PENGARUH PEMBIASAAN SHOLAT DHUHA TERHADAP KECERDASAN EKSISTENSIAL

Riska Gani[1], Alfina Damayanti[2], Kasih Apriliana[3], Sri Indriani Harianja[4], Nyimas Muazzomi[5]
Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Jambi,Indonesia
Email : riskagani85@gmail.com, pinadamayanti707@gmail.com, aprilianakasih0@gmail.com, sriindrianiharianja@unja.ac.id, nyimas.muazzomi@unja.ac.id

ABSTRACT

This research aims to develop existential intelligence through the practice of Duha prayer. Habit is also an activity that is carried out continuously to achieve a desired result. The method in this research uses the Systematic Literature Review (SLR) method by carrying out systematic and comprehensive literature evaluations on certain topics by collecting and analyzing all relevant data. The results of this research are that existential intelligence can be influenced by religious activities such as: Duha prayer, where getting used to Duha prayer can raise questions about existential intelligence. By implementing the practice of Duha prayers, it will have a good impact on children because through this, children will know that it is not only obligatory prayers that are carried out, but Duha prayers are also carried out even though they are sunnah.

Keywords: Habituation, Existential Intelligence, Dhuha Prayer

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan kecerdasan eksistensial melalui kegiatan praktek sholat dhuha. Pembiasaan juga merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara terus menerus untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) dengan melakukan evaluasi literatur secara sistematis dan komprehensif terhadap topik tertentu dengan mengumpulkan dan menganalisis semua data yang relevan. Hasil dari penelitian ini kecerdasan eksistensial dapat di pengaruhi oleh aktivitas keagamaan seperti : sholat dhuha, Yang dimana dengan pembiasaan sholat dhuha dapat menimbulkan pertanyaan-pertanyaan mengenai kecerdasan eksistensial. Dengan dilaksanakannya praktek sholat dhuha akan berdampak baik bagi anak karena dengan melalui itu anak bisa mengetahui bahwa bukan hanya sholat wajib saja yang di laksanakan akan tetapi sholat dhuha juga di laksanakan walaupun bersifat sunnah.

Kata Kunci: *Pembiasaan, Kecerdasan Eksistensial, Sholat Dhuha*

A. Pendahuluan

Pembiasaan juga merupakan suatu kegiatan yang dilakukan secara terus menerus untuk mencapai suatu hasil yang diinginkan. Oleh karena itu, salah satu metode dalam pendidikan adalah dengan menjadikannya suatu kebiasaan. Melalui pembiasaan dianggap sebagai cara yang paling efektif untuk mencapai tujuan pembelajaran, bahkan tujuan pendidikan secara umum, dengan membiasakan siswa berpikir, bertindak sesuai dengan syarat.

Anak usia dini mempunyai daya ingat yg kuat dan kepribadian yang belum matang, sehingga kebiasaan yang diperolehnya mudah melekat, sehingga metode pembentukan kebiasaan sangat efektif.

Menurut pendapat (Priyanto, 2014) Anak usia dini yang dikemukan oleh NAEYC (National Assosiation Education for Young Chlidren) adalah sekelompok individu yang berada pada rentang usia antara 0 – 8 tahun. Anak usia dini merupakan sekelompok manusia yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Pada usia tersebut para ahli menyebutnya sebagai masa emas (Golden Age) yang hanya terjadi satu kali dalam perkembangan kehidupan manusia. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini perlu diarahkan pada fisik, kognitif, sosio-emosional, bahasa, dan kreativitas yang seimbang sebagai peletak dasar yang tepat guna pembentukan pribadi yang utuh. Anak usia dini memiliki batasan usia dan pemahaman yang beragam, tergantung dari sudut pandang yang digunakan. Secara tradisional pemahaman tentang anak sering diidentifikasikan sebagai manusia dewasa mini, masih polos dan belum bisa apa-apa atau dengan kata lain belum mampu berfikir. Pemahaman lain tentang anak usia dini adalah anak merupakan manusia kecil yang memiliki potensi yang masih harus dikembangkan. Pada periode ini hampir seluruh potensi anak mengalami masa peka untuk tumbuh dan berkembang secara cepat dan hebat. Oleh karena itu, pada masa ini anak sangat membutuhkan pendidikan yang dapat membantu stimulasi seluruh aspek perkembangan anak usia dini dan rangsangan dari lingkungannya.

