

## Metode Peningkatan Kecerdasan Spiritual Perspektif Mahasiswa STIBA Ar Raayah Sukabumi

Abdul Halim Muhammad<sup>1</sup>, Kristiana<sup>2</sup>, Nidaul Jannah<sup>3</sup>

UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia<sup>1</sup>, STIBA Ar Raayah Sukabumi, Indonesia<sup>2,3</sup>  
abdul\_halimmuhammad23@mhs.uinjkt.ac.id<sup>1</sup>, duryatun27@gmail.com<sup>2</sup>,  
nidauljannah@arraayah.ac.id<sup>3</sup>

### ABSTRACT

*In this modern era, many people often feel spiritual aridity due to the loss of meaning of life in the midst of material and technological advances. Focusing on material attainment and the busyness of life makes the connection with the spiritual aspect diminished which triggers a sense of inner emptiness. This study aims to analyze and explain methods in improving the spiritual intelligence of STIBA Ar Raayah Sukabumi students' perspectives by applying qualitative approaches and descriptive methods. Data were collected using questionnaire techniques and in-depth interviews. The results of the study show that several methods applied in increasing spiritual intelligence according to STIBA Ar Raayah Sukabumi students include; istiqamah in prayer, dhikr to remember Allah, take time to meditate, isolate yourself (Uzlah) to focus on worship, and Tazkiyah al Nafs to purify the soul. By applying this method, students can deepen their spiritual relationship with God and improve their quality in a sustainable manner.*

**Keywords;** Intelligence, Spirituality, STIBA Ar Raayah Students

### ABSTRAK

Di era modern ini, banyak orang kerap kali merasakan kegersangan spiritual akibat hilangnya makna hidup di tengah kemajuan material dan teknologi. Fokus pada pencapaian materi dan kesibukan hidup membuat hubungan dengan aspek spiritual berkurang yang memicu rasa kekosongan batin. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan menjelaskan metode dalam meningkatkan kecerdasan spiritual perspektif mahasiswa STIBA Ar Raayah Sukabumi dengan menerapkan pendekatan kualitatif dan metode deskriptif. Data dikumpulkan dengan teknik kuisisioner dan wawancara mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa metode yang diterapkan dalam meningkatkan kecerdasan spiritual menurut mahasiswa STIBA Ar Raayah Sukabumi diantaranya adalah; istiqamah dalam salat, zikir untuk mengingat Allah, meluangkan waktu untuk bertafakkur, mengasingkan diri (Uzlah) untuk fokus pada ibadah, dan Tazkiyah al Nafs untuk menyucikan jiwa. Dengan menerapkan metode ini, mahasiswa dapat memperdalam hubungan spiritual dengan Allah dan meningkatkan kualitas diri secara berkelanjutan.

**Kata Kunci;** Kecerdasan, Spiritual, Mahasiswa STIBA Ar Raayah

### PENDAHULUAN

Pendidikan agama bertujuan memperkuat iman, takwa, dan wawasan hidup beragama, serta mendorong kerukunan antarumat beragama dan hubungan

harmonis dengan negara demi kesejahteraan umum (Rahim 2020). Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menetapkan bahwa tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan kemampuan, karakter, dan peradaban bangsa yang bermartabat. Pendidikan bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa serta mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi individu beriman, bertakwa, berakhlak mulia, sehat, berpengetahuan, cakap, kreatif, mandiri, demokratis, dan bertanggung jawab (Hidayat Tatang 2018).

Menurut Zohar dan Marshall, Kecerdasan Spiritual (SQ) adalah kemampuan manusia untuk menciptakan makna, nilai, dan keyakinan. Sementara itu, menurut Moallemi, Kecerdasan Sosial (SI) adalah kemampuan untuk menyelesaikan masalah sehari-hari dan mencapai tujuan harian. (Khoirunnisa, Syahidin, and Supriadi 2023) Pendidikan cenderung lebih fokus pada ranah kognitif dan kecerdasan intelektual (IQ) dibandingkan psikomotorik, afektif, kecerdasan emosi (EQ), dan spiritual (SQ). Akibatnya, aspek spiritual tertinggal jauh dibandingkan aspek material. Hal ini menjadikan pendidikan bersifat materialistis, individualistis, dan kurang spiritual, yang akhirnya berdampak destruktif bagi kemanusiaan (Fajri and Biantoro 2023). Meskipun sistem pendidikan kini mengakomodasi ranah kognitif, afektif, dan psikomotor, aspek spiritual masih kurang diperhatikan. Akibatnya, pengembangan keimanan peserta didik tidak tercapai optimal, bahkan terabaikan. Hal ini berdampak pada kurangnya akhlak sesuai ajaran Islam, yang seharusnya menjadi cerminan keimanan (Fajri and Biantoro 2023).

