

Konsep *Emotional Spiritual Quotient* (ESQ) dalam Pendidikan Remaja Perspektif Ary Ginanjar Agustian dan Muhammad Utsman Najati

Viyona Nur Zahra¹, Asep Nuhdi², Syukron Makmun³

^{1,2,3}Institut Agama Islam Nasional Laa Roiba

viyananurz@gmail.com¹, nuhdiasep@gmail.com², fairusmh@gmail.com³

ABSTRACT

This research aims to examine the concept of Emotional Spiritual Quotient (ESQ) in adolescent education based on the perspectives of Ary Ginanjar Agustian and Muhammad Utsman Najati. This research is motivated by the reality of a character crisis experienced by many adolescents today, marked by weak self-control, a loss of life direction, and the degradation of spiritual values. The research was conducted using a library research method with a descriptive and comparative approach. The findings indicate that Ary Ginanjar Agustian, through the ESQ approach, emphasizes the importance of integrating intellectual, emotional, and spiritual intelligence grounded in the Pillars of Faith (Rukun Iman), the Pillars of Islam (Rukun Islam), and the concept of Ihsan. Meanwhile, Muhammad Utsman Najati focuses the ESQ concept on emotional regulation and soul purification based on the Qur'an, Hadith, and Islamic psychology. The ESQ concept proves to be highly relevant in addressing contemporary challenges in adolescent education by instilling divine values, empathy, responsibility, and self-control. Therefore, implementing the ESQ concept within families, schools, and society is essential to shape adolescents who are faithful, virtuous, and resilient.

Keywords : *Emotional Spiritual Quotient, adolescent education, Ary Ginanjar Agustian, Muhammad Utsman Najati.*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji konsep *Emotional Spiritual Quotient* (ESQ) dalam pendidikan remaja berdasarkan perspektif Ary Ginanjar Agustian dan Muhammad Utsman Najati. Kajian ini dilatarbelakangi oleh realitas krisis karakter yang dialami oleh sebagian remaja masa kini, yang ditandai dengan lemahnya pengendalian diri, hilangnya arah hidup, serta degradasi nilai spiritual. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode penelitian kepustakaan (*Library Research*) dengan pendekatan deskriptif dan komparatif (*descriptive-Comparative*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa Ary Ginanjar Agustian melalui pendekatan ESQ menekankan pentingnya integrasi antara kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual dengan landasan Rukun Iman, Rukun Islam, dan konsep ihsan. Sementara itu, Muhammad Utsman Najati memfokuskan konsep ESQ pada aspek pengendalian emosi dan penyucian jiwa berdasarkan Al-Qur'an, hadis, serta teori psikologi Islam. Konsep ESQ terbukti relevan dalam menjawab tantangan pendidikan remaja masa kini dengan menanamkan nilai-nilai ketuhanan, empati, tanggung jawab, dan pengendalian diri. Oleh karena itu, penerapan konsep ESQ dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat sangat penting guna membentuk remaja yang beriman, berakhlak, dan berdaya juang tinggi.

Kata kunci : *Emotional Spiritual Quotient, pendidikan remaja, Ary Ginanjar Agustian, Muhammad Utsman Najati.*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan fondasi utama dalam pembangunan karakter generasi muda. Di era modern yang ditandai dengan perkembangan teknologi informasi dan globalisasi, remaja dihadapkan pada tantangan yang kompleks, baik dari aspek moral, sosial, spiritual, maupun psikologis. Fenomena seperti kenakalan

remaja, degradasi moral, pergaulan bebas, hingga gangguan kesehatan mental semakin meningkat. Menurut data WHO (2021), sekitar 16% dari total penyakit dan cedera yang terjadi pada usia 10-19 tahun berkaitan dengan masalah kesehatan mental, termasuk depresi dan kecemasan. Krisis karakter di kalangan remaja menjadi keprihatinan berbagai kalangan, termasuk pendidik dan tokoh masyarakat. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan pendidikan yang tidak hanya mengandalkan kecerdasan intelektual (IQ), tetapi juga melibatkan aspek emosional (EQ) dan spiritual (SQ). Konsep *Emotional Spiritual Quotient* (ESQ) hadir sebagai solusi alternatif dalam membangun kepribadian remaja yang utuh, seimbang antara aspek kognitif, afektif, dan spiritual. (Hamdanah & Surawan, 2022).

Ary Ginanjar Agustian, melalui konsep ESQ yang ia kembangkan, menekankan pentingnya integrasi antara kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual dalam membentuk karakter individu. Dalam bukunya "Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan Spiritual" Ary menyatakan bahwa ESQ adalah fondasi karakter yang bersumber dari nilai-nilai spiritual Islam, terutama enam rukun iman dan lima rukun Islam, yang kemudian dirumuskan dalam konsep ESQ Way 165. (Agustian, 2001). Di sisi lain, Muhammad Utsman Najati, seorang pemikir psikologi Islam kontemporer, juga menaruh perhatian besar terhadap integrasi nilai-nilai keislaman dalam ilmu psikologi. Dalam karya-karyanya seperti "Al-Qur'an wa 'Ilm an-Nafs" dan "Al-Hadīth an-Nabawī wa 'Ilm an-Nafs", Najati menguraikan bahwa aspek spiritual dan keimanan merupakan bagian penting dari struktur kejiwaan manusia. Menurut Najati, al-Qur'an dan hadis adalah sumber utama dalam memahami dimensi psikologis manusia secara utuh. (Najati, 2004).

