

BUDAYA RELIGIUS SEKOLAH SEBAGAI UPAYA MEMBENTUK KECERDASAN EMOSIONAL SISWA DI MAN 4 JOMBANG

Niswah Qonitah¹

Email: niswahqonitah@gmail.com

Abstract

Education in Indonesia at the moment seems to be oriented towards cognitive intelligence alone. So many problems arise character degradation. This is because education in Indonesia is still lacking in developing student's emotional intelligence. Recognizing this reality, there needs to be concrete and sustainable solutions. In this case the religious culture of schools can be used as a tool to realize the character building of students. Therefore, the purpose of this study is to describe the form of school religious culture, and analyze the contribution of school religious culture to students' emotional intelligence. This research is a type of qualitative research. The results showed that the form of school religious culture at MAN 4 Jombang consisted of 3 implementations namely a) daily activities such as prayer before and after the lesson. b) weekly activities consisting of istighosah, khitobah, and social funding programs. c) annual activities carried out to commemorate Islamic holidays (PHBI) consisting of isra' mi'raj, Eid al-Adha commemoration, and national santri day. While the contribution of the schools religious culture as an effort to shape students emotional intelligence consists of a) istighosah can shape managing emotions, b) the khitobah can shape students' self-motivation, c) social fundraising can shape student empathy, d) PHBI can form fostering relationships, and e) overall religious cultural activities are able to bring out the student's self-awareness.

Keywords: *School Religious Culture, Emotional Intelligence*

Pendahuluan

Di era modern saat ini, salah satu permasalahan yang dialami oleh lembaga pendidikan adalah masalah degradasi karakter. Degradasi karakter berdampak pada krisis moral yang dialami oleh peserta didik yang tentu menjadi perhatian serius bagi lembaga pendidikan. Hal ini dilatarbelakangi oleh kecenderungan masyarakat yang menganggap bahwasannya tolak ukur kesuksesan seseorang itu didasarkan pada kecerdasan intelektual. Padahal, cerdas secara intelektual saja tidak cukup.

¹ Mahasiswi Pascasarjana IAIN Kediri

Ditegaskan dalam UU Sisdiknas No.20 Tahun 2003 bahwasannya: Pendidikan nasional bertujuan mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.²

Dari penjabaran UU tersebut dapat dipahami bahwa tujuan pendidikan nasional tidak hanya berorientasi pada kecerdasan intelektual saja, tetapi juga berorientasi pada kecerdasan emosional yang akan membentuk karakter dan moral peserta didik. Sehingga diketahui bahwasannya kecerdasan intelektual dan emosional harus disejajarkan.

Karenanya diperlukan perhatian yang serius terhadap kecerdasan emosional. Perlu kita ketahui bahwa kecerdasan emosional memiliki faktor yang lebih besar dalam kesuksesan seseorang dibanding dengan kecerdasan intelektual atau IQ. Menurut Daniel Goleman bahwasannya kecerdasan IQ berpengaruh kurang lebih 20 persen dalam kesuksesan hidup seseorang. Sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lain.³

Oleh karenanya diperlukan perhatian yang serius terhadap kecerdasan emosional. Karena kecerdasan emosional merupakan kemampuan mengatur dan mengenali emosi, baik dengan diri sendiri maupun dengan orang lain, dan kemampuan memotivasi diri sendiri.⁴ Jadi kecerdasan emosional harus dimiliki oleh peserta didik, yang tidak hanya bersifat teoritis saja, namun praktis dalam penerapannya sehari-hari dalam menanggulangi problematika emosional dalam kehidupan di era ini yang sangat kompleks.

Berbagai permasalahan muncul di dunia pendidikan, sebab pendidikan di Indonesia masih kurang dalam membina kecerdasan emosional siswa. Permasalahan yang muncul mulai dari tindak kriminal seperti tawuran antar pelajar, perilaku yang merusak diri seperti penyalahgunaan obat-obatan terlarang, bunuh diri. Meningkatnya ketidakseimbangan emosi, keputusan, dan rapuhnya moral atau degradasi moral. Hal tersebut menggambarkan proses pendidikan yang

²Asan Damanik, *Pendidikan Sebagai Pembentukan Watak Bangsa* (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2009), 3.

³Agus Efendi, *Revolusi Kecerdasan Abad 21* (Bandung; Alfabeta, 2005), 181.

⁴Ibid, 171.

dilaksanakan selama ini masih terdapat kesenjangan, yaitu kecerdasan emosional belum memperoleh bagian yang besar. Karena pendidikan lebih banyak menekankan pada aspek kognitif saja.

