka yang lebih dekat (kepada Allah) dan mengharapkan rahmat-Nya dan takut akan adzab-adzab-Nya, sesungguhnya adzab Tuhanmu adalah suatu yang (harus) ditakuti. (Q.S. Al-Isra', 57)

- c. Kecerdasan muqarabah (*al-muraqabah*), yaitu kesadaran seseorang bahwa Allah maha mengetahui dan mengawasi apa yang dipikirkan, dirasakan, dan diperbuatnya, baik lahir maupun batin. Seseorang yang memiliki kecerdasan ini akan selalu bersikap waspada, mawas diri, dan berhati-hati, baik dalam bentuk pikiran, perasaan, maupun tindakan.

Firman Allah SWT.:

.....وَأَعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَعْلَمُ مَا فِي أَنْفُسِكُمْ فَاحْذَرُوهُ.....

Artinya:

Dan ketahuilah bahwasannya Allah mengetahui apa yang ada dalam hatimu, maka takutlah kepada-Nya....(Q.S. Al-Baqarah, 235)

- d. Kecerdasan sabar (*al-shabr*), yaitu menahan diri dari hala-hal yang dibenci dan menahan lisan agar tidak mengeluh. Sabar dapat menghindarkan seseorang dari perasaan resah, cemas, marah, dan kekacauan. Sabar dapat menghindari diri dari perbuatan maksiat dan ikhlas menerima cobaan.

Firman Allah SWT.:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ

تُقْلِحُونَ ﴿٢٠٠﴾

Artinya:

Hai orang-orang yang beriman, bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu dan tetapkan bersiap siaga (di perbatasan negerimu) dan bertakwalah kepada Allah supaya kamu beruntung. (Q.S. Ali-Imran, 200)³⁰

30 Abdul Mujib & Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, 334, 2002

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan kolbu yang ada pada diri seseorang dan memiliki beberapa macam bentuk kecerdasan untuk memperoleh tingkat kecerdasan spiritual yang lebih tinggi.

D. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang tepat di lingkungannya. Para ahli berpendapat bahwa selain dapat mereduksi efek-efek psikologi yang negatif dari stressor-stressor lingkungan, kontrol diri juga dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat pencegahan.³¹ Maka dari itu kontrol diri sangatlah penting bagi seseorang, terutama bagi anak-anak yang menginjak remaja.

1. Definisi Kontrol Diri

Kontrol diri juga merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi. Kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, dan lain-lain.(Roosianti, 1994). Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan kontrol

31 Zulkarnaen, *Hubungan Kontrol Diri dengan Kreatifitas Kerja*, Usu Digital Library, 1990

diri (*self-control*) sebagai pengaturan fisik, psikologis, dan perilaku seseorang; dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri.³²

Setiap orang membutuhkan pengendalian diri, begitu juga para remaja. Namun kebanyakan dari mereka belum mampu mengontrol dirinya, karena dia belum mempunyai pengalaman yang memadai untuk itu. Dia sangat peka karena pertumbuhan fisik dan seksual yang berlangsung dengan cepat. Sebagai akibat dari pertumbuhan fisik dan seksual tersebut, terjadi kegoncangan dan kebimbangan dalam dirinya terutama dalam pergaulan terhadap lawan jenis.³³

Berdasarkan penjelasan di atas, maka kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin intens pengendalian tingkah laku, semakin tinggi pula kontrol diri seseorang.

2. Aspek-aspek Kontrol diri

a. Behavioral control

Merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan

32 Calhoun & Acocella, *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*, 1995

33 Panut Panuju, *Psikologi Remaja*, 39, 1999

siapa yang mengendalikan keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu yang ada di luar dirinya. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

b. Cognitive control

Kemampuan individu dalam mengelolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan.

c. Decisional control

Merupakan kemampuan seseorang untuk memilih atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.³⁴

3. Kontrol Diri dalam Prespektif Islam

Kontrol diri merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh setiap individu. Dalam perspektif islam kontrol diri dilambangkan dengan “**puasa**”, tujuannya adalah untuk menahan diri dari belenggu ego duniawi yang tidak terkendali dan nafsu batiniah yang tidak seimbang.

34 Averill dalam M. Nur Gufron, *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademi*. www.damandiri.or.id, diakses tanggal 08 juli 2005.

Dorongan (keinginan/nafsu) fisik atau batin secara berlebihan akan menghasilkan sebuah rantai belenggu yang akan menutup asset berharga dari seorang manusia, yaitu *God-Spot*. *God-Spot* yang tertutup oleh nafsu fisik dan batin yang tidak seimbang akan mengakibatkan seseorang menjadi “buta hati” dan lebih mengutamakan ego.³⁵ Sesuai dengan firman Allah yang menyatakan:

﴿ إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الضَّمَمُ الْبُكْمُ الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ ﴾

Artinya :

Sesungguhnya binatang (makhluk) yang seburuk-buruknya pada sisi Allah ialah orang yang pekak dan bisu, yang tidak mengerti apapun. (Q.S. Al-anfaal, 22)³⁶

Kontrol diri dapat dibentuk dan dibangun melalui bentuk pelatihan dahsyat dan sempurna yang metodenya langsung diberikan oleh Allah SWT, berupa puasa. Salah satu manfaat puasa adalah sebagai bentuk pelatihan untuk mengendalikan suasana hati, pikiran negatif, dan menahan kemarahan atau dendam.³⁷ Sesuai dengan firman Allah yang menyatakan:

﴿ الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴾

Artinya:

(yaitu) orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang menyukai kebajikan. (Q.S. Ali ‘imran, 134)³⁸

35 Ary Ginanjar Agustian, *ESQ*, 302, 2005.

36 Al-Qur’an Al-karim dan terjemahannya departemen agama RI, 2008

37 Ary Ginanjar Agustian, *ESQ*, 304, 2005.

38 Al-Qur’an Al-karim dan terjemahannya departemen agama RI, 2008

Puasa tidak hanya berfungsi untuk menahan dan mengendalikan hawa nafsu dan amarah saja, tetapi juga mampu mengendalikan pikiran agar selalu sejalan dengan rukun iman. Sehingga kontrol diri tetap berada pada jalur fitrah dan meningkatkan kecerdasan emosional. Ada beberapa pengendalian untuk menjaga pikiran yang sesuai dengan rukun iman, yakni:

a. Pengendalian *Star Principle* (iman kepada Allah)

Lawan terberat pada diri seseorang adalah mengendalikan diri dari daya tarik dan kemilau dunia yang tidak dilandasi dengan syariat Allah. Kenyataannya banyak orang yang lebih mendahulukan daya tarik dunia dari pada Allah SWT.

Orang sering tersesat dan jauh dari Tuhan, sebab mereka lebih mendahulukan lingkungan atau keindahan dunia yang tidak pernah kekal dan semuanya akan kembali kepada Allah. Di sinilah letak pengendalian diri, yaitu konsistensi untuk berprinsip dan menyembah kepada Allah. Seringkali Allah mengingatkan manusia manusia agar tetap konsisten pada tujuan utama, yaitu berpegang dan bersujud hanya kepada Allah. Di sinilah makna puasa, yaitu pengendalian diri agar tetap berada di jalur yang lurus. Firman Allah:

زُيِّنَ لِلنَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ وَالْقَنَاطِيرِ الْمُقَنْطَرَةِ مِنَ
الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَالْخَيْلِ الْمُسَوَّمَةِ وَالْأَنْعَامِ وَالْحَرْثِ ذَلِكَ مَتْنَعُ الْحَيَاةِ
الدُّنْيَا وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الْمَتَابِ ﴿١٤﴾

Artinya:

Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada apa-apa yang diingini, yaitu wanita-wanita, anak-anak, harta yang banyak dari jenis emas, perak, kuda pilihan, binatang-binatang ternak, dan sawah ladang. Itulah kesenangan hidup di dunia dan di sisi Allah-lah tempat kembali yang baik (surga). (S.Q. Ali 'imran, 14)³⁹

b. Pengendalian *Angel Principle* (kepercayaan)

Memperoleh kepercayaan adalah suatu dorongan dan keinginan setiap orang. Tetapi memperoleh kepercayaan tanpa disadari oleh nilai-nilai kebenaran, akan mengakibatkan pula kegagalan. Seseorang akan memperoleh kepercayaan dari orang lain dapat dilalui dengan berbagai cara, seperti menyogok, menjilat, meyuap, dan berpura-pura loyal. Inilah nafsu yang harus dikendalikan, yaitu nafsu untuk memperoleh sebuah kepercayaan semu dengan menghalalkan berbagai cara.