Kedua tokoh ini memiliki latar belakang dan pendekatan yang berbeda, namun memiliki kesamaan dalam melihat pentingnya penguatan aspek emosional dan spiritual dalam pendidikan. Ary Ginanjar datang dari dunia praktis dan pelatihan kepemimpinan, sedangkan Najati berasal dari latar belakang akademis dan filsafat Islam. Keduanya memberikan kontribusi signifikan dalam menjawab krisis karakter melalui pendekatan yang bersumber dari nilai-nilai keislaman. Fenomena sosial saat ini menunjukkan bahwa banyak remaja yang mengalami disorientasi nilai, krisis identitas, dan kehilangan makna hidup. Laporan dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) tahun 2022 menunjukkan peningkatan kasus kekerasan dan pelanggaran hukum yang melibatkan remaja. Dalam konteks ini, pendekatan ESQ menjadi sangat relevan sebagai alternatif pendidikan karakter.

Integrasi ESQ dalam pendidikan remaja berpotensi menjadi pendekatan efektif dalam membentuk pribadi yang tangguh, berakhlak mulia, dan memiliki orientasi hidup yang jelas. Pendekatan ini tidak hanya membentuk perilaku yang baik, tetapi juga membangun kesadaran diri, empati, ketulusan, serta hubungan yang sehat dengan Tuhan, sesama, dan lingkungan. Kajian terhadap pemikiran Ary Ginanjar Agustian dan Muhammad Utsman Najati sangat penting untuk menjawab kebutuhan pengembangan model pendidikan remaja berbasis ESQ.

Dengan membandingkan keduanya, dapat ditemukan persamaan dan perbedaan yang dapat dijadikan landasan teoritis maupun praktis dalam

pengembangan kurikulum pendidikan karakter di sekolah maupun lembaga pendidikan nonformal. Lebih lanjut, penting untuk meneliti secara mendalam konsep ESQ dalam perspektif masing-masing tokoh dan bagaimana konsep tersebut dapat diterapkan dalam konteks pendidikan remaja saat ini. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengungkap kontribusi ESQ terhadap pembentukan karakter Islami remaja dan menjawab tantangan modernitas yang mengikis nilai-nilai spiritual. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini berjudul, *Konsep Emotional Spiritual Quotient (ESQ) dalam Pendidikan Remaja Perspektif Ary Ginanjar Agustian dan Muhammad Utsman Najati*. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademik dan praktis dalam pengembangan pendidikan karakter berbasis nilai Islam yang relevan dengan kebutuhan generasi muda masa kini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan kepustakaan (library research) untuk mengkaji secara mendalam pemikiran Ary Ginanjar Agustian dan Muhammad Utsman Najati mengenai konsep Emotional Spiritual Quotient (ESQ) dalam pendidikan remaja. Data dikumpulkan dari berbagai sumber tertulis seperti buku, jurnal, dan dokumen, kemudian dianalisis secara historis, metodologis, dan kritis (Sugiyono, 2016; Nursapia). Penelitian ini juga memadukan metode deskriptif dan komparatif. Metode deskriptif digunakan untuk menguraikan dan mengklasifikasi pemikiran kedua tokoh, sedangkan metode komparatif digunakan untuk menganalisis dan membandingkan konsep ESQ yang mereka tawarkan dalam konteks pendidikan remaja (Hardani, 2020).

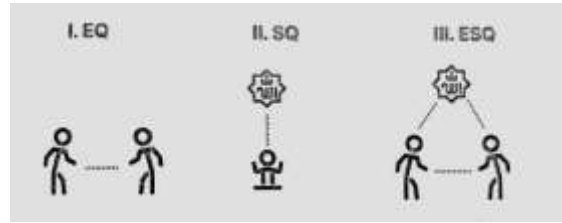
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Konsep ESQ Ary Ginanjar Agustian dan Muhammad Utsman Najati

Berdasarkan hasil analisis data, ditemukan konsep yang mendasari pemikiran Ary Ginanjar Agustian tentang *Emotional Spiritual Quotient (ESQ)* adalah nilai-nilai ikhsan, rukun iman dan rukun Islam. Di samping sebagai petunjuk ibadah bagi umat Islam, pokok pikiran dalam ketiga nilai tersebut juga memberikan bimbingan untuk mengenali dan memahami perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, memotivasi diri, dan mengelola emosi dalam berhubungan dengan orang lain. Suatu metode membangun *emotional quotient (EQ)* yang didasari dengan hubungan antara manusia dengan Tuhannya (*spiritual quotient*). Meskipun kecerdasan emosi dan spiritual berbeda, tetapi keduanya memiliki muatan yang sama-sama penting untuk dapat bersinergi antara satu dengan yang lain. Penggabungan dari kecerdasan emosi dan kecerdasan spiritual dinamakan *emotional spiritual quotient (ESQ)*. Sebuah penggabungan gagasan kedua energi yang berguna untuk menyusun metode yang lebih dapat diandalkan dalam menemukan pengetahuan yang benar dan hakiki.