Realitas diatas mendorong keberadaan budaya religius sekolah menjadi sangat penting. Melalui budaya religius diharapkan dapat menciptakan iklim positif di sekolah dengan cara ajakan, pengamalan, dan pembiasaan-pembiasaan perilaku atau sikap yang agamis. Melalui budaya ini, siswa mengimplementasikannya baik di sekolah maupun di luar sekolah. Penanaman budaya religius dalam lembaga pendidikan harus dilakukan secara terus-menerus untuk melatih kecerdasan emosional siswa.

Budaya religius sekolah merupakan suatu tradisi dalam penanaman perilaku islami yang dibentuk oleh lingkungan sekolah sebagai rutinitas yang terealisasi dalam bentuk ibadah.

Berbicara mengenai budaya religius sekolah. Maka sekolah sebagai lingkungan kedua bagi peserta didik mempunyai peran yang sangat besar dalam pembentukan karakter peserta didik. Karena dengan tertanamnya nilai-nilai budaya religius pada peserta didik akan memperkokoh keimanan dan aplikasi nilai-nilai keislaman dan mempengaruhi sikap, kecerdasan emosional dan tindakan peserta didik secara tidak langsung, baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

Madrasah Aliyah Negeri 4 Jombang merupakan salah satu madrasah yang mengimplementasikan Budaya religius. Diketahui terdapat kegiatan budaya religius secara istiqomah dan rutin dijalankan oleh lembaga pendidikan yakni: Doa awal pelajaran, istighosah, dana sosial, khitobah, dan peringatan hari besar Islam. Kegiatan-kegiatan ini merupakan sarana penyeimbangan otak kiri dan otak kanan siswa. Dalam hal ini otak kanan mengarah dalam perkembangan kecerdasan emosional peserta didik.

Perihal budaya religius sekolah, peneliti tertarik untuk mengkaji sebagai bentuk responsive masalah yang telah berkembang.

Pembahasan

Budaya Religius Sekolah

1. Pengertian Budaya Religius Sekolah

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, budaya berarti pikiran, akal budi.⁵ Sedangkan religius berarti taat pada agama.⁶ Budaya religius sekolah adalah suatu tradisi dalam penanaman perilaku islami yang dibentuk oleh lingkungan sekolah sebagai rutinitas yang terealisasi dalam bentuk ibadah. Menurut Ngainun Naim adalah penerapan nilai islami secara dominan yang didukung oleh sekolah sehingga menjadi pembiasaan yang dilakukan oleh warga sekolah sebagai rutinitas yang terwujud melalui lingkungan sekolah.⁷ Sedangkan menurut Asmaun Sahlan adalah terbentuknya nilai agama sebagai tradisi yang diikuti oleh seluruh warga sekolah. Sehingga mereka yang terlibat dalam tradisi tersebut maka mereka telah melaksanakan ajaran agama".⁸

2. Proses Pembentukan Budaya Religius Sekolah

Proses pembentukan budaya terdapat dua cara, yakni secara *prescriptive* dan *learning process*. Pertama, yaitu proses pembentukan atau disebut pola pelakonan. Dalam proses ini budaya dapat terbentuk melalui peniruan, penurutan dan peraturan dalam suatu aktivitas. Kedua melalui pola peragaan, yaitu pembentukan budaya melalui *learning process* yang terprogram atau solusi terhadap suatu masalah. Pola ini dimulai dalam diri seseorang yang kemudian diimplementasikannya dalam bersikap dan berperilaku.⁹

3. Strategi dalam Mewujudkan Budaya Religius

Strategi untuk membudayakan nilai-nilai religius di lembaga pendidikan dapat dilakukan melalui, pertama *power strategy*, yaitu strategi pembudayakan agama di lembaga pendidikan dengan cara menggunakan kekuasaan atau melalui *people's power*. Kedua, yakni *persuasive strategy*

⁵ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Bahasa Indonesia* (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008), 285

⁶ Ibid, 1286.

⁷Ngainun Naim, *Character Building Optimalisasi Peran Pendidikan dalam Pengembangan Ilmu dan Pembentukan Karakter Bangsa* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 124.

⁸Asmaun, *Mewujudkan Budaya*, 75.

⁹ Ibid, 82-83.

yang dapat dikembangkan melalui pembiasaan. Ketiga yakni melalui *normative reeducative*.¹⁰

Pertama, *people power* disini adalah pemimpin lembaga pendidikan yakni kepala sekolah. Dengan segala kekuasaan dan kewenangannya kepala sekolah akan mengkondisikan sekolah agar berbudaya religius. Strategi ini dikembangkan melalui pendekatan perintah atau larangan. Jadi melalui peraturan sekolah akan membentuk sanksi dan *reward* pada warga sekolah sehingga warga sekolah secara tidak sadar akan membentuk suatu budaya, yang bila diarahkan ke religius akan tercipta budaya religius. Kedua, yakni *persuasif strategy*. Strategi kedua dapat dikembangkan melalui pembiasaan. Misalnya membiasakan khatmil Qur'an sehingga akan terbentuk budaya religius baru. Ketiga yaitu *normative reeducative*. *Normative* merupakan aturan yang berlaku di masyarakat. Strategi ketiga dapat dikembangkan melalui Pendekatan *persuasive*, keteladanan atau mengajak warga sekolah secara halus dengan memberikan alasan memberikan prospek yang baik agar bisa meyakinkan mereka. Contohnya memberikan gambaran pahala dari sholat berjama'ah agar warga sekolah yakin dan dapat melaksanakannya.¹¹

Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kecerdasan adalah kemampuan untuk memecahkan masalah.¹² Emosi berarti suatu reaksi terhadap rangsangan secara *intern* maupun *ekstern*.¹³ Jadi, kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengelola reaksi terhadap rangsangan yang diterima. Kemudian, seorang tokoh psikolog bernama Daniel Goleman yang berjasa dalam dunia pendidikan dengan memaparkan teorinya tentang kecerdasan emosional.

Menurut Daniel Goleman bahwa lingkungan berkontribusi dalam pembentukan kecerdasan emosional seseorang, sehingga bersifat tidak tetap dan dapat berubah sewaktu-waktu. Disamping itu, faktor genetik tidak

¹⁰ Ibid, 231.

¹¹ Naim, *Character Building*., 132.

¹² Efendi, *Revolusi Kecerdasan*., 81.

¹³ Daniel Goleman, *Working with Emotional Intelligence* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000), 411

berpengaruh besar terhadap kecerdasan emosional. Hal ini berbeda dengan kecerdasan intelektual atau IQ yang mana bersifat tetap. Namun kemampuan IQ dan EQ saling berinteraksi secara dinamis baik secara konseptual maupun realita.¹⁴

Daniel Goleman, kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengatur suasana hati, kemampuan mengelola perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memanfaatkan emosi secara produktif, kemampuan berempati dan bersosial.¹⁵ Sedangkan menurut Gardner adalah kemampuan mengatur suasana hati dan emosi, motivasi diri dengan tepat.¹⁶

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain untuk menanggapi dengan tepat, kemampuan mengendalikan dan mengatur diri, serta kemampuan untuk memanfaatkan emosi secara produktif dan kemampuan mengelola emosi dengan tepat baik pada diri sendiri maupun dengan orang lain menuju ke arah yang lebih baik.

2. Ciri-ciri Kecerdasan Emosional

- a) *Kendali diri*, adalah kemampuan mengendalikan tindakan emosional yang berlebihan. Tujuannya adalah untuk menjaga keseimbangan emosi, karena setiap perasaan mempunyai makna dan nilai tertentu bagi kehidupan manusia. Apabila emosi terlalu ditekan maka dapat membuat kebosanan, namun apabila emosi tidak dapat dikendalikan maka akan menjadi stress, marah, bahkan depresi.¹⁷
- b) *Empati*, adalah kemampuan memahami perasaan dan masalah orang lain dengan menggunakan perspektif orang lain dan kemampuan dalam menghargai perbedaan perasaan orang dalam berbagai hal¹⁸. Empati dibangun atas kesadaran diri sehingga semakin kita mampu mengenali dan mengelola emosi diri maka akan semakin terampil dalam berempati.

¹⁴ Lawrence E. Saphiro, *Mengajarkan Emotional Intelligence* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998), 10.

¹⁵ Goleman, *Working...*, 512.

¹⁶ Goleman, *Emotional...*, 53.

¹⁷ Goleman, *Emotional*, 77.

¹⁸ *Ibid*, 428.

- c) *Pengaturan Diri*, kemampuan dalam menangani emosi sehingga berdampak positif pada diri sendiri, peka terhadap kata hati dan memprioritaskan tercapainya tujuan, dan mampu bangkit dari tekanan sosial.
- d) *Motivasi*, merupakan aktivitas yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai.¹⁹
- e) *Ketrampilan Sosial*, kemampuan mengelola emosi dengan baik dalam bersosial dan cermat dalam membaca situasi, mampu berinteraksi dengan lancar. Sehingga mampu menggunakan ketrampilan sosial ini untuk memimpin, dan bermusyawarah serta menyelesaikan perselisihan dalam bekerja kelompok (*teamwork*). Seseorang yang memiliki ketrampilan sosial yang baik akan menghargai dan mengakui keberhasilan dan perkembangan orang lain. Disamping itu akan memberikan pengaruh positif terhadap orang lain dan diri sendiri untuk berkembang.²⁰

3. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Aspek-aspek kecerdasan emosi adalah sebagai berikut:

a) Mengenali Emosi Diri

Mengenali emosi diri merupakan kemampuan dasar dari kecerdasan emosional yang dimiliki oleh setiap individu. Para psikolog menyebutnya dengan kesadaran diri atau *metamood* yang berarti seseorang yang mampu menyadari kondisi batinnya baik dalam kondisi positif/senang maupun negatif/sedih. John Mayer berpendapat bahwa seseorang yang mampu mengendalikan kesadaran diri dari kondisi batin tersebut maka tidak akan mudah dikuasai oleh emosi.²¹

b) Mengelola Emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam mengatur emosinya dengan tepat sehingga berdampak positif terhadap dirinya. Kemampuan dalam mengelola emosi memiliki karakteristik meliputi kemampuan untuk menghibur diri, melepaskan perasaan cemas,

¹⁹ Sumardi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2002), 70.