Mengendalikan nafsu seperti ini lebih sulit terdeteksi, karena individu yang lebih mengutamakan ketulusan dan kepercayaan dari orang lain merasa sudah benar (munafik). Terkadang manusia tidak sadar, bahwa memperoleh kepercayaan dengan cara yang negatif tidak akan bertahan lama. Oleh karena itu, kunci paling utama adalah ketulusan dan percaya kepada Allah, bukan kepada manusia. Perolehan kepercayaan dari Allah, maka nafsu ingin memperoleh kepercayaan palsu itu akan sirna. Berikut firman Allah:

مَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ حَرَجٍ وَلَٰكِنْ يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ
نِعْمَتَهُ وَعَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿١﴾

39 Al-Qur'an Al-karim dan terjemahannya departemen agama RI, 2008

Artinya:

Allah tidak hendak menyulitkan kamu, tetapi dia hendak membersihkan kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya, supaya kamu bersyukur. (Q.S. Al-Maa'idah, 6)⁴⁰

c. Pengendalian *Leadership principle* (kepemimpinan)

Banyak orang yang ingin menjadi pemimpin yang diperoleh dengan jalan pintas. Puasa adalah kemampuan menahan diri untuk tidak berkeinginan menjadi seorang pemimpin yang diperoleh dengan cara-cara negatif dan mengendalikan egoisme pada diri sendiri. Mereka lebih mengutamakan kepemimpinan yang membawa umat ke arah kebahagiaan dan mampu membawa amanat dari orang lain.⁴¹ Firman Allah SWT.:

الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ
مُهْتَدُونَ ﴿٨٢﴾

Artinya:

orang-orang yang beriman dan tidak mencampuradukkan iman mereka dengan kedzaliman (syirik), mereka itulah orang-orang yang mendapat keamanan dan mereka itu adalah orang-orang yang mendapat petunjuk. (Q.S. Al- An'aam, 82)

d. Pengendalian *Vision Principle* (visi)

Manusia dalam mencapai sebuah visi, sering sekali menimbulkan perasaan tidak tentram dan kegelisahan, meskipun visi yang telah mereka capai telah berhasil dengan baik. Hal ini disebabkan karena visi yang mereka buat dan dijalankan tidak berpegang kepada ajaran Allah, dimana tidak ada keyakinan bahwa semua akan kembali kepada-Nya.

40 Al-Qur'an Al-karim dan terjemahannya departemen agama RI, 2008

41 Ary Ginanjar Agustian, *ESQ*, 309-315, 2005.

Nafsu visi seperti itu harus dikendalikan melalui mekanisme puasa dan kesadaran akan “hari kemudian” dimana setiap orang akan mempertanggung jawabkan atas segala apa yang mereka perbuat. Sebaliknya orang yang mampu berpuasa untuk mengendalikan visinya, akan memperoleh hasil yang lebih baik dan berada jauh ke depan. Firman Allah:

وَالَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَيَآخِرَةَ هُمْ يُوقِنُونَ ﴿٤﴾

أُولَئِكَ عَلَىٰ هُدًى مِنْ رَبِّهِمْ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُتْلِحُونَ ﴿٥﴾

Artinya:

Dan mereka yang beriman kepada kitab (Al-Qur'an) yang telah diturunkan kepadamu dan kitab-kitab yang diturunkan sebelumnya, serta mereka yakin akan kehidupan akherat. Mereka itulah yang mendapat petunjuk dari Tuhan mereka, dan merekalah orang-orang yang beruntung (mendapat kejayaan). (Q.S. Al-Baqarah, 4-5)

Penjelasan di atas dapat disimpulkan, bahwa kontrol diri dapat dilalui dengan puasa, karena dengan puasa seseorang dapat mengendalikan hawa nafsu dan belenggu ego duniawi. Pengendalian pada seseorang dapat dilakukan sesuai dengan rukun iman demi mencapai tingkat kontrol diri yang tinggi.

E. Hubungan Antara SQ dengan Kontrol Diri

Hal yang paling sulit dilakukan pada diri manusia adalah mengendalikan diri kita sendiri. Bahkan Nabi Muhammad mengatakan mengendalikan dan menghancurkan kecenderungan nafsu syaithani di dalam diri tiap individu merupakan jihad akbar. Jika telah mampu mengendalikan diri dan menghancurkan

kecendrungan syaithani, maka orang telah mencapai tahap kecerdasan spiritual yang tinggi.⁴²

Menurut Danah Zohar dan Ian Marsall, SQ adalah landasan untuk memfungsikan IQ dan EQ (termasuk kontrol diri). Dengan nilai-nilai spiritual, seseorang akan mampu mengontrol diri dan bergulat dengan ihwal baik atau jahat. SQ membantu untuk menjembatani kesenjangan antara emosi-emosi intrapersonal (emosi yang ada di dalam diri) dengan emosi-emosi interpersonal (yang sama-sama dimiliki diri sendiri maupun orang lain atau yang sering digunakan untuk berhubungan dengan orang lain). Seseorang akan menjadi ambisius, egois, dan pemaarah, akan tetapi dengan adanya SQ, akan terbantu untuk mencapai kesempurnaan dan membantu menjalani hidup pada tingkatan makna yang lebih dalam. Hal ini dikarenakan SQ adalah salah satu proses berfikir pada setiap manusia yang ditunjukkan dengan semangat, visi, harapan, kesadaran akan makna dan nilai.⁴³

Daniel Goleman berpendapat bahwa jika seseorang tidak mampu untuk memperhatikan emosi-emosi yang ada pada diri sendiri, maka akan kesulitan mengontrol emosi yang keluar. Namun jika seseorang mengetahui nilai mencapai kecerdasan spiritual dan berusaha untuk meningkatkannya, maka ia dapat mengendalikan emosi (kontrol diri).⁴⁴

Sedangkan menurut Aribowo Prijosaksono, seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual akan mampu mengendalikan diri sepenuhnya, tidak pernah membiarkan emosinya tidak terkendali dan lepas kontrol, tidak menunjukkan

42 Triantoro Safira, *Spiritual Intelligence*, 20, 2007

43 Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ*, 12-13, 2001

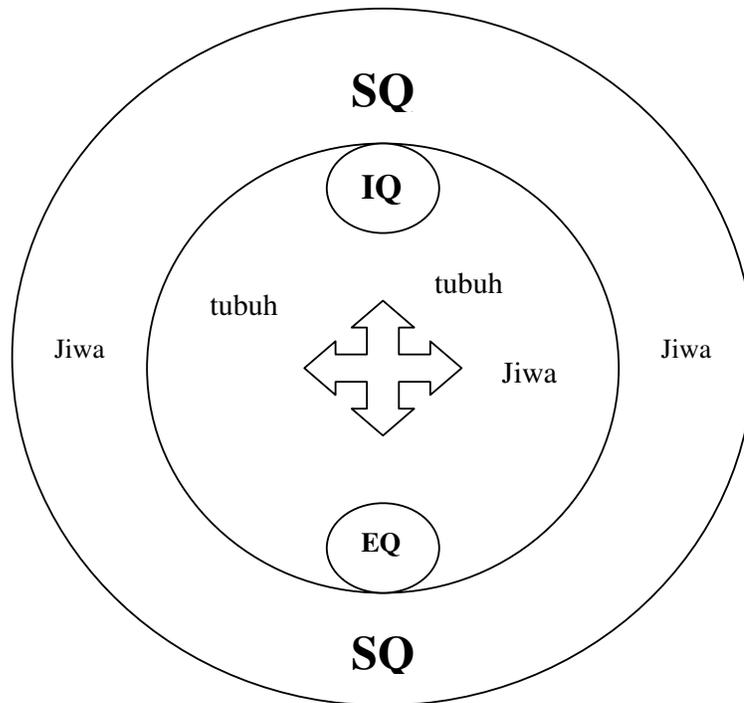
44 Danah Zohar dan Ian Marshall, *SC*, 103, 2005

kemarahan dengan sikap kasar, kata-kata yang tidak baik, atau melakukan tindakan fisik. Kemarahan yang ditunjukkan dalam rangka mendidik orang lain. Kemarahan atau kekecewaan yang dirasakan dapat dikendalikan sepenuhnya.⁴⁵