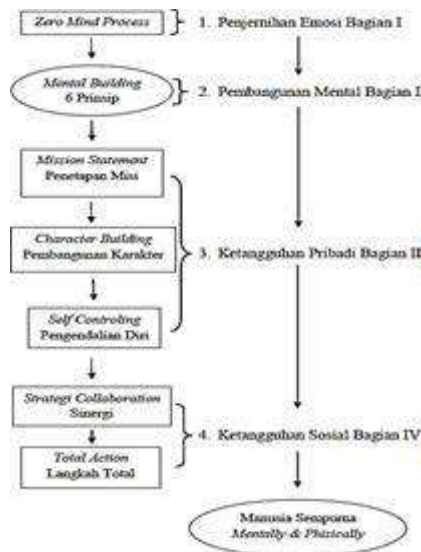
Ary Ginanjar Agustian mendefinisikan *Emotional Spiritual Quotient (ESQ)* sebagai sebuah kecerdasan yang meliputi emosi dan spiritual dengan konsep universal yang mampu menghantarkan pada predikat memuaskan bagi dirinya dan orang lain, serta dapat menghambat segala hal yang kontradiktif terhadap kemajuan

umat manusia. Secara sederhana Ary Ginanjar Agustian menggambarkan konvergensi bentuk kecerdasan tersebut sebagai berikut.



Gambar 1. Konvergensi Kecerdasan (Agustian, 2024)

Berdasarkan pendapat Ary Ginanjar Agustian, *emotional spiritual quotient* (ESQ) adalah kecerdasan yang bertujuan untuk membangun kecerdasan emosi (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ) secara terintegrasi dan berkesinambungan sesuai dengan ajaran Islam atau yang lebih dikenal dengan The ESQ Way 165. Metode ESQ menimbulkan kekuatan keimanan dari dalam diri dan hati seseorang. Gambaran pemetaan dari nilai- nilai ihsan, rukun iman dan rukun Islam sebagai berikut.



Gambar 2. Pemetaan Ikhsan, Iman, dan Islam (Agustian, 2024)

Gambar di atas menjelaskan tentang pemetaan keseluruhan nilai-nilai yang menjadi dasar filosofis metode ESQ Way 165 berdasarkan nilai-nilai Ihsan, Rukun Iman dan Rukun Islam. Nilai-nilai Tahapan penerapan ESQ antara lain: penjernihan emosi, pembangunan mental, ketangguhan pribadi, dan ketangguhan sosial.

Penjernihan Emosi (*Zero Mind Proccess*) adalah *tahapan pertama* dalam pembangunan *emotional spiritual quotient* (ESQ). *Zero Mind Proccess* yang sering dikenal dengan kejernihan hati, mencoba mendefinisikan beberapa hal yang menjadi sumber kehancuran manusia dengan tujuh belunggu yang terdapat dalam

diri manusia atau upaya untuk mengenali dan menghapus apa yang menutupi potensi dalam hati, sehingga spiritual power akan muncul. Dari sinilah awal kecerdasan spiritual mulai terbangun. Manusia di sini memiliki nilai yang satu bersifat universal dan ihsan (indah).

Pembangunan mental (*Mental Building*) adalah *tahapan kedua*. Pada tahapan ini, kecerdasan emosi dibangun melalui enam prinsip yang didasarkan atas rukun iman, yaitu membangun prinsip bintang sebagai pegangan hidup, memiliki prinsip malaikat sehingga dapat dipercaya oleh orang lain, memiliki prinsip kepemimpinan, menyadari pentingnya prinsip pembelajaran, mempunyai prinsip masa depan, dan mempunyai prinsip keteraturan. Ketangguhan Pribadi (*Personal Strength*) merupakan *tahap ketiga*. Ketangguhan pribadi adalah ketika seseorang berada pada posisi telah memiliki pegangan/prinsip hidup yang kokoh dan jelas. Sehingga seseorang yang memiliki ketangguhan pribadi tidak akan mudah terpengaruh oleh lingkungan yang terus berubah dengan cepat.

Ketangguhan Sosial (*Social Strength*) merupakan *tahap keempat*. Ketangguhan sosial adalah penyikapan diri terhadap lingkungan dan masyarakat. Gambar di atas menjelaskan tentang pemetaan nilai-nilai yang menjadi dasar filosofis metode ESQ. Nilai-nilai yang menjadi dasar metode ESQ Way 165 tersebut antara lain nilai-nilai ihsan, rukun iman dan rukun Islam. Tahapan penerapan ESQ Way 165 antara lain: penjernihan emosi, pembangunan mental, ketangguhan pribadi, dan ketangguhan sosial. Sikap peduli terhadap sesama dan peduli terhadap lingkungan alam sekitar.

Sementara, kecerdasan emosional menurut Muhammad Utsman Najati mencerminkan pengendalian diri yang ideal, yang diwujudkan dalam karakter jiwa tenang (*nafs al-muthma'innah*). Jiwa yang seperti ini dicirikan oleh ketenangan, kesabaran, dan kemampuan mengelola dorongan nafsu secara seimbang. Najati menekankan bahwa orang bertakwa akan menampilkan imannya melalui amal saleh dan kepedulian sosial. Emosi yang dikelola secara tepat pada waktu, tempat, dan objeknya menjadi prasyarat bagi terwujudnya interaksi sosial yang harmonis (Najati, 2008).

Menurut Najati, kecerdasan emosional juga tampak dari kemampuan menjalin relasi sosial (*hablun min an-nās*) yang bersumber dari qalb (hati). Hati berfungsi sebagai pusat kesadaran spiritual dan energi moral yang mendorong manusia untuk belajar, berkomitmen, dan membangun integritas. Ia menyatakan bahwa qalb memungkinkan manusia memahami makna hidup dan menjadikan nilai spiritual sebagai pijakan utama dalam bertindak (Najati, 2008).

