

KECERDASAN EMOSIONAL DALAM AL-QUR'AN

¹⁾Stephani Raihana Hamdan

¹⁾Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116

¹⁾ Email : stephanie.raihana@gmail.com

Abstrak

Kecerdasan emosional merupakan faktor yang menentukan langkah hidup seseorang sehingga mengantarkan pada keunggulan hidup. Goleman menyatakan kecerdasan emosional dapat dilihat dari kemampuan mengenal emosi diri, kemampuan mengelola emosi diri dengan tepat, kemampuan memotivasi diri, kemampuan mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan membina hubungan dengan orang lain. Berabad-abad sebelum Goleman berbicara mengenai kecerdasan emosional, terdapat ajaran yang telah mengarahkan manusia untuk mencapai kesuksesan dunia maupun akhirat. Wahyu Allah melalui Nabi Muhammad SAW dalam bentuk Al-Qur'an telah mengajarkan manusia untuk meraih kesuksesan hidup. Oleh karena itu berdasarkan studi yang dilakukan terhadap para penghafal Al-Qur'an (*hafidz Qur'an*), penulis ingin membuktikan kecerdasan emosional merupakan bagian dari nilai-nilai Qur'ani.

Kata kunci : Kecerdasan emosional, Al-Qur'an, Hafidz.

Abstract

Emotional Intelligence is a factor that become a key to success in life. Goleman define emotional intelligence as the ability to identify, controls, and motivate the emotions of oneself, empathy and engaging good relationships with others. Centuries before Goleman starts to speak about emotional intelligence, Prophets Muhammad SAW tried to spread the message that can make people succeed in life and beyond. This message summarized as Al-Qur'an. From the study of hafidz Qur'an, author try to acknowledge the emotional intelligence as part of the values of the Al-Qur'an's message.

Keyword : Emotional intelligence, Al-Qur'an, Hafidz.

Pendahuluan

Semenjak Nabi Muhammad SAW menerima Al-Qur'an sebagai wahyu yang diturunkan oleh Allah SWT, penghafalan terhadap ayat-ayat suci Al-Qur'an mulai dilakukan. Banyak perintah Nabi Muhammad SAW yang mengatakan betapa mulianya seseorang yang berusaha menghafalkan Al-Qur'an. Seperti dalam hadis yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Imam Ahmad, Rasulullah SAW bersabda: *"Orang yang terbaik di antara kalian ialah orang yang mempelajari Al-Qur'an dan mengerjakannya"*. (Sa'dulloh, 2005) Universitas Islam Bandung (Unisba) sebagai salah satu perguruan tinggi Islam merupakan bagian dari usaha perjuangan nilai Islam. Unisba berusaha dengan berbagai cara untuk menjaga kemuliaan agama Islam. Salah satu usahanya adalah dengan menerapkan program beasiswa penuh bagi para