Hadis Nabi SAW mengajarkan pendidikan kecerdasan spiritual dengan mendorong manusia menjauhi hal-hal yang tidak bermanfaat. Beberapa hadis terkait mencakup larangan mengada-ada, menjauhi syubhat, menghindari keraguan, meninggalkan hal yang sia-sia, menjaga lisan dari ucapan tidak berguna, serta menghindari tindakan yang membahayakan diri sendiri dan orang lain (Adriansyah, Walidin, and Mahmud 1970). Ali Ibnu Sahl Al-Ishfahani, menurut Javad Nurbakhsy, menyatakan bahwa kegagalan spiritual disebabkan oleh dominasi hawa nafsu, sementara keberhasilan spiritual bergantung pada akal. Akal membantu seseorang untuk mengendalikan diri dan memilih jalan yang benar, sementara hawa nafsu bisa menjauhkan individu dari kesuksesan spiritual (Waliyuddin 2021).

Penanaman nilai spiritual dalam pendidikan Islam sangat penting untuk membentuk karakter peserta didik yang baik. Selain mengembangkan pengetahuan, pendidikan Islam bertujuan membentuk pribadi yang dekat dengan Tuhan dan memiliki akhlak mulia. Dengan nilai spiritual, peserta didik diharapkan menjadi individu yang peduli terhadap sesama, adil, jujur, dan rendah hati. Hal ini akan menciptakan masyarakat yang harmonis dan berakhlak, mengintegrasikan ilmu pengetahuan dengan nilai-nilai iman dan amal (Arifa and Mazaya 2024). Pendidikan spiritual, menurut Abdul Munir Mulkan, adalah proses pembentukan kepribadian yang berfokus pada kecerdasan emosional dan spiritual, dengan menekankan pemahaman diri (self). Pendidikan ini bertujuan untuk menciptakan keseimbangan

antara kecerdasan intelektual dan spiritual, yang memungkinkan individu hidup bijaksana dan bertanggung jawab (Arifa and Mazaya 2024).

Menurut Stephen R. Covey, kecerdasan spiritual adalah kunci untuk mencapai kesadaran manusia yang mendalam, yang menghubungkan individu dengan nilai-nilai lebih tinggi dan memberikan arah hidup yang lebih jelas serta kemampuan untuk mengatasi tantangan dengan bijaksana (Mud'is Uin, Azania, and Naan 2023). Kehampaan dan kegersangan spiritual dapat menyebabkan kenakalan remaja, karena kurangnya pemahaman tentang nilai hidup membuat remaja mencari pelarian dalam perilaku negatif. Pendidikan spiritual yang kuat sangat penting untuk mencegah hal ini dan membimbing remaja menjadi individu yang bertanggung jawab (Fajri and Biantoro 2023).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan metode deskriptif, dimana peneliti menjawab masalah penelitian dengan pemberian data berupa deskripsinarasi. Deskripsi merupakan jenis paragraf yang menggambarkan sesuatu dengan jelas dan terperinci. Buku-buku, makalah, dan sejumlah sumber informasi lain yang dianggap relevan dengan topik penelitian menjadi sumber data penulis. Selain itu, penulis mengumpulkan data melalui sebaran instrumen berupa angket yang berisi beberapa pertanyaan dan memvalidasi hasil tersebut penulis juga melakukan wawancara mendalam dengan beberapa responden. Setelah itu dianalisis dan disajikan sesuai data yang dibutuhkan. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari mahasiswa dari tiga jurusan berbeda yang terdapat di Sekolah Tinggi Ilmu Bahasa Arab (STIBA) Ar Raayah, Sukabumi. Jumlah keseluruhan mahasiswa yang menjadi subjek penelitian ini adalah sebanyak 30 orang. Ketiga jurusan tersebut memiliki karakteristik dan fokus pembelajaran yang bervariasi, sehingga representasi dari setiap jurusan diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif dalam penelitian ini. Dengan demikian, diharapkan hasil penelitian dapat lebih representatif dan mampu mencerminkan realitas di lingkungan STIBA Ar Raayah secara keseluruhan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pengertian Kecerdasan Spiritual**

Kata spiritual berasal dari spirit, yang berarti ruh, sukma, atau semangat, dan berkaitan dengan aspek batiniah manusia. Dalam Islam, kecerdasan manusia dibagi menjadi tiga komponen utama; akal (aql) yang mencerminkan kecerdasan intelektual, nafs yang terkait dengan kecerdasan emosional, dan qalb atau ruh yang merepresentasikan kecerdasan spiritual (Adriansyah, Walidin, and Mahmud 1970). Kecerdasan spiritual, yang berasal dari gabungan kata kecerdasan dan spiritual, merujuk pada kemampuan yang melekat dalam diri setiap individu untuk menghadapi dan menyelesaikan berbagai permasalahan hidup. Dengan kecerdasan

spiritual, seseorang dapat mengelola tantangan hidup dengan pendekatan yang seimbang, mengintegrasikan logika, emosi, dan nilai-nilai spiritual sebagai panduan dalam pengambilan keputusan (Mud'is Uin, Azania, and Naan 2023).

Kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memaknai dan menyadari kehadiran Tuhan dalam setiap aspek kehidupan, serta melibatkan Tuhan dalam setiap kejadian, baik dalam kebahagiaan maupun kesulitan, dengan menemukan makna dan keyakinan dalam setiap pengalaman hidup (Khoirunnisa, Syahidin, and Supriadi 2023). Kecerdasan spiritual, menurut Marsha, adalah kemampuan untuk merasakan inspirasi dan efektivitas yang terinspirasi oleh penghayatan ketuhanan, yang membuat kita merasa terhubung dengan Tuhan dan sesama, serta menyadari bahwa kita semua adalah bagian dari keseluruhan yang lebih besar (Karim 2022).

Penanaman nilai tauhid adalah aspek spiritual yang penting bagi peserta didik. Menurut Ary Ginanjar Agustian, kecerdasan spiritual adalah kemampuan seseorang untuk memberikan makna ibadah dalam setiap aktivitas dan perilaku, dengan mengikuti langkah-langkah alami untuk mencapai kualitas hanif, serta memiliki pola pikir yang berlandaskan tauhid dan beribadah hanya karena Allah (Arifa and Mazaya 2024).

Maslow mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai tahap aktualisasi diri, di mana seseorang dipenuhi dengan kreativitas, intuisi, kebahagiaan, kasih, kedamaian, toleransi, kerendahan hati, dan tujuan hidup yang jelas. Kecerdasan spiritual dianggap sebagai kecerdasan tertinggi (The Ultimate Intelligence) yang paling menentukan kesuksesan seseorang, sekaligus menjadi dasar untuk mengoptimalkan penggunaan IQ dan EQ secara efektif. (Fajri and Biantoro 2023) Menurut Al-Ghazali, kecerdasan spiritual juga disebut sebagai kecerdasan qalbiyah, yaitu kemampuan yang berkaitan dengan penyucian jiwa (tazkiyah al-nafs) melalui ketekunan dalam melakukan latihan spiritual (arriyadloh) (Fitriati and Makhfud 2022). Kecerdasan spiritual adalah fondasi penting yang membentuk individu utuh secara emosional, intelektual, dan moral. Hal ini membantu menemukan makna hidup, menjaga keseimbangan, serta bertindak sesuai dengan nilai-nilai etika dan tujuan yang lebih tinggi (Sunardi, Fathoni, and Munfarida 2024). Kecerdasan spiritual adalah potensi dalam diri seseorang untuk menyelesaikan masalah hidup dengan bijaksana dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari melalui tindakan yang selaras dengan nilai-nilai moral dan tujuan hidup (Fitriati and Makhfud 2022).

Kecerdasan spiritual (SQ) adalah kemampuan otak untuk mengintegrasikan kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual, sehingga menghasilkan pemahaman hidup yang holistik dan bermakna (Yufi 2023). Pada akhir abad ke-20, Spiritual Quotient (SQ) diperkenalkan sebagai kecerdasan jenis ketiga yang membantu individu memahami makna dan nilai hidup. SQ berfungsi mengontrol IQ dan EQ secara efektif, menjadikannya kecerdasan tertinggi untuk memberikan makna mendalam dan wawasan luas dalam kehidupan (Yufi 2023). Spiritual Quotient (SQ) ditemukan pada pertengahan tahun 2000 oleh Danah Zohar dan Ian Marshall, yang

berlatar belakang dari Harvard dan Oxford, sebagai tambahan penting dalam memahami kecerdasan manusia (Fitriati and Makhfud 2022). Sukidi menyatakan bahwa kecerdasan spiritual (SQ) lebih utama daripada IQ dan EQ. Menurutnya, ketiga kecerdasan ini sangat berpengaruh dalam mengembangkan kemampuan berpikir aktif dan holistik manusia (Fitriati and Makhfud 2022).

## Karakteristik Kecerdasan Spiritual

Danah Zohar dan Ian Marshall, seperti yang disampaikan oleh Ali Mustofa, mengidentifikasi sembilan ciri utama dari kecerdasan spiritual yang melibatkan dimensi kognitif, emosional, etika, dan spiritual. Pertama, kecerdasan spiritual terlihat dalam kemampuan beradaptasi dengan situasi yang berbeda, baik yang biasa maupun penuh tantangan, tanpa kehilangan prinsip atau arah hidup. Kedua, individu dengan kecerdasan spiritual memiliki kecerdasan yang tinggi dan produktif, mampu menggunakan pemikiran untuk menemukan solusi yang bermanfaat. Ketiga, mereka dapat menghadapi penderitaan dengan menerima dan mencari makna dari pengalaman tersebut, serta membantu orang lain yang mengalami hal serupa. Keempat, mereka dapat mengatasi rasa takut dengan keberanian, menjadikannya sebagai kekuatan untuk mencapai tujuan yang lebih besar (Waliyuddin 2021).

Kelima, individu dengan kecerdasan spiritual memiliki tujuan hidup yang jelas, dipandu oleh prinsip moral dan spiritual yang lebih tinggi. Keenam, mereka berusaha hidup selaras dengan alam dan selalu bertindak untuk kebaikan. Ketujuh, mereka melihat hubungan antar aspek kehidupan secara holistik. Kedelapan, mereka sering mempertanyakan dan mencari pemahaman lebih dalam tentang masalah. Kesembilan, mereka menjadi pemimpin yang berdedikasi, tulus, dan konsisten, memimpin dengan hati dan prinsip yang diyakini (Waliyuddin 2021).