Pandangan ini selaras dengan al-Ghazali yang menjelaskan bahwa qalb, aql, dan nafs memiliki dimensi ganda: jasmani dan ruhani. Qalb secara fisik adalah organ jantung, namun secara spiritual merupakan *lathifah rabbāniyyah* elemen ilahi yang mampu mengenali kebenaran hakiki. Qalb sebagai inti kesadaran spiritual juga ditegaskan Rasulullah dalam sabdanya,

"*Sesungguhnya dalam diri manusia terdapat segumpal daging. Jika ia baik, maka baiklah seluruh tubuhnya. Jika ia rusak, maka rusaklah seluruh tubuhnya. Ketahuilah, segumpal daging itu adalah qalb*" (HR. Bukhari dan Muslim).

Najati juga menguraikan konsep *nafs* sebagai pusat kepribadian yang terdiri dari tiga tingkatan : *nafs ammarah*, *nafs lawwāmah*, dan *nafs muthma'innah*. *Nafs ammarah* cenderung mendorong kepada keburukan sebagaimana dijelaskan dalam QS. Yusuf: 53, "Sesungguhnya nafsu itu menyuruh kepada kejahatan kecuali yang diberi rahmat oleh Tuhanku." Sebaliknya, *nafs muthma'innah* menggambarkan jiwa yang tenang dan ridha, seperti dalam QS. al-Fajr: 27–30. Sementara *nafs lawwāmah* adalah jiwa yang menyesal dan mengoreksi diri (QS. al-Qiyāmah: 1–2).

Najati menilai bahwa akar krisis kepribadian manusia modern bukan terletak pada kemiskinan ilmu, tetapi pada lemahnya iman dan buruknya pengelolaan emosi. Solusinya adalah pendekatan spiritual melalui latihan kesabaran, syukur, dan penghayatan nilai-nilai tasawuf dalam kehidupan. Ia menjelaskan bahwa pengendalian diri merupakan inti dari kecerdasan emosional dan spiritual (Najati, 2004).

Pengendalian emosi mencakup kesadaran terhadap potensi batiniah manusia, bukan hanya karakteristik fisiknya. Hal ini mencakup kemampuan mengelola ekspresi emosi, menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial, dan berkomunikasi secara empatik (Najati, 2004). Rasulullah SAW memberikan teladan dalam pengendalian marah dengan teknik relaksasi: duduk jika berdiri, dan berbaring jika duduk, sebagaimana dalam hadis riwayat Abu Daud.

Najati (2005) menambahkan bahwa emosi marah merupakan reaksi fitri terhadap hambatan, yang secara fisiologis memicu lonjakan detak jantung dan ketegangan otot. Teknik relaksasi dan pengalihan perhatian menjadi bagian penting dalam menjaga keseimbangan psikologis. Dalam psikologi modern, teknik ini serupa dengan strategi *coping* dalam manajemen stres.

Strategi lain adalah penggunaan kalimat thayyibah seperti *ta'awudz* saat marah dan *istirja'* saat musibah. Najati mengutip hadis: "Setiap hamba yang tertimpa musibah lalu mengucapkan: *Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji'ūn...*, maka Allah akan memberinya pahala dan ganti yang lebih baik" (HR. Muslim). Praktik ini menunjukkan bahwa dzikir memiliki efek spiritual dan psikologis untuk menenangkan hati dan menguatkan harapan.

Kecerdasan spiritual menurut Najati juga tampak pada kepekaan terhadap nilai-nilai ilahiah dan kemampuan berdamai dengan realitas. Jiwa yang mampu menerima ujian hidup dengan tenang menunjukkan tingkat kematangan spiritual yang tinggi. Dalam hal ini, kecerdasan spiritual melengkapi kecerdasan emosional dan menjadikannya lebih bermakna.

Najati membagi dimensi spiritual dalam dua hubungan besar: hubungan dengan Allah dan dengan diri sendiri. Hubungan dengan Allah meliputi iman, takwa, dan pendekatan diri melalui ibadah. Ia mengutip hadis: "Jagalah Allah, niscaya Allah akan menjagamu..." (HR. Tirmizi, No. 2516), yang menggambarkan pentingnya ikatan spiritual yang kokoh.

Najati (1992) menjelaskan bahwa takwa mendorong perilaku amanah, jujur, dan tanggung jawab dalam setiap tindakan. Ibadah seperti salat, puasa, dan zakat bukan hanya ritual, melainkan sarana pembentukan ketenangan batin (HR. Bukhari, No. 6502).

Hubungan dengan diri sendiri mencakup indikator seperti jiwa yang tenang, kemandirian, percaya diri, tanggung jawab, sabar, qana'ah, dan ketekunan. Rasulullah SAW menekankan pentingnya berpendirian dan sabar, misalnya dalam hadis: "Jangan menjadi pengikut mayoritas, tetapi jadilah pribadi yang berprinsip" (HR. Tirmizi, No. 2007). Semua ini menjadi pilar pembentukan spiritualitas remaja yang matang.

Najati menyimpulkan bahwa kecerdasan spiritual merupakan elemen inti dalam pembentukan karakter ideal. Generasi sahabat Nabi merupakan model ideal dari aktualisasi spiritual dan emosional yang sukses. Mereka memiliki integritas, kejernihan akal, dan keteguhan hati, serta menjadikan nilai-nilai Islam sebagai kompas hidup. Hal ini menunjukkan bahwa nilai-nilai ESQ sangat relevan dalam pendidikan remaja masa kini (Najati, 2004).