²⁰ Goleman, *Emotional*, 234.

²¹ Goleman, *Emotional*, 58.

murung atau tersinggung, yang kemudian dari perasaan yang timbul tersebut, individu mampu mengendalikannya menjadi hal yang positif.

c) Memanfaatkan emosi secara produktif

Salah satu kunci keberhasilan dalam mengerjakan sesuatu adalah mampu memanfaatkan emosi secara produktif, hal tersebut dapat diwujudkan dengan cara mampu menata dan mengatur emosi atau perasaan yang menekan menjadi motivasi untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai. Mereka yang berhasil dalam aspek ini cenderung mempunyai perasaan yang positif, yakni optimis, antusias, dan percaya diri.

Kemampuan memanfaatkan emosi secara produktif berarti kemampuan memotivasi diri, orang yang pandai dalam memotivasi diri maka akan cenderung berpositif *thinking* dalam menghadapi berbagai situasi.

d) Mengenali Emosi Orang Lain/Empati

Kemampuan mengenali emosi orang lain disebut juga dengan empati. Kemampuan berempati adalah kemampuan yang berbentuk kepedulian dengan merasakan dan membantu kondisi orang lain. Seseorang yang memiliki kemampuan ini akan tergerak hatinya untuk membantu sesuatu yang orang lain butuhkan.²²

e) Membina Hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan kemampuan dalam mengatur atau mengelola emosi dengan baik dalam bersosial dan cermat dalam membaca situasi sosial, kemampuan berkomunikasi dengan baik merupakan kemampuan dasar dalam membina hubungan.²³

Berikut ini adalah penjabaran dari pemetaan yang sistematis berdasarkan aspek/unsur dari kecerdasan emosi yang ditunjukkan dalam tabel berikut ini:²⁴

Aspek	Karakteristik Perilaku
Mengenali emosi diri	a. Mengenal dan merasakan emosi sendiri

²² Ibid, 59.

²³ Ely Manizar, "Mengelola Kecerdasan Emosi", *Tadrib*, 2 (Desember, 2016), 13.

²⁴ Mashar, *Emosi Anak Usia*, 63.

	<ul style="list-style-type: none">b. Memahami penyebab perasaan yang timbulc. Mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan
Mengelola emosi	<ul style="list-style-type: none">a. Mampu mengelola amarah secara baikb. Memiliki kemampuan untuk mengatasi stressc. Memiliki kemampuan mengurangi perasaan cemasd. Memiliki perasaan positif
Memanfaatkan emosi secara produktif	<ul style="list-style-type: none">a. Memiliki rasa tanggung jawabb. Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakanc. Mampu mengendalikan diri
Empati	<ul style="list-style-type: none">a. Mampu menerima sudut pandang orang lainb. Memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lainc. Mampu mendengarkan orang lain
Membina hubungan	<ul style="list-style-type: none">a. Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lainb. Memiliki sikap bersahabat atau mudah bergaul dengan temanc. Bersikap senang berbagi rasa dan bekerja samad. Bersikap demokratis dalam bergaul dengan orang lain.e. Memperhatikan kepentingan sosial (senang menolong orang lain) dan dapat hidup selaras dengan kelompokf. Memiliki sikap tenggang rasa dan perhatian terhadap orang lain

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan berbasis kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Teknik penentuan informan yang digunakan adalah *purpose sampling*, yang mana pemilihan informan dilakukan secara sengaja yang disesuaikan dengan kriteria berdasarkan tujuan penelitian.

Untuk mengeksplorasi data, aspek-aspek penentuan sumber data menjadi fokus, yang mana sumber data terdiri dari Kepala Sekolah, waka kurikulum, guru, ketua tim keagamaan, dan peserta didik di Madrasah Aliyah Negeri 4 Jombang secara langsung didapatkan dari wawancara, observasi serta dokumen lain yang berkaitan dengan penelitian.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas sampai datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data yaitu *data reduction*, *data display*, dan *conclusion verification*.²⁵