Di bawah ini digambarkan bagaimana kecerdasan spiritual (SQ) melingkupi EQ dan IQ:

Gambar 1

SQ sebagai sesuatu yang melingkupi EQ dan IQ



Sumber: Safaria, 2007

Gambar di atas menjelaskan bahwa kecerdasan spiritual (SQ) merupakan sesuatu yang melingkupi IQ dan EQ (termasuk kontrol diri). Tanpa adanya SQ,

⁴⁵ Aribowo Prijosaksono dan Roy Sambel, *Control Your Life jilid 1 dan 2*, 73, 2002

maka IQ dan EQ tidak dapat berjalan dengan efektif dan optimal, karena SQ merupakan kecerdasan tertinggi kita.

Adapun beberapa teori yang membuktikan bahwa SQ mampu mengendalikan perilaku-perilaku negatif seseorang, yakni:

a. Berdasarkan Teori faal.

Menurut Ramachandran dan para koleganya menemukan bahwa di dalam sel otak manusia yaitu lobus temporal berkaitan erat dengan eksistensi *God-Spot* (spiritual). Selain itu, menurut Persinger bahwa ketika terjadi peningkatan aktivitas di lobus temporal akan mempengaruhi emosional seseorang, karena lobus temporal berkaitan erat dengan sistem limbik, pusat emosi dan memori otak. Ada dua bagian terpenting di dalam sistem limbik yaitu amigdala dan hipokampus yang berperan penting untuk merekam berbagai pengalaman, termasuk pengalaman spiritual. Berkat peran hipokampus, pengalaman spiritual di bagian lobus temporal yang berlangsung beberapa detik saja dapat mempengaruhi emosional seseorang.⁴⁶

b. Berdasarkan Teori Psikologi.

Menurut teori Abhidamma terdapat dua jiwa yang melatarbelakangi setiap perbuatan manusia, yaitu jiwa yang sehat dan jiwa yang tidak sehat. Dalam psikodinamika Abhidamma, jiwa yang sehat dan tidak sehat saling menghambat. Jiwa yang satu akan menekan, menghambat jiwa tandingannya. Menurut Abhidamma hanya sedikit orang yang bisa mencapai kesehatan jiwa, mereka lebih banyak mengarah ke keadaan-keadaan jiwa yang tidak sehat.

⁴⁶ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ*, 2001

Semakin banyak faktor-faktor jiwa yang sehat berkembang pada diri seseorang, maka akan semakin memungkinkan bagi tumbuhnya kecerdasan spiritual. Strategi untuk mencapai keadaan jiwa yang sehat, dapat dilalui dengan *transcendental spiritual*. Dengan pendekatan ini akan membuat individu mampu berkonsentrasi dan memfokuskan diri pada faktor-faktor jiwa yang sehat untuk menumbuhkan kecerdasan spiritual, sehingga faktor-faktor jiwa yang tidak sehat dapat dihambat dan dikendalikan.

Selain itu Abhidamma mengatakan bahwa kecerdasan spiritual dapat menghambat keluarnya faktor-faktor jiwa yang tidak sehat, karena tujuh sifat netral yang ada dalam keadaan jiwa, yaitu appersepsi, persepsi, kemauan, perasaan, keterarahan pada satu titik, perhatian spontan, dan energi psikis menjadi semakin halus dan semakin tepat dalam memilah-milah aneka kegiatan jiwa sehingga pemahaman dan kesadaran pada perubahan-perubahan jiwa meningkat dan terbentuklah faktor-faktor jiwa yang sehat (kecerdasan spiritual).

c. Berdasarkan Perspektif Islam

Menurut Safaria (2007), Islam tentang dinamika jiwa manusia menjelaskan 3 tahap keadaan diri manusia, yaitu:

- a. Al-nafs al-ammarah bi'l-su': keadaan diri yang cenderung pada nafsu-nafsu negatif, seperti pemarah, merusak, sombong, munafik, dll.
- b. Al-nafs al-lawwamah: keadaan diri yang terombang-ambing antara dominasi kecendrungan syauthani.
- c. Al-nafs al-muthma'inah: keseluruhan diri individu telah dikuasai oleh

kecendrungan rabbaniyah, sehingga dia mampu merealisasikan dalam perilakunya.

Untuk memunculkan Al-nafs al-muthma'inah dan menghambat hadirnya Al-nafs al-ammarah bi'l-su' diperlukannya kecerdasan spiritual. Untuk mencapai kesehatan spiritual, menurut perspektif islam dilakukan dengan menumbuhkan bibit-bibit spiritual sejak dini, bahkan sejak manusia terlahir ke dunia.

Jika bibit-bibit pencerahan spiritual dikembangkan sejak dini, seseorang akan mampu mengembangkan dimensi kebermaknaan spiritualnya. Ia akan lebih mendahulukan peran akal ('aql) yang merupakan struktur jiwa yang paling pokok pada diri manusia. Selain itu, kalbu (hati) mampu menerima cahaya kebenaran iman, sehingga Al-nafs al-muthma'inah muncul pada diri individu dan mencapai kecerdasan spiritual.⁴⁷

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat dibuktikan bahwa kecerdasan spiritual dengan kontrol diri saling berhubungan. Seseorang yang memiliki SQ tinggi, maka akan memiliki kontrol diri yang tinggi pula.

F. Hipotesis

Dari penjelasan teori-teori yang ada di atas, hipotesis yang ditunjukkan adalah adanya hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri.

47 Triantoro Safira, *Spiritual Intellegence*, 20, 2007

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Pendekatan kuantitatif adalah menekankan analisisnya pada data – data numerikal (angka) yang diolah dengan metoda statistika. Sedangkan korelasional adalah penelitian yang bertujuan menyelidiki sejauh mana variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Dengan penelitian korelasional, pengukuran terhadap beberapa variabel serta saling-hubungan diantara variabel-variabel tersebut dapat dilakukan serentak dalam kondisi yang realistis.⁴⁸

B. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian sosial dan psikologi, satu variabel tidak mungkin hanya berkaitan dengan satu variabel lain saja melainkan selalu saling mempengaruhi dengan banyak variabel lain.⁴⁹ Dalam penelitian ini digunakan dua variabel, yaitu variabel bebas (independen), yaitu kecerdasan spiritual dan variabel terikat (dependen), yaitu kemampuan kontrol diri.