B. Konsep ESQ Dalam Pendidikan Remaja Dan Implikasinya Berdasarkan Pandangan Ary Ginanjar Dan Utsman Najati

Konsep Emotional Spiritual Quotient (ESQ) dalam pendidikan remaja menekankan pada integrasi antara kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual sebagai fondasi pembentukan karakter yang kuat. Menurut Ary Ginanjar Agustian, ESQ merupakan upaya membentuk pribadi dengan kesadaran ilahiyah melalui penyelarasan tiga kecerdasan utama: IQ, EQ, dan SQ (Agustian, 2005). Dalam pandangan Ary, penerapan ESQ tidak hanya berbicara pada ranah dewasa atau profesional, tetapi harus ditanamkan sejak dini dan terus dibina hingga masa remaja. Remaja berada pada fase kritis dalam mencari jati diri sehingga nilai-nilai keimanan, kejujuran, dan tanggung jawab harus ditanamkan dalam bentuk pembiasaan dan pelatihan (Agustian, 2001).

Najati memandang bahwa kecerdasan emosional tidak berdiri sendiri, melainkan harus berpijak pada kesadaran spiritual dan pembinaan qalb (Najati, 2004). Dalam perspektifnya, keseimbangan antara emosi dan spiritualitas menjadi kunci utama dalam pembentukan karakter remaja. Hati (qalb) menjadi pusat kendali yang mampu mengarahkan emosi ke arah positif dan ilahiah. "Belajar mengendalikan marah sesungguhnya adalah langkah menuju kemampuan mengendalikan seluruh hawa nafsu," tegas Najati (Najati, 2005). Oleh sebab itu, ESQ tidak hanya berbicara tentang kemampuan sosial, tetapi juga pembinaan spiritual

sebagai pusat kendali jiwa.

Ary Ginanjar merumuskan konsep personal strength dalam ESQ melalui tiga tahapan penting: Mission Statement, Character Building, dan Self Controlling. Dalam tahap Mission Statement, syahadat menjadi basis kesadaran tauhid dan kesatuan hidup. Syahadat membentuk keberanian dan optimisme dalam menghadapi tantangan serta memberi arah hidup remaja yang selaras dengan nilai-nilai spiritual (Agustian, 2005). Dalam pendidikan remaja, nilai ini dapat ditanamkan melalui pembiasaan harian seperti mengucapkan syahadat, membaca asmaul husna, dan tilawah Al-Qur'an sebagai pengantar pelajaran.

Pada tahap Character Building, shalat menjadi instrumen utama pembinaan karakter. Shalat membentuk kesadaran diri, pengendalian emosi, serta memperkuat keterhubungan dengan Allah. Ary menyebutkan bahwa shalat merupakan metode pembentukan pengalaman spiritual yang berdampak pada kecerdasan emosional remaja (Agustian, 2001). Najati pun menekankan bahwa ibadah seperti shalat berperan dalam menyeimbangkan dimensi nafs dan aql, sehingga membentuk pribadi yang tenang dan reflektif (Najati, 2004). Pembiasaan shalat pada remaja akan membentuk pola berpikir jernih dan perilaku yang terkendali.

Self Controlling sebagai tahap ketiga dalam personal strength menekankan pada praktik puasa. Puasa dalam pandangan Ary Ginanjar bukan hanya menahan lapar, tetapi sebagai pelatihan pengendalian diri dan pembebasan dari dorongan hawa nafsu (Agustian, 2005). Pada saat yang sama, Najati memandang puasa sebagai bentuk pembinaan jiwa yang mampu membentuk empati dan tanggung jawab sosial. Melalui puasa, remaja belajar menunda kesenangan, memahami penderitaan orang lain, dan melatih hidup hemat (Najati, 2005). Pembelajaran puasa dalam pendidikan dapat dikaitkan dengan kegiatan sosial seperti berbagi dengan sesama, sehingga nilai spiritual dan sosial bertemu.

Najati secara khusus menyoroti tiga tingkatan nafs dalam Al-Qur'an yang relevan dengan dinamika psikologi remaja: nafs ammarah (dorongan negatif), nafs lawwamah (koreksi diri), dan nafs muthma'innah (jiwa tenang) (Najati, 2004). Pendidikan ESQ bertujuan mengarahkan remaja dari kondisi ammarah menuju muthma'innah. Dalam QS. al-Fajr: 27-30, jiwa muthma'innah disebut sebagai jiwa yang ridha dan diridhai Allah. Ini merupakan tahap tertinggi dari keseimbangan spiritual dan emosional. Pendidikan yang mampu membawa remaja ke tingkat ini berarti telah sukses dalam membentuk insan yang paripurna.

Relasi sosial yang sehat juga menjadi bagian penting dalam ESQ. Ary dan Najati sama-sama sepakat bahwa kemampuan menjalin hubungan sosial yang dilandasi nilai spiritual menjadi indikator kematangan emosional. Dalam ESQ, hal ini diwujudkan melalui nilai-nilai kepedulian, empati, dan tanggung jawab sosial. Menurut Najati, qalb yang hidup akan mendorong seseorang untuk peduli terhadap penderitaan sesama dan bertindak adil (Najati, 2004). Hal ini dapat dilatih melalui pembiasaan interaksi sosial berbasis nilai, seperti mentoring, diskusi keagamaan, dan kegiatan kemanusiaan.