Zohar dan Danah menyatakan bahwa kecerdasan spiritual manusia mencakup enam ciri utama: pertama, kemampuan beradaptasi dengan lingkungan secara mudah; kedua, kemampuan mengatasi tantangan hidup, seperti penderitaan dan rasa terluka; ketiga, kehidupan berkualitas yang memiliki tujuan jelas untuk menghindari kerugian yang tidak perlu; keempat, kecenderungan untuk tidak terikat pada hal-hal duniawi; kelima, fokus pada pertanyaan mendasar seperti "mengapa" dan "bagaimana"; dan keenam, kemampuan untuk mencapai kesepakatan dengan mudah, yang dianggap sebagai tanda kecerdasan spiritual yang mandiri (Mud'is Uin, Azania, and Naan 2023).

Kecerdasan spiritual digunakan ketika seseorang memberi makna mendalam pada setiap tindakan, perasaan, dan pengalaman hidup, menghubungkannya dengan nilai-nilai dan tujuan yang lebih besar (Khoirunnisa, Syahidin, and Supriadi 2023). Aspek moral-spiritual berfungsi sebagai dasar etika dalam membentuk formulasi sosial, termasuk dalam dunia pendidikan. Aspek ini memberikan pedoman dalam mengembangkan nilai-nilai moral yang diperlukan untuk membangun masyarakat yang adil, bermoral, dan sejahtera, serta menciptakan lingkungan pendidikan yang

mendukung perkembangan karakter dan integritas siswa (Karim 2022). Makna hidup dan pengalaman spiritual adalah pencapaian tertinggi otak manusia. Kehilangan makna hidup atau ketiadaan pengalaman spiritual dapat menyebabkan krisis eksistensial yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik (Ahmadi 2022). Kecerdasan spiritual berpengaruh positif terhadap perkembangan anak dalam dunia pendidikan, membantu mereka memahami makna hidup, nilai-nilai moral, dan membangun karakter yang baik, serta meningkatkan empati dan interaksi sosial (Fitriati and Makhfud 2022).

Kecerdasan spiritual memberikan ketenangan batin dan membimbing kecerdasan intelektual serta emosional untuk terarah pada makna hidup. Dalam Islam, kecerdasan spiritual dapat mengatasi kecemasan batin melalui pengamalan tasawuf, yang berfungsi sebagai terapi krisis spiritual. Tasawuf berperan sebagai hasil pengalaman spiritual dan pengetahuan langsung mengenai realitas Ketuhanan, serta menjadi inovasi dalam agama. Selain itu, pengalaman spiritual dalam tasawuf menumbuhkan keyakinan yang kuat dan membangun hubungan dengan Allah berdasarkan rasa cinta (Khadijah 2023).

## **Metode dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Perspektif Mahasiswa STIBA Ar Raayah Sukabumi**

### **1) Selayang Pandang STIBA Ar Raayah**

Sekolah Tinggi Ilmu Bahasa Arab (STIBA) Ar-Raayah terletak di Jl. Perintis Kemerdekaan KM. 6, RT 01 RW 05, Kampung Cimenteng, Desa Sukamulya, Kecamatan Cikembar, Kabupaten Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia. (Huda, Alim, and Mujahidin 2023) STIBA Ar-Raayah bermula sebagai sebuah pesantren yang dikenal dengan nama Ma'had Ar-Raayah dan seiring waktu berkembang menjadi Sekolah Tinggi Ilmu Bahasa Arab (STIBA). (Hervina and Isman 2022) Didirikan oleh Yayasan Ar-Raayah pada tahun 2006 dengan nama awal Mahad Aly Ar-Raayah, institusi ini awalnya menawarkan program setara diploma II. Pada tahun 2012, Mahad Aly Ar-Raayah resmi berubah menjadi Sekolah Tinggi Ilmu Bahasa Arab (STIBA) setelah mendapatkan izin operasional dari KEMENAG dengan nomor surat 2345 tahun 2012 (Qurani et al. 2023).

STIBA Ar-Raayah memiliki visi untuk menjadi perguruan tinggi unggul berbasis Bahasa Arab di Indonesia. Visi ini diwujudkan melalui misi-misi STIBA Ar-Raayah, yaitu; menyediakan pendidikan dan pembelajaran Bahasa Arab yang berkualitas, kompetitif, dan profesional; melakukan penelitian dan pengembangan teknologi pendidikan yang berbasis Bahasa Arab; serta memberdayakan masyarakat dengan landasan nilai-nilai Islam (Umar et al. 2022). Mahasiswa STIBA Ar-Raayah berasal dari seluruh penjuru Nusantara, mulai dari Sabang hingga Merauke, yang membawa beragam budaya, dialek bahasa, dan gaya komunikasi. Keberagaman ini memperkaya khasanah komunikasi di perguruan tinggi berbasis pesantren tersebut (Khatimah et al. 2023). Salah satu keunikan dari STIBA Ar Raayah ini sebagai kampus yang

mewajibkan seluruh mahasiswanya untuk menetap disana dan menetapkan aturan layaknya aturan pondok pesantren terhadap mahasiswanya (Hidayat, Priyadi, and Istianah 2024).