Analisis Pembahasan

1. Program Budaya Religius di MAN 4 Jombang

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah peneliti lakukan dengan Kepala Sekolah, waka kurikulum, guru, ketua tim keagamaan, dan peserta didik, bahwasannya di MAN 4 Jombang terdapat beberapa program budaya religius yakni sebagai berikut:

a) Doa Sebelum dan Sesudah Pelajaran

Membaca doa sebelum pelajaran merupakan salah satu budaya religius di MAN 4 Jombang yang meliputi doa kafarotul majlis, asmaul husna, dan ijazah mbah Bishri bertujuan untuk membiasakan para siswa untuk menanamkan nilai-nilai religius agar mudah dalam menerima pelajaran dan mengamalkan ijazah dari pendiri pondok pesantren Mamba'ul Ma'arif, mbah Bishri Syansuri. Sehingga nantinya hal tersebut diharapkan agar peserta didik senantiasa tak lupa untuk selalu berdoa,

²⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2014), 338.

memohon kemudahan kepada Allah dalam mengawali dan mengakhiri pekerjaan.

Doa merupakan salah satu budaya religius yang sangat penting. Dengan berdoa, mampu menumbuhkan hati serta pikiran dalam menerima ilmu yang bermanfaat. Menurut Suraijah bahwa doa itu memiliki energi atau kekuatan yang luar biasa dalam memulai suatu pekerjaan. Dengan pembiasaan berdoa dalam mengawali atau mengakhiri kegiatan maka peserta didik akan terang jiwanya, dan mudah dalam menerima hidayah dan bimbingan dari Allah. Sehingga mereka akan mudah dalam menerima segala nasehat, arahan, bimbingan dari para guru di sekolah.²⁶

b) Istighosah

Istighosah dilaksanakan setiap hari sabtu pukul 06.45-07.15 di setiap kelas masing-masing untuk kampus putri, sedangkan pada kampus putra dilaksanakan di musholah MAN 4 Jombang. Istighosah ini melibatkan semua siswa-siswi. Petugas pembaca di sentral dijadwalkan kepada siswa-siswi yang telah ditunjuk oleh tim keagamaan OSIS.

Kegiatan istighosah merupakan salah satu budaya religius di MAN 4 Jombang, istighosah ini dapat dijadikan sebuah jalan oleh Madrasah untuk memberikan bimbingan keruhanian dan memupuk jiwa religius peserta didik. Hal ini bertujuan untuk mengolah batin atau *qolbu* siswa dan membina hubungan vertikal antara individu dengan Tuhan (*Habluminallah*) dengan senantiasa bertawakkal kepada-Nya.

Menurut Ash-Shiddiqy, tujuan istighosah adalah sebagai suatu cara dalam mendekatkan diri dan bertawakkal kepada Allah. Dengan berdzikir, senantiasa menjadikan kita dekat dengan Allah, dan Allah membersamai kita.²⁷

Pembiasaan istighosah menjadi hal yang sangat penting dalam pendidikan agama islam. Dengan penanaman budaya religius melalui pembiasaan ini diharapkan siswa senantiasa mengamalkan ajaran

²⁶Suraijah, "Studi Pembiasaan Mental Keagamaan Siswa SLTP se-Banjarmasin, *Jurnal Ta'lim Muta'allim*, 1 (2011), 247.

²⁷Ash-Shiddiqy, *Pedoman Dzikir dan Doa* (Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2005), 54.

agamanya. Baik secara individu maupun kelompok dalam keseharian rutinitasnya. Melalui pembiasaan maka akan lahir kesadaran dalam setiap individu peserta didik untuk berbudaya religius.²⁸

c) Khitobah

Khitobah dilaksanakan setiap hari sabtu pukul 07.15-07.30 setelah kegiatan istighosah yang dilakukan secara bergantian antara peserta didik kelas X dan XI. Untuk peserta didik putri dilaksanakan di setiap kelas masing-masing, sedangkan untuk peserta didik putra dilaksanakan di mushola MAN 4 Jombang. Pelaksanaan khitobah ditunjuk langsung oleh tim keagamaan OSIS yang mana dilaksanakan secara bergantian antar siswanya dalam setiap minggunya. Setiap kelas diwakili oleh 3 peserta didik yang akan tampil di depan kelas X, XI, dan XII. Khitobah merupakan bentuk pidato di depan publik dengan penyusunan kata yang baik dan tepat. Oleh karena itu, rasa tidak percaya diri, grogi saat berhadapan khalayak ramai merupakan hal yang sering kita temui pada setiap anak. Maka dari itu hal ini harus ditangani dengan baik agar tidak mengalami keulitan yang berarti. Karena berbicara di depan khalayak umum merupakan hal yang pasti akan dilakukan dalam berbagai kesempatan nantinya. Dalam hal ini, khitobah sangat penting perannya untuk melatih peserta didik untuk percaya diri dan memiliki keberanian untuk menyampaikan materi khitobah.

d) Dana Sosial Siswa

Penggalangan dana sosial dilaksanakan setiap hari sabtu pagi setelah kegiatan khitobah yang mana dikoordinir oleh tim OSIS. Kegiatan ini bertujuan untuk melatih empati siswa, kepekaan siswa terhadap sesama. Dana sosial nanti disalurkan untuk mereka yang memang masuk dalam kategori membutuhkan menurut madrasah seperti warga madrasah yang terkena musibah, sakit atau meninggal dunia. Dari pembiasaan ini bermaksud agar siswa mampu mengambil hikmah untuk menerapkannya ketika sudah bermasyarakat dengan kepedulian mereka.