48 Saifudin Azwar, *Metodologi Penelitian*, 1998

49 *ibid*

C. Definisi Operasional

Defenisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan yang dapat diamati (observasi).⁵⁰ Menurut Azwar, definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati.⁵¹ Berdasarkan pada teori-teori yang telah diuraikan, maka variabel-variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Kecerdasan spiritual yaitu: kemampuan seseorang untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks yang lebih bermakna, kemampuan seseorang untuk menghadapi masalah yang terjadi pada dirinya, kemampuan untuk bersikap fleksibel, kemampuan untuk menghadapi penderitaan, dan lebih cenderung kepada persoalan makna dan nilai, yang dapat dilihat/diukur melalui aspek-aspek sebagai berikut:
 - a. Kesadaran diri.
 - b. Memiliki pandangan luas terhadap dunia dan alam.
 - c. Memeiliki nilai-nilai kasih sayang.
 - d. Memahami tujuan hidup.
 - e. Pandangan efisien tentang realita.
2. Kontrol diri, yaitu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin intens pengendalian tingkah laku, semakin tinggi pula

50 Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, 29, 1983

51 Saifudin Azwar, *Metodologi Penelitian*, 1998

kontrol diri seseorang. Kontrol diri dapat diukur melalui aspek-aspek sebagai berikut:

- a. Behavioral control.
- b. Cognitif control.
- c. Decesional control.

D. Jenis dan Metode Pengumpulan Data

1. Jenis Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas :

A. Data Primer

Diperoleh langsung dari sumbernya melalui kuisisioner yang disebarakan pada responden sebagai sample penelitian.

B. Data Sekunder

Diperoleh dengan menggunakan dokumen pendukung yang diperoleh dari lokasi lembaga yang berkaitan dengan variabel yang diteliti meliputi daftar siswa.

2. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi beberapa macam antara lain :

a. Wawancara

Wawancara adalah proses tanya jawab dalam penelitian yang berlangsung secara lisan, baik dua orang atau lebih bertatap muka

mendengarkan secara langsung informasi-informasi atau keterangan-keterangan.⁵² Dalam penelitian ini teknik wawancara digunakan untuk mengetahui keadaan SMP Al-Izzah Batu.

b. Observasi

Merupakan kegiatan memperhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul, dan mempertimbangkan hubungan antar aspek dalam fenomena tersebut. Observasi bertujuan untuk mendapatkan data tentang suatu masalah.⁵³ Metode ini digunakan peneliti untuk mengamati dan mengetahui fenomena yang ada di lokasi penelitian.

c. Kuisisioner

Kuisisioner adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain yang bersedia memberikan respon (Responden) sesuai dengan permintaan pengguna. Tujuan penggunaan kuisisioner ini adalah untuk mencari informasi lengkap mengenai suatu masalah dari responden.

E. Populasi dan Sampel

1. Ruang Lingkup dan Lokasi Penelitian

Di SMP Al-Izzah batu desa Sumberejo akan diadakan penelitian tentang hubungan kecerdasan spiritual dengan kontrol diri pada remaja awal, karena selain di lokasi ini belum diadakan penelitian mengenai hubungan kecerdasan spiritual dengan kontrol diri, di lokasi ini juga memiliki pendidikan yang berlandaskan pada religiusitas dan spiritual.

52 Cholid Narbuko, *Metodologi Penelitian*, 83, 2003

53 Iin Tri Rahayu, *Observasi & Wawancara*, 1, 2004

2. Sumber Data

Penelitian ini menggunakan dua data, yaitu :

1. Data primer,

yaitu data yang dikumpulkan secara langsung dari jawaban responden melalui kuisioner

2. Data sekunder,

yaitu data yang tidak diusahakan sendiri pengumpulannya oleh peneliti. Dalam penelitian ini data tersebut diperoleh dari bagian personalia atau tata usaha lembaga ditambah sumber-sumber/referensi yang berhubungan dengan penelitian ini.

3. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitian merupakan penelitian populasi.⁵⁴

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi SMP Al-Izzah berdasarkan kelas, yaitu kelas satu berjumlah 50 siswi, kelas dua berjumlah 39 siswi dan kelas tiga berjumlah 40 siswi. Jumlah keseluruhan 129 siswi.

54 Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, 130, 2006

TABEL 1

Tabel karakteristik populasi berdasarkan kelas di SMP Al-Izzah

Jabatan	Frekuensi	Persentase
Kelas 1 A	23	17%
Kelas 1 B	27	23%
Kelas 2A	20	15%
Kelas 2B	19	15%
Kelas 3A	20	15%
Kelas 3B	20	15%
Jumlah	129	100%

Sumber : Data Sekunder tahun 2007

4. Karakteristik Subjek

- a. Subjek merupakan siswi SMP Al-Izzah kelas 2 dan 3 yang berumur sekitar 14- 15 tahun
- b. Subjek memiliki kecerdasan emosional dan kemampuan kontrol diri yang diukur dengan angket/kuesioner (terlampir).

5. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi.⁵⁵ Winomo Surachmad, memberikan pedoman sebagai berikut: "Apabila populasi cukup homogen (serba sama), terhadap populasi di bawah 100 dapat

55 Aziz Alimul, *Riset Keperawatan & Tehnik Penulisan Ilmiah*, 2003

dipergunakan sampel sebesar 50%, di atas 1000 sebesar 15%.⁵⁶ Berdasarkan pedoman Winomo, maka sampel yang diambil adalah kelas 2 dan 3, kerana mereka memiliki internalisasi nilai dan lebih lama mengenyam pendidikan yang berlandaskan pada religiusitas.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen pengukur Variabel penelitian memegang peranan penting dalam usaha memperoleh informasi yang akurat dan terpercaya. Apapun bentuk instrumen pengumpulan data yang digunakan, masalah ketepatan tujuan dan penggunaan instrumen (validitas) dan kepercayaan hasil ukurnya (reliabilitas) merupakan dua karakter yang tidak dapat ditawar-tawar, disamping tuntutan akan adanya objektivitas, efisiensi, dan ekonomis.⁵⁷

Untuk mengukur Variabel yang diteliti, peneliti menggunakan skala likert dalam bentuk angket yang akan digunakan. Skala likert merupakan skala untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat yang terdiri dari komponen-komponen:

- a) Sangat Setuju (SS)
- b) Setuju (S)
- c) Ragu-ragu (R)
- d) Tidak Setuju (TS)
- e) Sangat Tidak Setuju (STS)⁵⁸

56 Cholid Narbuko, *Metodologi Penelitian*, 110, 2003

57 Saifudin Azwar, *Metodologi Penelitian*, 1998

58 Aziz Alimul, *Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah*, 2003

Pernyataan-pernyataan yang ada dalam angket terdiri dari 2 bagian, yaitu *Favorable* adalah pernyataan yang mendukung atau memihak pada objek sikap, dan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung objek sikap. Sedangkan cara atau sistem penilaian pada setiap kategori respon terdiri dari:

1. Pernyataan *favorabel*:

SS = 0

S = 1

R = 2

TS = 3

STS = 4⁵⁹

2. Pernyataan *unfavorabel* :

SS = 4

S = 3

R = 2

TS = 1

STS = 0

Aspek-aspek yang dijadikan sebagai dasar pembuatan item adalah sebagai berikut:

1. Kecerdasan Spiritual, yaitu kemampuan seseorang untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks yang lebih bermakna, kemampuan seseorang untuk menghadapi masalah yang terjadi pada dirinya, kemampuan untuk menghadapi penderitaan, dan lebih cenderung kepada persoalan makna dan nilai, yang dicirikan oleh:
 - a. Kesadaran diri.
 - b. Memiliki pandangan luas terhadap dunia dan alam.
 - c. Memeiliki nilai-nilai kasih sayang.
 - d. Memahami tujuan hidup.
 - e. Pandangan efisien tentang realita.