Secara singkat, mahasiswa STIBA Ar Raayah adalah individu yang terdaftar secara resmi untuk mengikuti pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Bahasa Arab (STIBA) Ar Raayah. Mereka menjalani pendidikan formal sesuai dengan kurikulum dan peraturan yang berlaku, selama periode yang telah ditentukan. Selain fokus pada penguasaan bahasa Arab, mahasiswa juga mengembangkan wawasan ilmiah, keterampilan akademik, dan karakter Islami yang menjadi ciri khas lembaga ini. Sebagai mahasiswa resmi, mereka memiliki kewajiban untuk mengikuti perkuliahan, evaluasi, dan kegiatan lainnya yang mendukung proses pembelajaran dan pengembangan diri secara menyeluruh.

## **2) Metode dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Perspektif Mahasiswa STIBA Ar Raayah Sukabumi**

Metode dalam meningkatkan kecerdasan spiritual (spiritual intelligence) merujuk pada usaha untuk mengembangkan kemampuan seseorang dalam memahami, merasakan, dan mengelola dimensi spiritual dalam hidupnya. Kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memaknai dan menyadari kehadiran Tuhan dalam setiap aspek kehidupan, serta melibatkan Tuhan dalam setiap kejadian, baik dalam kebahagiaan maupun kesulitan, dengan menemukan makna dan keyakinan dalam setiap pengalaman hidup (Khoirunnisa, Syahidin, and Supriadi 2023).

Dalam mengumpulkan data mengenai metode mahasiswa STIBA Ar Raayah dalam meningkatkan kecerdasan spiritual, peneliti memilih 30 orang responden dari beberapa jurusan di STIBA Ar Raayah. Kemudian penulis membagikan pertanyaan dalam bentuk kuisisioner dan melakukan wawancara mendalam dengan beberapa responden tersebut. Setelah data dikumpulkan dan dianalisis serta diklasifikasi, maka peneliti menemukan beberapa metode dalam meningkatkan kecerdasan spiritual perspektif mahasiswa STIBA Ar Raayah Sukabumi, adalah sebagai berikut;

Pertama, Istiqamah Menjalankan Ritual Ibadah (Salat) Dari hasil penelitian yang melibatkan 30 responden, seluruhnya menyatakan bahwa melaksanakan ritual ibadah, yang merupakan kewajiban setiap Muslim, dipandang sebagai sesuatu yang sangat penting dan memiliki sifat wajib. Salah satu ibadah yang paling utama dan menjadi kewajiban mutlak bagi setiap Muslim adalah salat lima waktu. Ibadah ini bukan hanya menjadi manifestasi ketaatan kepada Allah SWT, tetapi juga merupakan pilar utama dalam kehidupan spiritual seorang Muslim. Konsensus ini menunjukkan bahwa kesadaran akan pentingnya salat lima waktu tetap menjadi nilai fundamental yang dianut oleh masyarakat Muslim dalam kehidupan sehari-hari, sehingga menjadikannya sebagai prioritas utama dalam menjalankan ajaran agama.

Zahrotul Badi'ah mengungkapkan bahwa pengembangan potensi kecerdasan spiritual dapat dilakukan melalui pelaksanaan ibadah ritual, seperti salat. Salat tidak hanya berfungsi sebagai bentuk komunikasi langsung antara seorang hamba dengan Tuhannya, tetapi juga menjadi simbol ketaatan dan kepasrahan kepada Allah SWT. Melalui salat, individu diajak untuk merenungi makna kehidupan, memperkuat hubungan spiritual, dan membangun kesadaran akan kehadiran Ilahi dalam setiap aspek kehidupan. Dengan demikian, salat berperan penting dalam membentuk karakter yang lebih bijaksana, sabar, dan penuh rasa syukur, yang merupakan bagian integral dari kecerdasan spiritual (Fitriati and Makhfud 2022).

Kedua, berupaya selalu mengingat Allah dengan Zikir; Salah satu responden, Daris, mengungkapkan bahwa mengingat Allah melalui aktivitas berzikir memiliki dampak yang sangat besar dalam menciptakan ketenangan jiwa. Dengan berzikir, seseorang dapat merasakan kedamaian batin yang mendalam, karena aktivitas ini menghubungkan hati dengan Allah SWT dan mengalihkan pikiran dari hal-hal yang bersifat duniawi. Selain itu, berzikir juga membantu seseorang untuk lebih fokus, sabar, dan tawakal dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Oleh karena itu, zikir menjadi salah satu cara efektif untuk mencapai kestabilan emosional dan spiritual dalam kehidupan sehari-hari.

Berzikir merupakan salah satu cara yang efektif untuk menenangkan diri, baik secara mental maupun spiritual. Dengan mengulang-ulang kalimat-kalimat dzikir yang penuh makna, seperti menyebut nama Allah atau memuji kebesaran-Nya, seseorang dapat menciptakan suasana hati yang lebih damai dan tenteram. Aktivitas ini membantu mengalihkan pikiran dari kekhawatiran atau stres, sekaligus memperkuat hubungan spiritual dengan Allah SWT. Selain memberikan ketenangan, berzikir juga mendorong seseorang untuk lebih bersyukur, introspektif, dan sadar akan keberadaan Ilahi dalam setiap aspek kehidupannya (Fajri and Biantoro 2023).