²⁸Muhammad Fathurrohman, *Budaya Religius dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan* (Yogyakarta: Kalimedia, 2015), 235-236.

e) PHBI

Kegiatan PHBI meliputi isra' mi'raj, hari raya idul adha, dan hari santri nasional. Kegiatan tersebut merupakan kegiatan tahunan yang diharapkan mampu memberi keteladanan untuk mentadabburi sejarah Islam, dan menyiarkan Islam sekaligus menggali arti dan makna dari suatu peristiwa tersebut. Karena dalam setiap perayaan hari besar Islam mengandung kisah dan hikmah yang luarbiasa yang patut dijadikan teladan bagi seorang peserta didik. Sehingga melalui pembiasaan tersebut dapat membentuk nilai-nilai budaya religius bagi peserta didik.

2. Kontribusi Budaya Religius Sekolah Terhadap Kecerdasan Emosional Siswa di MAN 4 Jombang

a) Istighosah dalam membentuk mengelola emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam mengatur emosinya sendiri dengan baik sehingga berdampak positif dalam melaksanakan tugas, peka terhadap kata hati sehingga dapat mencapai tujuannya. Kemampuan ini mencakup kemampuan untuk menghibur diri, melepaskan kecemasan, kemurungan serta kemampuan untuk bangkit dari perasaan-perasaan yang menekan.²⁹

Kegiatan istighosah dinilai mampu membentuk mengelola emosi siswa. Dengan dzikir, sholawat, berdoa atau berkomunikasi langsung dengan Tuhan dapat menenangkan jiwa dari perasaan galau, cemas dan Sebagaimana dijelaskan di dalam al-qur'an surat ar-Ra'd ayat 28 yang berbunyi:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.” (QS.al-Ra'd: 28)

Dengan berdoa, berdzikir, dan sholawat maka hati menjadi lebih tenang dan tentram. Perlu kita ketahui bahwa *qalbu* mempunyai dua makna yaitu hati adalah sepotong daging yang khusus. Kedua, hati yang

²⁹ Manizar, “Mengelola Kecerdasan Emosi, 11.

bermakna rohaniyyah, hati dapat merasakan gelisah, sengsara, resah, susah, sedih. Hati juga bisa tertutup, mati, berkarat, melemah lalai dan lupa. Sebaliknya hati juga bisa merasakan nyaman dan tentram, senang, gembira, dan bahagia. Hati juga bisa terbuka, hidup bersih, ingat, menguat, dan terjaga.

Ghafilah adalah lupa atau lalai kepada Allah merupakan salah satu hal yang menyebabkan *qalbu* tidak tenang dan tidak tentram. Seseorang yang lupa dan lalai kepada Allah maka ia akan lupa pada dirinya sendiri. Menurut Ibnu Al-Qayyin al-Jauziyah bahwa: “*qalbu* dapat berkarat sebagaimana karatnya perak dan besi, sehingga mampu dibersihkan dengan senantiasa berdzikir kepada Allah.”³⁰

Dalam mengendalikan diri dari keadaan emosi, termasuk yang tidak menyenangkan salah satunya dapat diatasi dengan *istighosah* yang didalamnya mengandung doa, sholawat, dan dzikir. Manfaat *istighosah* bagi pembacanya atau yang mengamalkannya diantaranya adalah menghilangkan kecemasan dan kegelisahan hati. Pada saat berdzikir dan berdoa, hati mendapat kedamaian.³¹

b) Khitobah dalam membentuk memanfaatkan emosi secara produktif

Menurut Riana Mashar bahwa memanfaatkan emosi secara produktif memiliki karakteristik perilaku yang meliputi: memiliki rasa tanggung jawab, mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan.³²

Program khitobah mampu membentuk siswa memiliki sikap bertanggung jawab dan amanah terhadap tugas yang diamanahkan. Dengan menyampaikan khitobah mereka bertanggung jawab atas konsekuensi materi yang disampaikan. Sehingga mereka harus amanah dengan praktis menerapkan materi yang disampaikan sehingga tidak bersifat teoritis saja. Sebagaimana dijelaskan di dalam

Al-qur'an surat as-Shaf ayat 3 yang berbunyi:

³⁰ Saiful Amin Ghofur, *Rahasia Dzikir dan Doa* (Yogyakarta: Darul Hikmah, 2010), 135-137.