59 Saifudin Azwar, *Metodologi Penelitian*, 1998

TABEL 2

Blue Print Skala Kecerdasan Spiritual

N O	INDIKATOR	DESKRIPTOR	BUTIR		JML	%
			F	U		
1	Kesadaran diri	1. Mampu berempati 2. Mampu mengendalikan perilaku. 3. Memeiliki kepercayaan diri yang tinggi 4. Mamapu memahami dirinya sendiri	3,10,20, 21	1,9,18, 14	8	30%
2	Memeiliki pandangan luas terhadap dunia dan alam	1. Mampu melihat bahwa alam sahabat bagi manusia 2. Memeiliki perhatian terhadap alam sekitar 3. Mamapu melihat bahwa alam diciptakan oleh Allah.	19,22	2,15	4	15%
3	Memiliki nilai-nilai kasih sayang	1. Menunjukkan perhatian pada teman-teman. 2. Tidak suka menyakiti teman 3. Mampu membuat orang lain bahagia. 4. Tidak suka merusak sekitarnya	4,13,16	8,11,17, 23	7	25%
4	Memahami tujuan hidup	1. Memiliki impian tentang cita-cita 2. Berusaha keras mencapai tujuan hidup 3. Memiliki visi dan misi	12,25	5,6	4	15%
5	Pandangan efisien tentang realitas	1. Mampu bertindak realitas 2. Mampu melihat situasi sekitar 3. Mampu peduli dengan kesulitan orang lain.	7,27,26	24	4	15%
TOTAL					27	100%

2. Kontrol Diri

Sebagai suatu aktifitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung makna yaitu melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak. Semakin intens pengendalian tingkah laku, semakin tinggi pula kontrol diri seseorang. Yang dicirikan oleh:

- a. Behavioral control.
- b. Cognitif control.
- c. Decesional control.

TABEL 3

Blue Print Skala Kontrol Diri

NO	INDIKATOR	DESKRIPTOR	BUTIR		JML	%
			F	U		
1.	Behavioral control	1. Kemampuan mengontrol perilaku 2. Kemampuan mengontrol stimulus	5,8,14, 22,27	2,3,9, 11,19,21 ,24	12	42%
2	Cognitif control	1. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian. 2. Kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian	1,13,18, 26,28,23	6,15	8	29%
3	Decesional control	1. Kemampuan mengambil keputusan	4,7,16, 25	10,12, 17,20	8	29%
TOTAL					28	100%

G. Proses Penelitian

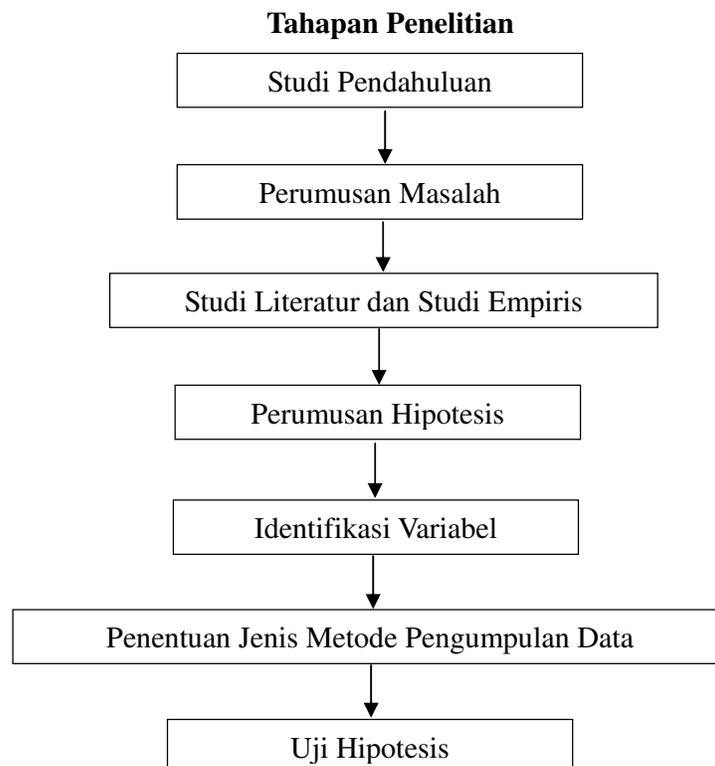
1. Studi pendahuluan

Studi pendahuluan dilakukan untuk mengetahui gambaran kondisi perusahaan tempat dilakukannya penelitian.

2. Studi Literatur dan Studi Empris

Studi menggunakan bahan dari teori-teori yang ada pada literatur da jurnal penelitian yang sudah ada sebagai landasan pemikiran teoritis, yang dihubungkan dengan judul penelitian meliputi teori mengenai kecerdasan spiritual dan kemampuan kontrol diri pada remaja awal.

GAMBAR 2



H. Analisis Data

Data yang diperoleh selanjutnya diolah dan dianalisa dengan menggunakan komputer program SPSS 12.0.

1. Analisis Kuantitatif

Adalah analisis data berdasarkan hasil perhitungan secara statistik. Pada dasarnya data penelitian ini adalah data kualitatif namun agar dapat dianalisa dengan menggunakan analisis statistik maka data kualitatif tersebut dikuantitatifkan sehingga hasil yang diperoleh diharapkan dapat memberi gambaran yang jelas dan tidak menyimpang dari kenyataan.

Dalam penelitian ini menggunakan analisa :

Analisis regresi berganda adalah analisis yang digunakan untuk menganalisis apakah ada hubungan atau tidak antara dua variabel atau lebih. Dari analisis itu diharapkan dapat diperoleh data mengenai hubungan dan pengaruh antara variabel bebas (kemampuan kontrol diri) dan variabel terikat (kecerdasan spiritual). Bentuk persamaan dari regresi berganda adalah sebagai berikut:

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots n$$

Keterangan :

Y : kemampuan kontrol diri.

X.. : total skor penilaian terhadap responden terhadap kecerdasan spiritual.

b : koefisien yang berhubungan dengan variabel

a : konstanta.

2. Analisis Tingkat, Pengkategorian, dan Persentase SQ dan Kontrol diri

Untuk mengetahui tingkat SQ dan kontrol diri pada sampel melalui data yang terkumpul dari skala yang digunakan, maka dalam perhitungannya menggunakan langkah-langkah sebagai berikut :

- a. Mencari mean:

$$M = \sum \frac{FX}{N}$$

- b. Mencari deviasi rata-rata (mean) dan deviasi standar:

1. Deviasi rata-rata : $\sum \frac{F(X - M)}{N}$

2. Deviasi standar : $s = \sqrt{\frac{\sum F(X - M)^2}{N - 1}}$

Keterangan:

X : skor respon

F : frekuensi

M : rata-rata skor kelompok

s : deviasi standar skor kelompok

- c. Menentukan Kategorisasi

Tujuan kategorisasi ini adalah menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kontinum jenjang ini contohnya adalah dari rendah ke tinggi, dari paling jelek ke paling baik, dari sangat tidak puas ke sangat puas, dan

semacamnya. Banyaknya jenjang kategorisasi diagnosis yang digunakan tidak melebihi lima jenjang tapi juga tidak kurang dari tiga jenjang.⁶⁰

Norma kategorisasi yang digunakan untuk mengetahui tingkat SQ dan kontrol diri pada sampel adalah sebagai berikut:

$X < (\mu - 1,0\sigma)$	rendah
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	sedang
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	tinggi

d. Analisis prosentase

Peneliti menggunakan analisis prosentase setelah menentukan norma kategorisasi dan mengetahui jumlah individu yang ada dalam suatu kelompok.

Rumus dari analisis prosentase adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P	: prosentase
f	: frekuensi
N	: jumlah subjek

I. Pengujian Validitas dan Reliabilitas

Untuk menunjukkan sejauh mana instrumen penelitian dapat dipercaya, maka dilakukan dua pengujian yaitu:

1. Uji Validitas

Uji validitas adalah menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur itu mengukur apa

60 Syaifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta, Pustaka Pelajar, 2007), hal. 83

yang ingin diukur (Singarimbun dan Effendi, 1995:124) Jadi suatu instrumen dapat dikatakan valid bila data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran variabel yang dimaksud. Valid tidaknya suatu item dapat diketahui dengan membandingkan indeks korelasi product moment (r hitung) dengan nilai kritisnya, dimana r hitung dapat dicapai dengan rumus (Arikunto, 1996: 138) :

$$R_{xy} = \frac{N\sum XY - [\sum X(\sum Y)]}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2]} \quad \sqrt{[N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

- R_{xy} = koefisien korelasi variabel bebas dan variabel terikat.
- n = banyaknya sampel
- X = variabel bebas
- Y = variabel terikat

Setelah nilai r diketahui maka selanjutnya membandingkan hasil dari nilai r perhitungan dengan nilai r yang terdapat dalam tabel nilai kritis ($\alpha = 0,05$). Jika hasil nilai r lebih besar dari nilai kritis maka pernyataan tersebut dapat dikatakan valid.