Ketiga, berupaya meluangkan waktu untuk bertafakkur. Salah seorang responden, Abdurrahman, dalam wawancara mendalam mengungkapkan bahwa tafakkur atau merenung adalah salah satu metode terbaik untuk membersihkan jiwa. Dengan tafakkur, seseorang diajak untuk merenungi kebesaran ciptaan Allah, menggali makna hidup, dan mengevaluasi diri terhadap tindakan yang telah dilakukan. Proses ini tidak hanya membantu individu dalam memahami tujuan hidup yang sejati, tetapi juga mengarahkan hati menuju kesadaran spiritual yang lebih dalam. Abdurrahman menambahkan bahwa melalui tafakkur, seseorang dapat menghilangkan berbagai sifat negatif seperti kesombongan dan iri hati, menggantinya dengan ketulusan, kerendahan hati, dan rasa syukur. Oleh karena itu, tafakkur dianggap sebagai jalan yang efektif untuk mencapai kebersihan hati dan kedamaian jiwa.

Tafakkur memiliki banyak pengaruh positif dalam kehidupan seseorang, salah satunya adalah meningkatkan pemahaman dan pengenalan terhadap Tuhan. Melalui proses perenungan mendalam tentang ciptaan Allah, keagungan-Nya, dan hikmah di

balik setiap kejadian, seseorang dapat merasakan kehadiran-Nya secara lebih nyata. Tafakkur juga membantu individu menyadari betapa luasnya kebijaksanaan dan kasih sayang Allah SWT, sehingga mendorong hati untuk semakin tunduk dan berserah diri kepada-Nya. Dengan demikian, tafakkur tidak hanya menjadi sarana untuk memperdalam hubungan spiritual, tetapi juga memperkokoh keimanan dan memperkuat rasa cinta kepada Sang Pencipta (Fajri and Biantoro 2023).

Keempat, Mengasingkan diri (Uzlah), Seorang responden, Abdurrahman, dalam wawancara mendalam menyatakan bahwa ia sering menyendiri, terutama ketika menghadapi suatu masalah. Dalam kesendiriannya, ia menggunakan waktu tersebut untuk merenung dan bermuhasabah, mencoba memahami hikmah yang tersembunyi di balik setiap masalah yang dihadapi. Baginya, momen introspeksi ini tidak hanya membantu menemukan solusi, tetapi juga memberikan ketenangan batin dan memperkuat keimanan. Dengan merenung, Abdurrahman merasa lebih mampu melihat segala sesuatu dari perspektif yang lebih luas dan memahami bahwa setiap ujian yang diberikan Allah SWT selalu mengandung pelajaran berharga untuk membentuk dirinya menjadi pribadi yang lebih baik.

Uzlah adalah praktik mengasingkan diri dari pergaulan dengan masyarakat, yang bertujuan untuk menghindari maksiat dan kejahatan serta melatih jiwa agar lebih dekat kepada Allah SWT. Dalam uzlah, seseorang memanfaatkan waktu untuk memperbanyak ibadah, seperti salat, zikir, doa, dan tafakkur tentang kebesaran Allah. Aktivitas ini memungkinkan individu untuk merefleksikan diri, memperkuat hubungan spiritual, dan membersihkan hati dari berbagai penyakit batin. Dengan menjauhkan diri dari hiruk-pikuk duniawi, uzlah memberikan ruang bagi seseorang untuk mencapai ketenangan jiwa dan fokus pada upaya mendekatkan diri kepada Sang Pencipta (Karim 2022).

Kelima, Tazkiyah al Nafs, Dari hasil wawancara dengan beberapa responden, peneliti memahami bahwa salah satu cara penting untuk menyucikan jiwa adalah melalui tafakkur. Dengan tafakkur, seseorang dapat merenungkan berbagai aspek kehidupannya, termasuk kesalahan dan kekurangan yang mungkin mengotori jiwa, baik secara zahir maupun batin. Proses perenungan ini membantu individu menyadari perlunya membersihkan diri dari sifat-sifat negatif seperti kesombongan, iri hati, dan kebencian, serta menggantinya dengan sifat-sifat yang lebih mulia, seperti kerendahan hati, kesabaran, dan rasa syukur. Selain itu, tafakkur juga memperkuat kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan lahiriah sebagai bentuk ketaatan kepada Allah SWT, sehingga tercapai keseimbangan antara aspek spiritual dan fisik dalam kehidupan seseorang.