³¹ Harmathilda H. Sholeh, “Do'a dan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi”, *Jurnal Psikologi Islami*, 2 (2016), 29.

³² Riana Mashar, *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya* (Jakarta: Kencana, 2015), 63.

كَبْرَمَفْتَأَعِنْدَ اللَّهِ أَنْ تَقُولُوا مَا لَا تَفْعَلُونَ

“Sangatlah besar kebencian di sisi Allah bahwa kamu mengatakan apa-apa yang tiada kamu kerjakan.” (QS. Ash-Shaff: 3)

Seorang yang menyampaikan khitobah/*khatib* memiliki tanggung jawab moral sebagai sebaik-baiknya umat. Disamping itu, *khatib* menjadi tauladan untuk bertanggung jawab dari segala ucapan yang disampaikannya kepada orang lain. Sehingga nantinya hal tersebut juga akan ditiru dan diimplementasikan oleh peserta didik lain dan menjadi panutan.

c) Penggalangan dana sosial dalam membentuk empati siswa

Menurut Riana Mashar bahwa empati memiliki karakteristik meliputi: memiliki kepekaan terhadap perasaan orang, mampu mendengarkan orang lain.³³

Penggalangan dana sosial merupakan salah satu bagian dari sedekah. Agama Islam menganjurkan setiap umat untuk bekerja dan bersedekah sebagai alat untuk mewujudkan solidaritas sosial diantara masyarakat. Bentuknya sangat beragam dan bermacam-macam. Sedekah dapat dilakukan dengan memberikan sejumlah uang, menolong orang yang membutuhkan, menahan diri dari menyakiti orang lain, dan senantiasa ber-*amar ma'ruf nahi munkar*.³⁴

Empati kepada orang lain yang terwujud dalam bentuk memberikan pertolongan yakni salah satunya dengan kegiatan dana sosial. Dalam kegiatan ini, siswa diajarkan untuk peka terhadap lingkungan yang sedang sedang dilanda musibah.³⁵ Dengan kepedulian yang ditanamkan melalui kegiatan dana sosial diharapkan peserta didik mampu mengaplikasikannya di lingkungan masyarakat. Sebagaimana pembiasaan yang telah diajarkan oleh madrasah.

³³ Ibid, 63.

³⁴ Mohammad Fauqi Hajjaj, *Tasawuf Islam dan Akhlak*, 297.

³⁵ Furqon Hidayatullah, *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa* (Surakarta: Yuma Pustaka, 2010), 32.

d) PHBI dalam membentuk membina hubungan

Kegiatan PHBI merupakan kegiatan memperingati hari besar Islam mulai dari Hari Santri Nasional, dan Isra' Mi'raj. Merupakan kegiatan yang rutin diadakan setiap tahunnya oleh MAN 4 Jombang. Kegiatan positif ini sangat penting untuk menyambung silaturahmi antara warga sekolah.

Definisi silaturahmi secara bahasa berasal dari kata *shilah ar-rahim* artinya adalah hubungan kekerabatan.³⁶ Dalam hal ini, kegiatan Peringatan Hari Besar Islam mampu membentuk indikator membina hubungan.

Dalam kegiatan PHBI merupakan momentum silaturahmi antar warga sekolah. Mereka berkumpul dan mentadabburi suatu hari yang memiliki makna sejarah yang dalam sehingga dapat mengambil hikmahnya dalam kehidupan di masa kini.

Allah senantiasa memerintahkan kita untuk menjaga silaturahmi, karena semua orang mukmin itu bersaudara. Sehingga menjaga dan memelihara silaturrahi dengan baik maka Allah akan senantiasa memberkahi hidup kita.

Hal tersebut sesuai dengan fungsi silaturahmi untuk memupuk rasa kasih dan cinta terhadap sesama, meningkatkan rasa kebersamaan dan kekeluargaan, membina hubungan dan mempererat tali persaudaraan dan persahabatan.

Silaturahmi menambah keberkahan dari usia seseorang, mensucikan hati dan mendatangkan pahala yang berlipat ganda, dan memudahkan pintu rezeki. Tanda kesempurnaan iman adalah melaksanakan silaturrahi, dengan bersilaturahmi maka seseorang akan meneladani sifat-sifat Allah dalam *asmaul husna*, yakni sifat *ar-rahman* dan *ar-rahim*.³⁷

e) Kesadaran Diri

³⁶ S. Tabrani, *Keajaiban Silaturahmi* (Jakarta: Bindang Indonesia, 2002), 18.

³⁷ Muhammad Sani, *Persaudaraan, Kebersamaan dan Kekuatan Moral Kunci Meraih Sukses* (Jakarta: Al-Mawaddah Prima, 2012), 91.