2. Uji Reliabilitas

Agar diperoleh keyakinan bahwa instrumen penelitian memiliki kemampuan untuk memberikan hasil pengukuran yang konsisten, maka dilakukan uji reliabilitas atas pertanyaan-pertanyaan yang dalam penelitian ini menggunakan

skala 1-5. Jika telah diperoleh angka reliabilitas. langkah selanjutnya adalah mengkonsultasikan harga tersebut dengan table alpha. Untuk mengukur reliabilitas, dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$SIA = \frac{Kr}{1 + (K-1)r}$$

Keterangan :

SIA = Standardized item alpha

K = jumlah item

r = rata koefisien korelasi

J. Pengujian Hipotesis

Uji F

Uji ini digunakan untuk mengetahui pengaruh yang signifikan variabel bebas terhadap variabel terikat. Rumus uji F adalah sebagai berikut:

$$F_h = \frac{R^2/k}{(1-R^2)/(n-k-1)}$$

Keterangan:

R : Koefisien regresi

k : Jumlah variabel bebas

n : Jumlah sampel

Dalam hal ini berlaku ketentuan. apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka koefisien regresi ganda yang diuji adalah signifikan. Jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka H_0 ditolak atau dengan kata lain naik turunnya variabel terikat dipengaruhi oleh variabel bebas. Jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka H_0 diterima atau naik

turunnya variabel terikat tidak dipengaruhi oleh variabel bebas. Cara lain untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh tersebut dilakukan dengan melihat nilai probabilitas yang dilakukan dengan ketentuan sebagai berikut :

Jika nilai probabilitas $< 0,05$ maka variabel bebas secara simultan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat atau bisa dikatakan H_0 ditolak (Sugiyono: 1999).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum SMP Al-Izzah

1. Gambaran singkat

SMP Al Izzah adalah lembaga pendidikan di bawah naungan LPII (Lembaga Pendidikan Islam Indonesia). SMP Al Izzah menerapkan proses pendidikan dalam Islam, seperti yang dicontohkan oleh Rasulullah saw, yaitu: “mengenalkan masalah kehidupan dan mengajarnya bagaimana cara menyelesaikannya.”

Adapun metode pembelajarannya adalah *Active Learning* yang berbasis pada kompetensi santri, dengan model system *Moving Class*. Tim pengembang SMP Al Izzah adalah pakar pendidikan dari berbagai Perguruan Tinggi ternama di Jatim, utamanya di kota Surabaya dan Malang, yaitu ITS, UNAIR, UNIBRAW, UM, UIN.

Di sisi materi pelajaran, selain kurikulum Diknas, LPII menawarkan empat aspek unggulan yang dirancang untuk mendukung tujuan lembaga dalam melahirkan generasi muslimah yang berakhlak mulia serta mampu berperan maksimal sebagai hamba sekaligus khalifahNya.

LPII Al Izzah berusaha menciptakan lingkungan yang alami, kehidupan yang islami, dan nuansa yang ilmiah agar melahirkan generasi muslimah yang cerdas, takwa, dan mandiri dengan indikasi: siap melanjutkan ke jenjang sekolah yang dicita-citakan, beribadah dengan kesadaran, senang dan aktif dengan kegiatan

keislaman, keberadaannya memberi manfaat pada lingkungan.

2. Peran dan fungsi SMP Al Izzah

Visi : mewujudkan lembaga pendidikan muslimah yang unggul dan kompetitif hingga dapat melahirkan generasi muslimah yang memiliki kemampuan memikul amanah Allah sbagai hamba dan khalifahNya.

Misi: menyelenggarakan lembga pendidikan muslimah dengan system integral yang memadukan aspek intelektual, mental-spiritual, dan life-skills sehingga dapat melahirkan generasi muslimah yang bertakwa, cerdas, dan mandiri.

Tujuan: LPII program SMP Al Izzah memiliki tujuan melahirkan muslimah yang berakhlak mulia yang: memahami, meyakini, dan mengamalkan ajaran Islam. Memiliki smangat bersaing dan daya fakir dalam pengembangan ilmu pengetahuan, memiliki dasar-dasar keterampilan sebagai bekal hidup secara mandiri.

3. Jumlah dan usia siswa

Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 79 orang, dan semuanya berjenis kelamin perempuan. Adapun deskripsi dari usia dan jumlah siswa, dapat dilihat di bawah ini:

a. Usia

Secara umum usia siswi SMP Al-Izzah adalah 12,13,14, dan 15 tahun, yang terdiri dari usia 13 tahun berjumlah 52 siswi, usia 14 tahun

berjumlah 55 siswi, dan usia 15 tahun berjumlah 22 siswi.

Namun subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswi kelas 2 dan kelas 3 SMP yang rata-rata berusia 14 dan 15 tahun.

b. Jumlah Siswa

Sedangkan jumlah siswi secara umum adalah 129 anak, yang terdiri dari kelas 1 berjumlah 50 siswi, kelas 2 berjumlah 39 siswi, dan kelas 3 berjumlah 40 siswi. Subjek yang digunakan untuk penelitian ini terdiri dari 79 anak, yakni kelas 2 terdiri dari 39 anak. Sedangkan kelas 3 berjumlah 40 anak.

4. Struktur Organisasi

Dilampirkan

B. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen. Instrumen yang sah atau valid, berarti memiliki validitas tinggi, demikian pula sebaliknya sebuah instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.⁶¹

Dalam penelitian ini, pengujian validitas dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS 15,0 for windows. Dari uji validitas yang telah dilakukan didapatkan hasil pada tabel berikut ini:

61 Suharsimi Arikunto, *Prosedur Suatu Pendekatan Praktek*, 168, 1996

TABEL 4

Uji Validitas Angket Kecerdasan Spiritual

N0	INDIKATOR	VALID	GUGUR	JUMLAH
1.	Kesadaran Diri	1,9,10,18, 20,21	3,14	6
2.	Memiliki Pandangan Luas	2,15,19	22	3
3.	Memiliki nilai-nilai Kasih Sayang	4,8,11,13,1 6,17,23	--	7
4.	Memahami Tujuan Hidup	5,6,12	25	3
5.	Pandangan Efisien	7,24,27	26	3
6.	Behavioral control	2,3,5,8,9, 11,14,19, 21,22,24,27	--	12
7.	Cognitif control	1,15,6,13, 18,23	26,28	6
8.	Decisional control	4,7,10,12, 16,17,20,25	--	8
TOTAL				48

Berdasarkan dari tabel 6, variabel kesadaran diri (X_1), memiliki pandangan luas (X_2), memiliki nilai-nilai kasih saying (X_3), memahami tujuan hidup (X_4), pandangan efisien (X_5), variabel behavioral control (Y_1), cognitive control (Y_2), dan decisional control (Y_3), dinyatakan valid, karena mencapai koefisien lebih besar dari 0,220.

2. Reliabilitas

Menurut Arikunto (1996), teknik yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah dengan menggunakan *Alpha Cronbach*.