Pendapat (Berliana & Atikah, 2023) Pendidikan bagi anak usia dini memang pendidikan yang paling dasar bagi anak. Pada tahap ini orang

tua harus memperhatikan pendidikan bagi anaknya, baik dalam memilih lembaga pendidikan bagi anak maupun memilih untuk mendidik sendiri sang anak di rumah. Dalam pendidikan anak usia dini hendaknya memperhatikan kecerdasan yang dimiliki oleh anak dikarenakan kecerdasan antara satu anak dengan anak yang lain berbeda. Orang tua maupun pendidik anak usia dini harus mengenali kecerdasan yang dimiliki anak agar dapat mengarahkan dan mengembangkan kecerdasan yang dimiliki anak secara maksimal.

Kecerdasan adalah kemampuan untuk memproses jenis informasi tertentu yang berasal dari faktor biologis dan psikologis manusia. Suatu kecerdasan melibatkan kemampuan untuk memecahkan masalah atau merancang suatu produk yang merupakan konsekuensi dari komunitas atau latar budaya tertentu (Gardner, 2013). Teori Multiple intelligences merupakan teori kecerdasan yang dikemukakan oleh Howard Gardner, seorang psikolog dari Harvard University, bahwa setiap anak punya kecenderungan kecerdasan dari sembilan kecerdasan, yaitu kecerdasan linguisitik, kecerdasan logis-matematis, kecerdasan visual-spasial, kecerdasan musikal, kecerdasan kinestetik, kecerdasan interpersonal, kecerdasan intrapersonal, kecerdasan naturalis, dan kecerdasan eksistensial (Chatib, 2015).

Pendapat (Asiah Lubis dkk., 2024) Kecerdasan eksistensial adalah salah satu dari delapan jenis kecerdasan yang diidentifikasi oleh Howard Gardner dalam teori kecerdasan majemuk. Kecerdasan ini mengacu pada kemampuan seseorang untuk memahami dan menangani pertanyaan-pertanyaan eksistensial tentang makna hidup, tujuan hidup, kematian, dan makna dalam konteks yang lebih luas. Orang yang memiliki kecerdasan eksistensial yang baik cenderung memiliki pemahaman mendalam tentang makna hidup, nilai-nilai, dan tujuan-tujuan yang lebih besar dalam kehidupan. Di samping itu pendalaman akhlak seorang anak juga sangat memerlukan ketentraman jiwa, dengan ini akan diperoleh dengan selalu mendekatkan diri kepada Allah dengan cara memperbanyak ibadah, seperti sholat.

Menurut (Surianti & Rahmatullah, 2022) Shalat adalah cara seorang hamba mendekatkan diri kepada Allah SWT. Shalat adalah amalan wajib

yang pertama akan ditanyakan oleh Allah diakhirat kelak. Ketika manusia shalat dengan khusyuk maka itu akan berimplikasi dengan perilaku keseharianya dan juga manusia akan menjadi pribadi yang lebih baik. Adapun amalan yang dapat dilakukan seseorang untuk mendekatkan diri kepada Allah selain shalat wajib adalah dengan melaksanakan shalat sunnah dhuha.

Pendapat (Abdurrahman, 2016) sholat dhuha adalah shalat sunah yang dilakukan pada waktu matahari sedang naik kurang lebih sejauh 7 hasta. Sedangkan Rahman (2016:1) sholat dhuha adalah sholat sunah yang dilakukan setelah terbit matahari sampai menjelang masuk waktu zuhur.Afdhalnya dilakukan pada pagi hari di saat matahari sedang naik (kira-kira jam 9.00).

Selain itu (Rohim, 2017) berpendapat sholat dhuha adalah sholat yang dikerjakan waktu dhuha, yaitu mulai matahari seujung tombak sampai sebelum tergelincir matahari. Sedangkan yang paling utama dikerjakan ketika matahari mulai terasa panas sekitar jam 9 pagi.

B. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, digunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) yang bertujuan untuk melakukan evaluasi literatur secara sistematis dan komprehensif terhadap topik tertentu dengan mengumpulkan dan menganalisis semua data yang relevan.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR). *Systematic Literature Review* (SLR) adalah Salah satu teknik penelitian yang digunakan untuk mengumpulkan, menilai, dan mensintesis data secara sistematis dari berbagai artikel atau publikasi ilmiah terkait. Untuk menghasilkan hasil yang lebih objektif dan dapat dipertanggungjawabkan, metode ini mencari dan memilih materi yang relevan dengan menggunakan prosedur yang ditetapkan.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pendapat (Fikriyah Istiqomah, & Muhajir Muhajir, 2022) Kecerdasan merupakan kemampuan yang terdiri dari tiga unsur yaitu: (1) kemampuan mengarahkan pikiran dan tindakan, (2) kemampuan mengubah arah pikiran dan tindakan, dan (3) kemampuan mengendalikan dan mengkritik pikiran dan tindakan diri sendiri. Diklasifikasikan oleh Edward Lee Thorndike dalam Indra-Supit dkk.

Intelegensi dalam tiga bentuk kompetensi yaitu : 1). Kemampuan abstraksi, atau kemampuan untuk menggunakan ide dan simbol secara efektif untuk "bertindak". 2). Kemampuan mekanik, yaitu kemampuan "melakukan aktivitas" dengan menggunakan alat mekanis dan aktivitas yang memerlukan aktivitas sensorimotorik. 3). Keterampilan sosial, yaitu kemampuan menghadapi dan beradaptasi dengan situasi baru secara cepat dan efektif.

Temuan kecerdasan menurut paradigma multiple intelligences, telah mengalami perkembangan sejak pertama kali ditemukan. Pada awalnya menemukan tujuh kecerdasan. Setelah itu Gardner menemukan kecerdasan yang ke-8 yakni naturalis dan terakhir Howard Gardner memunculkan adanya kecerdasan yang ke-9, yaitu kecerdasan eksistensial.

Salah satu jenis kecerdasan yang dianggap Gardner dengan Kemampuan memikirkan hal-hal penting, termasuk kehidupan, kematian, baik dan jahat, atau kecerdasan eksistensial. Kecerdasan eksistensial hadir dalam bentuk berpikir dan merenungkan sesuatu dengan ketenangan pikiran. Orang dengan kecerdasan eksistensial cenderung mempertanyakan hakikat kehidupan, mencari inti permasalahan, serta merenungkan hikmah dan makna di balik hal dan peristiwa yang dialaminya. Pertimbangkan masalah, opini, dan ide Orang yang cerdas secara eksistensial lebih bersedia mengungkapkan keyakinannya, bersedia memperjuangkan kebenaran, mampu menempatkan keberadaan sesuatu dalam konteks yang lebih luas, serta kurang peka terhadap apa yang dikatakan orang lain dan selalu mempertanyakan kebenaran peristiwa dan seni.

Dalam kecerdasan eksistensial dapat di pengaruhi oleh aktivitas keagamaan seperti : shalat dhuha. Shalat dalam kajian fikih adalah kumpulan bacaan atau rangkaian bacaan berupa ucapan dan tingkah laku yang dimulai dengan "takbiratul ihram" dan ditutup dengan "salam" Disertai dengan persyaratan-persyaratan khusus. Di samping shalat fardhu atau shalat wajib yang harus dilakukan atau ditunaikan oleh seorang muslim adalah juga dituntut untuk mendirikan shalat-shalat sunnah sebagai penyempurna shalat

wajib atau penghambaan total untuk mendapatkan suatu hajat kepada Allah.

Dalam penelitian ini, kami membuat media pohon pintar dengan tema tata cara shalat dhuha yang langsung di praktekkan pada anak usia dini, dengan adanya media yang sudah di buat dan juga praktek langsung yang di lakukan akan membantu anak dalam mengembangkan kecerdasan eksistensial (keceradasan spiritual). Setelah dilakukan nya praktek shalat dhuha terdapat hasil bahwa anak-anak tersebut masih belum paham terkait dengan tata cara shalat dhuha, maka dari itu timbulah pertanyaan-pertanyaan yang mengenai kapan dilaksanakan shalat dhuha, dan apa bila shalat dhuha tidak dikerjakan akan mendapat dosa.