Kesadaran diri/mengenali emosi sendiri merupakan kemampuan seseorang dalam mengetahui apa yang dirasakan pada suatu kondisi tertentu. Orang yang peka akan suasana hatinya akan mampu mengendalikan emosinya dan memiliki kesehatan jiwa yang baik sehingga cenderung berpikir positif dalam kehidupannya yang berdampak positif terhadap dirinya dan sekitarnya.³⁸

Kesadaran diri peserta didik terwujud dari serangkaian kegiatan budaya religius di sekolah. Karena, perasaan empati, perasaan stres, cemas, grogi, dan lainnya dibangun berdasarkan kesadaran diri. Semakin terampil membaca emosi sendiri, maka akan semakin terampil dalam membaca perasaan orang lain.

Sehingga dari implementasi budaya religius sekolah di MAN 4 Jombang memberikan dampak positif terhadap kesadaran diri siswa dan membawa perubahan kepada siswa dalam mengetahui emosi positif maupun negatif untuk menjadikan mereka menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Allah.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang budaya religius sekolah sebagai upaya membentuk kecerdasan emosional siswa di MAN 4 Jombang, dapat ditarik kesimpulan dari temuan empiris untuk menjawab fokus penelitian. Temuan-temuan tersebut adalah:

1. Bentuk program budaya religius sekolah yang dilaksanakan di MAN 4 Jombang terdiri dari tiga pelaksanaan yaitu kegiatan harian seperti doa sebelum dan sesudah pelajaran. Untuk kegiatan mingguan terdiri dari istighosah, khitobah, program dana sosial. Sedangkan kegiatan tahunan yang dilaksanakan untuk memperingati peringatan hari besar Islam (PHBI) yang terdiri dari isra' mi'raj, peringatan idul adha, dan hari santri nasional.
2. Kontribusi budaya religius sekolah sebagai upaya membentuk kecerdasan emosional siswa memberikan kesimpulan bahwa Istighosah dapat membentuk mengelola emosi, khitobah dapat membentuk memotivasi diri siswa,

³⁸ Ely Manizar, "Mengelola Kecerdasan, 11.

penggalangan dana sosial dalam membentuk empati siswa, PHBI dapat membentuk membina hubungan/sosial siswa, dan keseluruhan kegiatan budaya religius mampu memunculkan kesadaran diri peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ash-Shiddiqy. *Pedoman Dzikir dan Doa*. Semarang: Pustaka Rizki Putra, 2005.
- Damanik, Asan. *Pendidikan Sebagai Pembentukan Watak Bangsa*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2009.
- Danah, Zohar & Ian Marshall, *SQ: Kecerdasan Spiritual*. Bandung: Mizan, 2007.
- Efendi, Agus. *Revolusi Kecerdasan Abad 21*. Bandung; Alfabeta, 2005.
- Fathurrohman, Muhammad. *Budaya Religius dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan*. Yogyakarta: Kalimedia, 2015.
- Ghofur, Saiful Amin. *Rahasia Dzikir dan Doa*. Yogyakarta: Darul Hikmah, 2010.
- Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence: Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 1996.
- Goleman, Daniel. *Working with Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000.
- Hajjaj, Mohammad Fauqi. *Tasawuf Islam dan Akhlak*. Jakarta: Amzah, 2013.
- Hidayatullah, Furqon. *Pendidikan Karakter: Membangun Peradaban Bangsa*. Surakarta: Yuma Pustaka, 2010.
- Manizar, Ely. "Mengelola Kecerdasan Emosi". *Tadrib*, (2016), Vol. 2: 1-16.
- Mashar, Riana. *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*. Jakarta: Kencana, 2015.
- Naim, Ngainun. *Character Building Optimalisasi Peran Pendidikan dalam Pengembangan Ilmu dan Pembentukan Karakter Bangsa*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Sahlan, Asmaun. *Mewujudkan Budaya Religius di Sekolah: Upaya Mengembangkan PAI dari Teori ke Aksi*. Malang: UIN Maliki Press, 2010.
- Sani, Muhammad. *Persaudaraan, Kebersamaan dan Kekuatan Moral Kunci Meraih Sukses*. Jakarta: Al-Mawaddah Prima, 2012.
- Saphiro, Lawrance E. *Mengajarkan Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998
- Sholeh, Harmathilda H. "Do'a dan Dzikir dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi". *Jurnal Psikologi Islami*, (2016), Vol. 2: 29-39.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2014.

Suraijah. “Studi Pembiasaan Mental Keagamaan Siswa SLTP se-Banjarmasin”.
Jurnal Ta’lim Muta’allim, (2011), Vol. 1: 240-250.

Suryabrata, Sumardi. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rajagrafindo Persada, 2002.

Tabrani, S. *Keajaiban Silaturahmi*. Jakarta: Bindang Indonesia, 2002.