TABEL 5

Kriteria Indeks Koefisien Reliabilitas

NO	INTERVAL	KRITERIA
1.	< 0,200	Sangat Rendah
2.	0,200 – 0,399	Rendah
3.	0,400 – 0,599	Cukup
4.	0,600 – 0,700	Tinggi
5.	0,800 – 1.00	Sangat Tinggi

Sumber: Arikunto.62

Hasil pengujian reliabilitas semua variabel ditunjukkan pada tabel berikut:

TABEL 6

Hasil Uji Reliabilitas

N0	Variabel	Alpha	Kriteria	Keterangan
1.	X ₁	0,612	Tinggi	Reliabel
2.	X ₂	0,642	Tinggi	Reliabel
3.	X ₃	0,628	Tinggi	Reliabel
4.	X ₄	0,612	Tinggi	Reliabel
5.	X ₅	0,613	Tinggi	Reliabel
6.	Y ₁	0,759	Tinggi	Reliabel
7.	Y ₂	0,602	Tinggi	Reliabel
8.	Y ₃	0,717	Tinggi	Reliabel

Sumber data: Data Primer yang diolah, 2009

Dari tabel 8 dapat diketahui bahwa semua aitem pertanyaan dari semua variabel yang terdiri atas variabel kesadaran diri (X_1), memiliki pandangan luas (X_2), memiliki nilai-nilai kasih sayang (X_3), memiliki tujuan hidup (X_4), pandangan efisien (X_5), variabel behavioral control (Y_1), cognitive control (Y_2), dan decisional control (Y_3) mempunyai koefisien alpha lebih dari 0,6 dan memiliki kriteria tinggi, Dengan demikian item pertanyaan untuk semua variabel 'X' dinyatakan reliabel.

C. Hasil Analisis Data

1. Deskripsi tingkat kecerdasan spiritual

Norma kategorisasi yang digunakan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat kecerdasan spiritual siswi SMP Al-Izzah Batu yang menjadi sample dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$X < (\mu - 1,0\sigma)$	rendah
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	sedang
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	tinggi

Penentuan norma penelitian tersebut dapat dilakukan setelah mengetahui nilai mean (μ) dan standar deviasi (σ), sebagai berikut:

TABEL 7

Mean dan Standar Deviasi Kecerdasan Spiritual

Mean (μ)	Std. Deviation (σ)
78	7

Perincian dari tingkat kecerdasan spiritual dapat dilihat pada tabel berikut ini:

TABEL 8

Deskripsi Kecerdasan Spiritual

Kategori	Nilai	Jumlah	%
Tinggi	≥ 86	13	16,5%
Sedang	71-85	52	65,8%
Rendah	≥ 70	14	17,7%

Berdasarkan hasil deskripsi Kecerdasan Spiritual, bahwa siswi SMP Al-Izzah rata-rata memiliki tingkat kecerdasan spiritual sedang (65,8%) dengan jumlah 52 subjek, sisanya berada pada tingkat tinggi (16,5%) sebanyak 13 subjek dan rendah (17,7%) sebanyak 14 subjek.

2. Deskripsi tingkat kontrol diri

Norma kategorisasi yang digunakan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat kecerdasan spiritual siswi SMP Al-Izzah Batu yang menjadi sample dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$X < (\mu - 1,0\sigma)$	rendah
$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	sedang
$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	tinggi

Penentuan norma penelitian tersebut dapat dilakukan setelah mengetahui nilai mean (μ) dan standar deviasi (σ), sebagai berikut:

TABEL 9

Mean dan Standar Deviasi Kontrol Diri

Mean (μ)	Std. Deviation (σ)
73	12

Perincian dari tingkat kontrol diri dapat dilihat pada tabel berikut ini:

TABEL 10

Deskripsi Kontrol Diri

Kategori	Nilai	Jumlah	%
Tinggi	≥ 86	15	19,00%
Sedang	61-85	52	65,8%
Rendah	≥ 60	12	15,20%

Berdasarkan hasil deskripsi kontrol diri, bahwa siswi SMP Al-Izzah rata-rata memiliki tingkat kontrol diri sedang (65,8%) dengan jumlah 52 subjek, sisanya berada pada tingkat tinggi (19,0%) sebanyak 15 subjek dan rendah (15,20%) sebanyak 12 subjek.

3. Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Kontrol Diri

Hasil analisa data penelitian mengenai hubungan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri pada sampel yang kemudian dianalisis dengan menggunakan rumus korelasi *product moment* dari Pearson dengan bantuan program SPSS versi 15,0 *for windows*, adalah sebagai berikut:

TABEL 11

Korelasi product moment

		Y1.Behavioral control	Y2.Cognitif control	Y3.Decesional control
X1.Kesadaran diri	Pearson Correlation	.435**	.198	.372**
	Sig. (2-tailed)	.000	.081	.001
	N	79	79	79
X2.Memiliki pndangn luas	Pearson Correlation	.018	.059	.024
	Sig. (2-tailed)	.873	.603	.834
	N	79	79	79
X3.Memiliki nilai kash sayang	Pearson Correlation	.476**	.371**	.384**
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000
	N	79	79	79
X4.Memahami tujuan hidup	Pearson Correlation	.066	.142	.270*
	Sig. (2-tailed)	.562	.213	.016
	N	79	79	79
X5.Pandangan efisien	Pearson Correlation	.298**	.479**	.463**
	Sig. (2-tailed)	.008	.000	.000
	N	79	79	79

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri, dengan nilai probabilitas yang ditunjukkan oleh nilai sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05.

D. Pembahasan

Kecerdasan spiritual dan kontrol diri sangat penting dalam kehidupan seseorang, baik anak-anak, remaja, maupun orang-orang dewasa, karena kecerdasan spiritual merupakan kecerdasan tingkat tinggi yang ada pada diri manusia, dari pada IQ dan EQ. Sedangkan kontrol diri merupakan alat pengendali seseorang untuk menghentikan perilaku yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Dengan adanya kontrol diri seseorang akan mampu mengarahkan perbuatannya pada hal-hal yang positif.

Salah satu cara untuk membentuk kontrol diri seseorang, yakni dengan memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi. Beberapa tokoh telah membuktikan bahwa kecerdasan spiritual memiliki hubungan dengan kontrol diri, seperti teori faal, teori psikologi, dan menurut sudut pandang islam.

Hasil penelitian dan analisis data kecerdasan spiritual, menunjukkan bahwa rata-rata siswi SMP Al-Izzah memiliki tingkat kecerdasan spiritual pada kategori sedang (65,8%) dengan 52 subjek. Sejalan dengan pendapat Prof. Dadang Hawari, bahwa spiritualitas yang dimiliki pada masa remaja berumur 12-15 tahun bersifat kepercayaan *sintetis-konvensional*. Artinya pada tahap ini anak berupaya menciptakan sintetis identitas dirinya dengan mengikuti pandangan-pandangan yang ditemuinya di lingkungannya. Mereka juga lebih condong dan berorientasi sosial mengikuti pengaruh teman-teman sebayanya. Sedangkan menurut J. Elias, penyebab rata-rata remaja memiliki kategori sedang, dikarenakan remaja masih jarang menyadari akan pengalaman mereka dalam spiritualitas dan mereka lebih fokus pada perjuangan menemukan

makna dan tujuan hidupnya.

Pendapat Prof. Dadang Hawari dan J. Elias sesuai dengan fenomena yang ada pada siswi SMP Al-Izzah yang memiliki basis keagamaan. Siswi-siswi SMP Al-Izzah termasuk remaja awal yang menciptakan spiritualitas dengan mengikuti pandangan-pandangan yang ada di lingkungan pesantren dan berusaha menemukan jati diri mereka sendiri. Akan tetapi, tidak semua siswi SMP Al-Izzah berada pada kategori sedang, sebagian dari mereka memiliki kategori tinggi yang berjumlah 13 siswa dan kategori rendah berjumlah 14 siswa.