Sementara itu model tazkiyah al-nafs yang dapat di rujuk dalam konteks kajian ini adalah berdasarkan kepada ketokohan al-Ghazali sebagai salah satu tokoh pemikir Islam yang populer dalam membicarakan aspek pembangunan jiwa seseorang (Spiritual Quotient) (Yufi 2023). Takhalli, tahalli, dan tajalli yang disebutkan al-Ghazali sebagai proses seseorang dalam perjalanan spiritualnya. Di

mana takhalli sebagai tujuan pertama yang harus disinggahi, karena proses pertama ini adalah proses perisapan dalam bentuk pembersihan diri. Begitu juga dengan konsep tazkiyatun nafs yang sering terdengar dalam pembahasan pembersihan diri, yaitu sebuah upaya pembersihan melalui pelatihan (riyadhah/ mujahadah) yang dilakukan secara intensif dan efektif. Dalam sebuah tarekat, pelatihan yang sering disebut dengan istilah riyadhah atau mujahadah ini disusun secara sistematis dengan bentuk beragam amalan yang ditawarkan kepada para pengamalnya untuk diamalkan secara konsisten (Khoirunnisa, Syahidin, and Supriadi 2023). Al-Ghazali mengajarkan bahwa perjalanan spiritual hanya dapat ditempuh oleh orang yang memiliki kedalaman spiritual, melalui tiga tahapan yang salah satunya adalah membersihkan hati dari selain Allah (Karim 2022).

## KESIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian dan pembahasan yang sudah paparkan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memaknai dan menyadari kehadiran Tuhan dalam setiap aspek kehidupan, serta melibatkan Tuhan dalam setiap kejadian, baik dalam kebahagiaan maupun kesulitan, dengan menemukan makna dan keyakinan dalam setiap pengalaman hidup. Kecerdasan spiritual, yang berasal dari gabungan kata "kecerdasan" dan "spiritual," merujuk pada kemampuan yang melekat dalam diri setiap individu untuk menghadapi dan menyelesaikan berbagai permasalahan hidup. Dengan kecerdasan spiritual, seseorang dapat mengelola tantangan hidup dengan pendekatan yang seimbang, mengintegrasikan logika, emosi, dan nilai-nilai spiritual sebagai panduan dalam pengambilan Keputusan.
2. Danah Zohar dan Ian Marshall, seperti yang disampaikan oleh Ali Mustofa, mengidentifikasi sembilan ciri utama kecerdasan spiritual, yaitu kemampuan beradaptasi tanpa kehilangan prinsip hidup, kecerdasan tinggi dalam mencari solusi, menerima penderitaan dan membantu orang lain, mengatasi rasa takut dengan keberanian, memiliki tujuan hidup yang jelas, hidup selaras dengan alam, melihat kehidupan secara holistik, mempertanyakan dan mencari pemahaman lebih dalam, serta menjadi pemimpin yang tulus dan konsisten dengan prinsip yang diyakini.
3. Beberapa metode untuk meningkatkan kecerdasan spiritual mahasiswa STIBA Ar Raayah Sukabumi antara lain meliputi istiqamah dalam menjalankan ibadah salat sebagai bentuk kedekatan dengan Allah. Selain itu, berusaha untuk selalu mengingat Allah melalui zikir membantu menjaga kesadaran spiritual dalam setiap aktivitas. Mahasiswa juga dianjurkan untuk meluangkan waktu untuk bertafakkur, merenung tentang ciptaan Allah untuk mendapatkan pemahaman lebih dalam tentang hidup. Mengasingkan diri (Uzlah) menjadi metode efektif untuk menjauhkan diri dari gangguan