Menurut (Rosyad, 2020) Shalat, adalah suatu ibadah yang dilakukan dengan penuh khusyu' dan keikhlasan, dimulai dengan takbiratul ihram dan diakhiri dengan salam, dan dilakukan dengan syarat dan rukun yang telah ditetapkan. Menurut Syech Abdullah, ada dua jenis shalat sunnah: Yang pertama adalah shalat sunnah yang dilakukan secara berjamaah dan memiliki status hukum muakkad, seperti shalat idul fitri, idul adha, tarawih, istisqa, kusuf, dan khusuf. Yang kedua adalah shalat sunnah yang dilakukan secara munfarid (sendiri) dan memiliki status hukum muakkad, seperti shalat rawatib dan tahajud. Selain kedua tersebut terdapat pula shalat yang status hukumnya sunnah biasa (ghairu muakkad) seperti: shalat tahiyatul masjid, shalat dhuha, shalat witir dan lain-lain. Semua ibadah shalat yaitu menghubungkan seorang hamba kepada penciptanya, oleh karena itu, shalat dapat menjadi media permohonan, pertolongan dalam menyingkirkan segala bentuk kesulitan yang manusia hadapi dalam perjalanan hidupnya. pendapat Ubaid Ibnu Abdillah, shalat dhuha adalah shalat sunnah yang dilakukan pada waktu matahari sedang naik di pagi hari. Menurut A'yunin, shalat dhuha didefinisikan sebagai shalat sunnah dua rakaat atau lebih, sebanyak-banyaknya dua rakaat, dan dilakukan pada waktu dhuha atau pada saat matahari agak meninggi hingga sebelum waktu shalat dhuhur. Oleh karena itu, kita dapat mengetahui bahwa shalat adalah ibadah yang menghubungkan seorang hamba dengan Penciptanya,

Dalam bukunya yang berjudul The Power Of Dhuha, A'yunin mengatakan bahwa shalat sunnah dhuha memiliki beberapa keistimewaan, seperti:

a. Shalat dhuha menghapus semua dosa
b. termasuk mereka yang bertaubat.
c. Menerima pahala umrah,
d. Termasuk dalam kelompok orang yang ahli dalam ibadah
e. Jaminan surga untuk mereka yang shalat dhuha
f. Keyakinan bahwa rezeki Allah akan cukup
g. Melakukan sedekah dengan cara yang sempurna

Oleh karena itu, shalat dhuha dianggap sebagai ibadah yang diyakini dapat meningkatkan kecerdasan seseorang, terutama kecerdasan fisik, emosional, spiritual, dan intelektual Namun dengan memperhatikan tata cara sholat dhuha yang benar,

Tata cara untuk shalat dhuha Setelah kita membersihkan diri dari hadas kecil dan hadas besar dengan berwudhu secara menyeluruh, kita harus berdiri tegak di tempat yang suci dan menghadap kiblat. Berikut tata cara shalat dhuha:

a. Niat shalat dhuha
b. Membaca doa iftitah sebelum membaca Al-Fatihah
c. Membaca salah satu surat dari al-Qur'an setelah Al-Fatihah. Setelah itu, disarankan untuk membaca surat Asy-Syams pada rakaat pertama dan Adh-Dhuha pada rakaat kedua.
d. Rukuk
e. Setelah rukuk, berdiri tegak kembali (i'tidal).
f. Setelah i'tidal, lakukan sujud dengan dahi menye tuh lantai
g. Setelah sujud, duduk di antara dua sujud.
h. Setelah itu, sujud kedua dilakukan.
i. Duduk tasyahud akhir setelah rakaat kedua.
j. Diakhiri dengan mengucap salam
k. Selesai melaksanakan shalat dhuha, kemudian membaca doa setelah shalat dhuha

Artinya:

“Yaa Allah Tuhanku, bahwasannya waktu dhuha ini milik Engkau dan kebagusan (kemewahan) itu milik Engkau, dan keindahan ini milik Engkau dan kekuatan itu milik Engkau. Dan kekuasaan itu milik Engkau, dan pemeliharaan itu milik

Engkau, Yaa Allah tuhanku jika keadaan rizqiku di langit, maka turunkanlah dan jika adanya di dalam bumi maka keluarkanlah, dan jika ia sulit gampangkanlah, dan jika ia haram, sucikanlah, dan jika jauh dekatkanlah. Sesungguhnya Engkau Maha Kuasa atas segala sesuatu dengan hak (bekal) dhuha Engkau, kebagusan Engkau, keindahan Engkau, kekuatan Engkau, kekuasaan Engkau dan pemeliharaan Engkau, berilah aku apa yang Engkau berikan kepada hamba-hamba Engkau yang shalih."