Sedangkan hasil penelitian dan analisis data kontrol diri, menunjukkan bahwa rata-rata siswi SMP Al-Izzah memiliki tingkat kontrol diri pada kategori sedang (65,8%) dengan 52 subjek. Kemampuan mereka dalam mengontrol emosi, perilaku, perasaan, dan dalam mengambil keputusan tidak sebagus anak-anak yang memiliki kontrol diri pada tingkat tinggi. Terkadang mereka mudah meluapkan emosi, terkadang mampu mengendalikannya. Menurut Panuju hal ini disebabkan karena adanya pertumbuhan fisik dan seksual yang berlangsung dengan cepat. Sebagai akibat dari pertumbuhan fisik dan seksual tersebut, terjadi kegoncangan dan kebimbangan dalam dirinya.⁶³

Pernyataan Panuju diperkuat oleh pernyataan Triantoro Safaria, bahwa terjadinya perubahan jasmani yang ditunjukkan dengan adanya pertumbuhan yang sangat cepat dari anggota tubuh mengakibatkan postur tubuh menjadi tidak seimbang. Ketidak seimbangan tubuh ini sering membawa dampak pada perkembangan emosi remaja, sehingga remaja belum mampu mengendalikan

63 Panut Panuju, *Psikologi Remaja*, 39, 1999

emosinya dengan baik.⁶⁴

Fenomena yang terjadi pada siswi SMP Al-Izzah mengenai tingkat kontrol diri mereka sejalan dengan pernyataan Panuju dan Triantoro Safaria. Para siswi SMP Al-Izzah yang berusia 13 hingga 15 tahun sedang mengalami pertumbuhan fisik dan seksual. Mereka mudah meluapkan emosi pada saat-saat tertentu, kecemasan dan kebingungan juga menyertai pertumbuhan mereka. Akan tetapi, sebagian dari siswi SMP Al-Izzah berada pada kategori tinggi yang berjumlah 15 siswa dan kategori rendah yang berjumlah 12 siswa.

Hasil analisis data mengenai kecerdasan spiritual dan kontrol diri menyatakan adanya hubungan yang signifikan pada dua variable tersebut, karena nilai probabilitas yang ditunjukkan lebih kecil dari 0,05. Hal ini sejalan dengan pendapat Danah Zohar dan Ian Marshal, bahwa SQ membantu untuk menjembatani kesenjangan antara emosi-emosi intrapersonal (emosi yang ada di dalam diri) dengan emosi-emosi interpersonal (yang sama-sama dimiliki diri sendiri maupun orang lain atau yang sering digunakan untuk berhubungan dengan orang lain). Seseorang akan menjadi ambisius, egois, dan pemaarah, akan tetapi dengan adanya SQ, akan terbantu untuk mencapai kesempurnaan dan membantu menjalani hidup pada tingkatan makna yang lebih dalam. Hal ini dikarenakan SQ adalah salah satu proses berfikir pada setiap manusia yang ditunjukkan dengan semangat, visi, harapan, kesadaran akan makna dan nilai.

Pernyataan Danah Zohar dan Ian Marshal sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan di SMP Al-Izzah. Hal itu dibuktikan dengan jumlah kategori

64 Mohammad Ali & Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja*, 69, 2006

sedang pada kecerdasan spiritual dan jumlah kategori sedang pada kontrol diri mereka yang sama.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu tidak memperhatikan adanya permasalahan yang terjadi sebelum responden masuk ke SMP Al-Izzah, misalnya cara pola asuh orang tua saat mereka masih dalam satu keluarga, keadaan lingkungan sekitar tempat tinggal mereka dahulu, dan situasi yang menyertai mereka pada saat mencapai masa pubertas.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang di dapat dari penelitian tentang hubungan kecerdasan spiritual dengan kontrol diri di SMP Al-Izzah Batu desa Sumberrejo, adalah sebagai berikut:

1. Siswi SMP Al-Izzah memiliki tingkat kecerdasan spiritual dengan 3 kategori, yaitu tinggi (16,5%) berjumlah 13 subjek, sedang (65,8%) berjumlah 52 subjek, dan rendah (17,7%) berjumlah 14 subjek. Kategori sedang rata-rata dimiliki siswi SMP Al-Izzah.
2. Tingkat kontrol diri yang dimiliki siswi SMP Al-Izzah terdiri dari 3 kategori, yakni tingkat tinggi (19,0%) berjumlah 15 subjek, tingkat sedang (65,8%) berjumlah 52 subjek, dan tingkat rendah (15,2%) berjumlah 12 subjek.
3. Berdasarkan hasil analisis, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan kontrol diri, dengan nilai probabilitas yang ditunjukkan oleh nilai alfa (α) atau sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian hubungan kecerdasan spiritual dengan kontrol diri pada siswi SMP Al-Izzah Batu desa Sumberejo, maka saran yang diberikan

pada SMP Al-Izzah adalah untuk meningkatkan kecerdasan spiritual (SQ) dan kontrol diri siswi dapat dilakukan dengan berbagai cara, misalnya dengan melakukan transendental spiritual dengan memfokuskan diri pada perilaku-perilaku positif dan memperoleh jiwa yang sehat, memberikan pengarah dan memasukkan pada mereka sesuai dengan aspek-aspek dalam mencapai kecerdasan spiritual tinggi dengan membantu mereka untuk memahami dirinya sendiri, menuntun mereka untuk melihat manfaat alam, memberi arahan pada mereka tentang moral yang tinggi, dan memberi pemahaman tentang tujuan hidup juga realita dalam kehidupan.

Untuk mencapai kontrol diri yang tinggi, orang tua memberikan pemahaman pada siswi SMP Al-Izzah untuk mengontrol perilaku dan stimulusnya melalui puasa atau relaksasi. Memberikan sebuah pemahaman tentang suatu kejadian yang menimpa pada diri mereka dengan mengajak mereka untuk lebih bersabar dalam menghadapi suatu masalah, dan memberikan pengolahan dalam mengambil keputusan, biarkan mereka untuk memutuskan dan memilih dua hal yang dihadapi dalam hidupnya.

Bagi pihak lain, saran yang diberikan adalah menjadikan penelitian ini sebagai bahan masukan dan informasi untuk melakukan penelitian. Untuk peneliti lain yang mengambil penelitian tentang SQ dan kontrol diri sebaiknya menambah variabel lain selain dari variabel yang sudah ada sehingga akan dapat lebih komprehensif dan utuh dalam mengungkapkan atau menjelaskan pengaruh kecerdasan spiritual dan kontrol diri itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, Ari Ginanjar. (2005). *ESQ: Emotional Spiritual Quotient*. Jakarta: Penerbit Arga.
- Ali, Mohammad & Mohammad Asrori. (2006). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Alimul, Azis. (2003). *Riset Keperawatan dan Tehnik Penulisan Ilmiah*. Medika.
- Al-Mighwar, Muhammad. (2006). *Psikologi Remaja*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Andini, Dhena Septi. (200). *Pengetahuan Sikap dan Seks Bebas Pada Remaja*.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, Syaifudin. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Csikszentmihalyi, Mihalyi & Red Larson. (2002). *Moodnya Cepat Berubah*. On-line: www.e-psikologi.com.
- Elias, J. Maurice. (2004). *Cara-cara Efektif Mengasah EQ Remaja*. Bandung: Kaifa.
- Gufron M. Nur (2005). *Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademi*. On-line: www.damandiri.or.id.
- Hasan, Aliah B. Purwakania. (2006). *Psikologi Perkembangan Islami*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Mappiare, Andi. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.

- Mujib, Abdul & Jusuf Mudzakir. (2002), *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Narbuko, Cholid & Abu Ahmadi. (2005). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Panuju, Panut & Ida Umami. (1999). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta: Tiara Wacana.
- Prijosaksono, Aribowo & Roy Sembel. (2002). *Control Your Life*. Jakarta: PT Gramedia.
- Rahayu, Iin Tri. (2004). *Observasi dan Wawancara*. Malang: Bayumedia Publishing.
- Schumaker, John F (1992). *Religion and Mental Health*, New York: Oxford University Press.
- Safaria, Triantoro. (2007). *Spiritual Intellegence*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Samsunuwiyati. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Santrock, John W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, Sarlito Wirawan. *Psikologi Remaja*.
- Suryabrata, Sumadi. (2005). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Zohar, Danah & Ian Marshall. (2000). *SQ: Kecerdasan Spiritual*. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Zohar, Danah & Ian Marshall. (2005). *SC: Spiritual Capital*. Bandung: PT Mizan Pustaka.