Dalam praktik pendidikan remaja, nilai-nilai ESQ dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum melalui pendekatan afektif dan kontekstual. Guru bertindak bukan

sekadar pengajar, tetapi sebagai model spiritual yang membimbing secara hati. Pembiasaan dzikir, shalat berjamaah, puasa sunnah, dan refleksi harian adalah bentuk implementasi nyata dari nilai-nilai ESQ. Ginanjar menyebut pendekatan ini sebagai pendidikan yang menyentuh jiwa dan membangkitkan God Spot dalam diri manusia (Agustian, 2005). Maka pendidikan yang ideal tidak hanya mencerdaskan otak, tetapi juga hati dan tindakan.

Konsep ESQ juga selaras dengan Kurikulum Nasional yang menekankan pada aspek nilai-nilai beriman, bertakwa, mandiri, bernalar kritis, dan gotong royong. Pendidikan berbasis ESQ mampu memperkuat keimanan dan karakter serta menumbuhkan daya juang remaja. Najati melihat bahwa inti dari pengendalian emosi dan pembentukan spiritual adalah pada kesadaran tauhid dan ibadah yang terus diasah. Ketika nilai-nilai tersebut ditanamkan sejak dini, remaja tidak mudah terombang-ambing oleh budaya populer dan krisis identitas.

C. Relevansi ESQ Pandangan Ary Ginanjar Agustian dan Muhammad Utsman Najati Dalam Menghadapi Tantangan Pendidikan Remaja

Konsep Emotional Spiritual Quotient (ESQ) yang dikembangkan oleh Ary Ginanjar Agustian serta konsep spiritualitas dalam pendidikan yang dikaji oleh Muhammad Utsman Najati memiliki relevansi yang kuat terhadap pendekatan pendidikan remaja di era modern. Keduanya menekankan pentingnya integrasi kecerdasan emosional, spiritual, dan intelektual dalam pembentukan karakter peserta didik, sejalan dengan pendekatan holistik yang digunakan dalam pendidikan kontemporer.

Menurut Taksonomi Bloom, tujuan pendidikan terbagi menjadi tiga domain utama, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Ranah kognitif mencakup aspek intelektual seperti pengetahuan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Dalam konteks ini, konsep Intelektual Quotient (IQ) yang merupakan bagian dari ESQ sangat berkaitan dengan kemampuan berpikir dan kecerdasan intelektual peserta didik. Pendidikan remaja memerlukan penguatan pada aspek ini guna membentuk kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah yang kompleks. (Herwati, 2016).

Selanjutnya, ranah afektif dalam Taksonomi Bloom berfokus pada sikap, nilai, dan emosi. Aspek ini sangat berhubungan dengan Spiritual Quotient (SQ) sebagaimana ditekankan dalam konsep ESQ. Ary Ginanjar menyatakan bahwa kecerdasan spiritual merupakan pondasi penting dalam pembentukan nilai dan moralitas remaja. SQ mencakup kesadaran diri, tujuan hidup, serta hubungan dengan Tuhan yang merupakan inti dalam pendidikan karakter berbasis nilai. Utsman Najati dalam perspektif Islam menekankan pentingnya qalb sebagai pusat kesadaran spiritual, yang dalam praktik pendidikan remaja dapat diwujudkan dalam bentuk penguatan nilai-nilai religius dan pengamalan ajaran moral dalam kehidupan sehari-hari. (Herwati, 2016).

Ranah terakhir yaitu psikomotorik berkaitan dengan keterampilan dan tindakan fisik yang disesuaikan dengan nilai dan norma. Dalam konteks ini, Emotional Quotient (EQ) memiliki peran penting, karena keterampilan sosial dan

pengendalian emosi merupakan aspek krusial dalam perkembangan remaja. Ary Ginanjar melalui ESQ-nya mendorong pentingnya ketangguhan emosional, empati, dan keterampilan interpersonal yang selaras dengan misi pendidikan karakter.

Relevansi konsep ESQ juga dapat dikaji dari perspektif tasawuf yang dijelaskan oleh al-Ghazali. Menurut al-Ghazali, konsep qalb, 'aql, dan nafs memiliki makna yang saling terhubung dalam pembentukan spiritualitas dan akhlak manusia. Qalb sebagai pusat ruhani yang mampu memahami dan merasakan, sejalan dengan SQ dalam ESQ; 'aql sebagai potensi intelektual yang mencerminkan IQ; dan nafs, terutama dalam tingkatan nafs muthma'innah, menggambarkan kontrol emosi dan keseimbangan jiwa yang erat kaitannya dengan EQ.

Konsep ini sangat sesuai diterapkan dalam pendidikan remaja yang tidak hanya menekankan aspek akademik, tetapi juga menekankan pada pembentukan karakter dan spiritualitas. Menurut Najati, keseimbangan antara aspek kognitif, emosional, dan spiritual menjadi dasar dari kesehatan mental remaja, yang dalam konteks pendidikan Islam disebut sebagai pengembangan jiwa yang seimbang (al-nafs al-muthma'innah).