# *Jurnal Dirosah Islamiyah*

**Volume 7 Nomor 1 (2025) 105 - 117 P-ISSN 2656-839x E-ISSN 2716-4683  
DOI: 10.17467/jdi.v7i1.6236**

eksternal dan fokus pada ibadah. Terakhir, Tazkiyah al Nafs, yaitu penyucian hati dan jiwa dari sifat negatif, sangat penting untuk menjaga ketenangan batin dan memperbaiki kualitas spiritual secara berkelanjutan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, Warul Walidin, and Salami Mahmud. 1970. "Kecerdasan Spritual Tentang Menghindari Yang Tidak Bermanfaat Dalam Kitab Hadis Arbain Karya Imam Nawawi." *Spiritual Healing : Jurnal Tasawuf Dan Psikoterapi* 4 (1): 18–28. <https://doi.org/10.19109/sh.v4i1.17675>.
- Ahmadia, Bilqis Rizma. 2022. "Implementasi Ajaran Tasawuf Terhadap Pengendalian Emosi." *Gunung Djati Conference Series* 19: 390–404.
- Arifa, Nur, and Nur Widad Mazaya. 2024. "Transformasi Manageria Transformasi Manageria." *Journal Of Islamic Education Management* 4 (1): 132–48. <https://doi.org/10.47476/manageria.v>.
- Fajri, Barlian, and Oktio Frenki Biantoro. 2023. "Nilai-Nilai Sholawat Wahidiyah Dalam Menumbuhkan Kecerdasan Spiritual Dan Akhlakul Karimah." *Irfani Jurnal Pendidikan Islam* 13 (2): 72–92.
- Fitriati, Anisa, and Makhfud. 2022. "Istighotsah Sebagai Upaya Menumbuhkan Kecerdasan Spiritual Santri Di Pondok Pesantren Putri Al-Mahrusiyah." *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences* 3 (3): 403–18. <https://doi.org/10.33367/ijhass.v3i3.3958>.
- Hervina, Lola, and Nofa Isman. 2022. "Kesalahan Populer Dalam Kemahiran Menulis Bahasa Arab Di STIBA Arraayah Sukabumi." *Maharaat: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab* 4 (2): 137–54. <https://doi.org/10.18196/mht.v4i2.14122>.
- Hidayat, Tatang, Gian Resa Priyadi, and Istianah Istianah. 2024. "Peran Program Dirosah Masaiyah Dalam Peningkatan Kompetensi Dakwah Mahasiswa Prodi KPI STIBA Ar Raayah Sukabumi." *Anida (Aktualisasi Nuansa Ilmu Dakwah)* 24 (1): 61–78. <https://doi.org/10.15575/anida.v24i1.34241>.
- Hidayat Tatang, Syafei Makhmud. 2018. "Filsafat Perencanaan Dan Implikasinya Dalam Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Di Sekolah." *Lentera Pendidikan* 21 (2): 188–205.
- Huda, Syirojul, Akhmad Alim, and Endin Mujahidin. 2023. "Model Pembelajaran Keterampilan Bahasa Arab Pada Program Prakuliah Di STIBA Ar-Raayah Sukabumi." *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 12 (02): 1187–1208. <https://doi.org/10.30868/ei.v12i02.4336>.
- Karim, Abdul. 2022. "Reformulasi Model Pembinaan Moral Siswa Dalam Perspektif Tasawuf." *AL-ADABIYAH : Jurnal Pendidikan Agama Islam* 3 (1): 29–41.
- Khadijah, Khadijah. 2023. "Urban Sufism: Membangun Kecerdasan Spiritual Masyarakat Perkotaan Era Modern." *Medina-Te : Jurnal Studi Islam* 19 (1): 32–43. <https://doi.org/10.19109/medinate.v19i1.16998>.
- Khatimah, Husnul, Dewi Trisnawati, Diana Rimayani, and Awfa Nassila. 2023. "Effective Communication Methods in Entrepreneurship Case Study of Qism Maqsof Banat STIBA Ar Raayah Sukabumi." *Kawanua International Journal of Multicultural Studies* 4 (2): 96–105. <https://doi.org/10.30984/kijms.v4i2.627>.

- Khoirunnisa, Hawa, Syahidin Syahidin, and Udin Supriadi. 2023. "Pembinaan Kecerdasan Spiritual Di Pondok Pesantren Suryalaya Taasikmalaya." *Civilization Research: Journal of Islamic Studies* 2 (2): 142-67. <https://doi.org/10.61630/crjis.v2i2.12>.
- Mud'is Uin, Hasan, Desti Azania, and Naan. 2023. "KECERDASAN SPIRITUAL BAGI KESEHATAN OTAK (Studi Kasus Pada Mahasiswa Tasawuf Dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin UIN Sunan Gunung Djati Bandung)." *Humanistika: Jurnal Keislaman* 9 (1): 2548-4400.
- Qurani, Ainun Suci, Septia Solihati, Nurul Al Fudiah, Siti Mufarokah, Istiadah Istiadah, and Rizal Firdaus. 2023. "Pembelajaran Bahasa Arab Di UIN Maulana Malik Ibrahim Dan STIBA Ar-Raayah." *Kalamuna: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab Dan Kebahasaaraban* 4 (1): 41-57. <https://doi.org/10.52593/klm.04.1.03>.
- Rahim, Ratna. 2020. "Problematisasi Pendidikan Agama Islam Di Perguruan Tinggi Umum (PTU)." *Jurnal Andi Djemma | Jurnal Pendidikan* 3 (1): 49-58. <https://ojs.unanda.ac.id/index.php/andidjemma/article/view/337>.
- Sunardi, Sunardi, Muchlis Tri Fathoni, and Isah Munfarida. 2024. "Pembiasaan Istighosah Dalam Pembentukan Kecerdasan Spiritual Santri." *Ngaos: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 2 (1): 21-32. <https://doi.org/10.59373/ngaos.v2i1.9>.
- Umar, Muhammad, Tqiyuddin Ibnu Syafi'i, Nuril Mufidah, and Abdul Malik Karim Amrullah. 2022. "Arabic Language Education Program Management At The Language Preparation Level At STIBA Ar-Raayah Sukabumi." *Loghat Arabi: Jurnal Bahasa Arab Dan Pendidikan Bahasa Arab P-ISSN: 3* (2): 177-94.
- Waliyuddin, M Naufal. 2021. "Pendidikan Nilai Perspektif Psikosufistik (Integrasi Psikologi Dan Tasawuf Dalam Mengembangkan Spiritualitas Dalam Pendidikan)." *Jurnal Psikoterapi Sufistik* 5 (2): 86-96.
- Yufi, Mochamad. 2023. "Implikasi Nilai Tasawuf Al-Ghazali Dan Relasi Spiritual Quetient (SQ) Pada Santri." *Spiritualita* 7 (2): 125-34. <https://doi.org/10.30762/spiritualita.v7i2.1387>.