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan eksistensial dapat dikembangkan melalui kegiatan praktek shalat dhuha.

E. Kesimpulan

Dari pembahasan di atas dapat di simpulkan bahwa kecerdasan eksistensial dapat di pengaruhi oleh aktivitas keagamaan seperti : shalat dhuha, Yang dimana dengan pembiasaan shalat dhuha dapat menimbulkan pertanyaan-pertanyaan mengenai kecerdasan eksistensial. Dengan dilaksanakannya praktek shalat dhuha akan berdampak baik bagi anak karena dengan melalui itu anak bisa mengetahui bahwa bukan hanya shalat wajib saja yang di laksanakan akan tetapi shalat dhuha juga di laksanakan walaupun bersifat sunnah.

Dengan demikian, Kesimpulan yang dapat diambil ialah, bahwa kegiatan shalat dhuha memiliki peran penting dalam mengembangkan keceradasan eksistensial melalui praktek shalat dhuha, peningkatan kesadaran diri dan nilai-nilai moral.

DAFTAR PUSTAKA

Abdurrahman. (2016). Pengaruh Sholat Dhuha Terhadap Kecerdasan Spiritual Anak Kelompok B Usia 5-6 Tahun Di Tk Ar-Rahmah Tanjung Atap. *Pernik Jurnal Paud*, *3*(2).

Asiah Lubis, Nur, Aulia, Dhinanda, Khairani, Aulia, & Sit, Masganti. (2024). Mengembangkan Kecerdasan Eksistensial Melalui Kegiatan Bermain Peran Pada Anak Usia Dini. *Childhood Education : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(2), 255–264.

Berliana, Dinda, & Atikah, Cucu. (2023). Teori Multiple Intelligences Dan Implikasinya Dalam Pembelajaran. *Jurnal Citra Pendidikan*, *3*(3), 1108–1117. https://doi.org/10.38048/jcp.v3i3.963

Chatib. (2015). Teori Multiple Intelligences Dan Implikasinya Dalam Pembelajaran. *Jurnal Citra Pendidikan*, *3*(3), 1108–1117.

Fikriyah Istiqomah, Muhajir Muhajir, Apud. (2022). Pengaruh Pembiasaan Salat Dhuha Dan Tilawah Al-Qur'an Terhadap Peningkatan Kecerdasan Eksistensial Siswa Kelas Viii

Smp-It Ibadurrahman Ciruas. *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Sosial Humaniora*, *1*(8), 1567–1582.

Gardner. (2013). Teori Multiple Intelligences Dan Implikasinya Dalam Pembelajaran. *Jurnal Citra Pendidikan*, *3*(3), 1108–1117.

Priyanto, Aris. (2014). Pengembangan Kreativitas Pada Anak Usia Dini Melalui Aktivitas Bermain Aris. *Jurnal Ilmiah Guru "Cope", No. 02/Tahun XVIII/November 2014*, (02).

Rohim. (2017). Pengaruh Sholat Dhuha Terhadap Kecerdasan Spiritual Anak Kelompok B Usia 5-6 Tahun Di Tk Ar-Rahmah Tanjung Atap. *Pernik Jurnal Paud*, *3*(2).

Rosyad, Wahyu Sabilar. (2020). Pelaksanaan Shalat Dhuha Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas 3 Madrasah Ibtidaiyah Ma'Arif Nu Ajibarang Wetan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Raushan Fikr*, *9*(2), 23–41. https://doi.org/10.24090/jimrf.v9i2.4143

Surianti, Surianti, & Rahmatullah, Rahmatullah. (2022). Pelaksanaan Shalat Dhuha Dalam Meningkatkan Kecerdasan Spiritual Pada Siswa SMA 8 Sinjai. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, *8*(1), 27–35. https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i1.881