Secara praktis, penerapan konsep ESQ dalam pendidikan remaja dapat dilakukan melalui pengintegrasian nilai-nilai spiritual dalam pembelajaran, penguatan program karakter di lingkungan sekolah, serta pemberdayaan keluarga dan masyarakat sebagai mitra dalam membina perkembangan emosional dan spiritual peserta didik. Dengan pendekatan ini, pendidikan remaja tidak hanya menghasilkan individu yang cerdas secara intelektual, namun juga matang secara emosional dan spiritual.

Dengan demikian, ESQ Ary Ginanjar dan pandangan spiritual Utsman Najati memberikan kerangka konseptual yang kuat dalam mendesain sistem pendidikan remaja yang utuh, relevan, dan berorientasi pada pembentukan karakter yang mulia dan bermakna. Hal ini menegaskan bahwa pendidikan remaja masa kini harus bersifat integratif dan transformatif, guna menghadirkan generasi yang cerdas, berakhlak mulia, dan berdaya saing tinggi.

Emotional Spiritual Quotient (ESQ) menurut Ary Ginanjar Agustian dan Muhammad Utsman Najati memiliki relevansi yang sangat strategis dalam menghadapi tantangan pendidikan remaja di era modern yang kompleks dan dinamis. Keduanya menekankan integrasi antara kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EQ), dan kecerdasan spiritual (SQ) sebagai fondasi utama pengembangan karakter remaja yang tangguh dan berdaya juang. (Agustian, 2008).

Menurut Ary Ginanjar Agustian, ESQ merupakan perpaduan sinergis antara IQ, EQ, dan SQ yang berlandaskan pada prinsip tauhid. Kesadaran tauhid ini menjadi kunci pengendalian emosi sehingga muncul ketenangan batin dan kemampuan mendengar bisikan ilahiah yang mengarahkan pada nilai-nilai keadilan, kasih sayang, kejujuran, tanggung jawab, dan kepedulian sosial. Ary Ginanjar juga mengembangkan metode ESQ Way 165 yang mengintegrasikan nilai, rasa, dan logika secara seimbang, sehingga mampu menjawab keresahan modern yang muncul akibat dominasi materialisme dan lemahnya nilai moral. (Agustian, 2001)

Sementara itu, Muhammad Utsman Najati menekankan aspek pengendalian

emosi dan penyucian jiwa (tazkiyatun nafs) berdasarkan Al-Qur'an dan hadis sebagai inti ESQ. Pendidikan remaja menurut Najati harus mampu membangun kesadaran spiritual yang kuat agar remaja tidak mudah terjerumus dalam perilaku negatif akibat tekanan sosial dan perkembangan zaman. Pendekatan Najati juga menekankan pentingnya refleksi diri, dzikir, dan keteladanan Rasulullah sebagai metode efektif dalam menumbuhkan ketangguhan mental dan spiritual (Najati, 2003; 2010)

ESQ mampu membantu mengembangkan keseimbangan antara kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual yang sangat dibutuhkan dalam pendidikan masa kini. Kurikulum yang menitikberatkan pada aspek akademik tanpa memperhatikan pengembangan spiritual dan emosional seringkali menghasilkan lulusan yang cerdas secara intelektual tetapi rapuh secara moral dan emosional. Dengan ESQ, remaja

diajarkan untuk mengelola emosi, membangun kesadaran spiritual, dan menginternalisasi nilai-nilai moral sehingga mereka tidak mudah terjerumus dalam perilaku negatif (Al-Mujahidah, 2022).

Selain itu, ESQ berperan dalam meningkatkan kesadaran diri (self-awareness) remaja yang sangat krusial untuk mengendalikan impuls dan perilaku negatif yang sering muncul akibat pengaruh media sosial dan lingkungan yang tidak selalu positif. (Jayanti dkk., 2023). ESQ mendukung pengembangan karakter religius dan akhlak mulia yang menjadi landasan penting dalam membentuk generasi muda yang beretika dan berintegritas. Dalam pendidikan agama Islam, ESQ diintegrasikan dalam pembelajaran yang menanamkan nilai-nilai keimanan, ketakwaan, kejujuran, disiplin, tanggung jawab, serta sikap peduli dan toleran. Hal ini sangat relevan dengan kebutuhan pendidikan Islam masa kini yang menuntut keseimbangan antara aspek kognitif dan spiritual. (Agustian, 2012).

Secara keseluruhan, pengembangan ESQ dalam pendidikan remaja memberikan kontribusi signifikan dalam menciptakan generasi yang tidak hanya cerdas dan berprestasi, tetapi juga memiliki kedalaman spiritual dan kekuatan emosional yang mampu menjaga stabilitas pribadi dan sosial di era modern.

Relevansi ESQ dalam pendidikan remaja era modern sangat nyata, mengingat remaja menghadapi berbagai tantangan seperti pengaruh negatif media sosial, krisis identitas, dan tekanan psikologis. ESQ memberikan kerangka kerja untuk mengembangkan kesadaran diri, pengendalian emosi, dan kedalaman spiritual yang membuat remaja lebih resilien dan mampu beradaptasi secara positif. Pelatihan ESQ yang interaktif dan kontekstual, seperti yang dikembangkan oleh Ary Ginanjar dalam program ESQ Kids & Teens, terbukti efektif dalam membangun karakter dan motivasi belajar remaja. Dengan demikian, ESQ menjadi solusi pendidikan holistik yang mengatasi krisis moral dan psikologis remaja sekaligus menyiapkan mereka menjadi insan yang berintegritas dan berdaya saing global.

KESIMPULAN DAN SARAN

Konsep ESQ menurut Ary Ginanjar Agustian merupakan integrasi antara kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual yang bertumpu pada nilai-nilai

dasar Islam. Model The ESQ Way 165 yang dikembangkan Ary Ginanjar mencakup tiga pilar utama, yaitu Faith, Learning, dan Action, yang bertujuan membentuk karakter remaja yang berlandaskan nilai tauhid, akhlak mulia, dan kesadaran akan tujuan hidup transendental. Muhammad Utsman Najati, melalui pendekatan psikologi Islam, memandang ESQ sebagai upaya pengembangan jiwa yang mencakup pengendalian emosi (EQ) dan kesadaran spiritual (SQ) yang berpijak pada qalb, aql, dan nafs. Dalam kerangka pemikirannya, pendidikan emosional dan spiritual harus selaras dengan ajaran Al-Qur'an dan hadis serta mampu mengantarkan individu mencapai jiwa yang tenang (nafs muthmainnah). Penerapan konsep ESQ dalam pendidikan remaja sangat signifikan, terutama dalam upaya pembentukan karakter, penguatan nilai-nilai moral dan keagamaan, serta peningkatan kemampuan dalam mengelola emosi dan membentuk hubungan sosial yang sehat. Hal ini membuktikan bahwa konsep ESQ sangat relevan dan aplikatif untuk menjawab tantangan pendidikan karakter remaja di era modern. Relevansi ESQ dalam pendidikan nasional dan menghadapi tantangan pendidikan remaja era modern sangat nyata, mengingat remaja menghadapi berbagai tantangan seperti pengaruh negatif media sosial, krisis identitas, dan tekanan psikologis. ESQ memberikan kerangka kerja untuk mengembangkan kesadaran diri, pengendalian emosi, dan kedalaman spiritual yang membuat remaja lebih resilien dan mampu beradaptasi secara positif menjadi lebih bermakna dan kontekstual. Memberikan pemahaman tentang pendidikan lingkungan dan kesadaran keberlanjutan bukan hanya tanggungjawab sekolah tetapi semua pihak harus bisa bersinergi, mulai dari keluarga, sekolah, dan masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Afif, M. K., & Pahlawati, E. F. (2022). Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Menurut Dr. Ary Ginanjar Agustian : (Kajian Terhadap Buku Emotional Spiritual Quotient (ESQ) 165). *Sumbula: Jurnal Studi Keagamaan, Sosial dan Budaya*, 7(2), 260-272.
- Agustian, A. G. (2001). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi & Spritual ESQ, cet. Ke-1*. Jakarta: Arga.
- Agustian, A. G. (2024). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual- ESQ*. Jakarta: PT Pustaka Abdi Bangsa.
- Anjaswarni, T., Widati, S., & Yusuf, A. (2020). *Deteksi Dini Potensi Kenakalan Remaja (Juvenile Delinquency) dan Solusi: Save Remaja Milenial*.
- Asrori, M. A. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Az-Za'balawi, M. S. (2007). *Pendidikan Remaja Antara Islam dan Ilmu Jiwa*. Jakarta: Gema Insani.
- Ervan, K. (2023). *Strategi Pengembangan Intelegnsi Emosi dan Spiritual Manusia Menuju Ihsan Kamil dalam Pandangan Ary Ginanjar Agustian* (Doctoral dissertation, IAIN Kediri).
- Fattah, A. (2019). *Pemikiran Muhammad Utsman Najati Tentang Kecerdasan*

Emosional dan Dampaknya Terhadap Pendidikan Agama Islam (Bachelor's thesis, Jakarta: Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Syarif Hidayatullah).

- Fatmawati, F. (2023). Konsep Kecerdasan Emosional dalam Pembentukan Karakter Remaja Perspektif Pendidikan Islam. *At-Tarbiyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 142-152.
- Fauziatun, N., & Misbah, M. (2020). Relevansi Kecerdasan Emosional (EQ) Kecerdasan Spiritual (SQ) dengan Pendidikan Karakter. *Jurnal Kependidikan*, 8(2), 142-165.
- Hamdanah, P. D., & Surawan, M. (2022). *Remaja dan Dinamika ; Tinjauan Psikologi dan Pendidikan*. Yogyakarta.
- Herwati, H. (2016). *Emotional spiritual qoutient (ESQ) dan relevasinya terhadap pendidikan agama Islam: Telaah pemikiran Ary Ginanjar Agustian dan pemikiran Muhammad Ustman An-Najati* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Herwati, A. (2021). Emotional Qoutient (EQ) Perspektif Muhammad Ustman Najati Dalam Kitab al-Hadist an-Nabawiy al 'Ilm an-Nafs. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(02), 58-70.
- Najati, M. U. (2004). *Psikologi dalam Al-Qur'an : Terapi Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Jakarta: PT. Pustaka Al-Husna.
- Najati, M. U. (2005). *Psikologi dalam Perspektif Hadis : Al-Hadis wa Ulum an-Nafs*. Bandung: Pusaka setia.
- Najati, M. U. (2010). *Belajar EQ dan SQ dari Sunnah Nabi*. Bandung: Hikmah.
- Sudi, S., Yama, P., & Sham, F. M. (2023). Kecerdasan Spiritual Nabawi Perspektif 'Uthman Najati: Nabawi Spiritual Intelligence in the Perspective of 'Uthman Najati. *Journal Of Hadith Studies*, 55-64.