

HUBUNGAN INTENSITAS MEMBACA AL-QUR'AN DENGAN KECERDASAN EMOSIONAL MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG

Muhammad Danil Ramadhan¹, Wijayanti Fuad², Rochman Basuki³

Departemen Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang²

Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Semarang^{1,3}

Email: danilramaa40@gmail.com

Keywords

Emotional intelligence, intensity of reading the Qur'an.

Abstract

The Relationship of the Intensity of Reading the Qur'an with the Emotional Intelligence of Students of the Faculty of Medical Muhammadiyah University Semarang. Students' failure to control emotional turmoil is caused by a lack of emotional intelligence. 2019 Centers For Disease Control data shows that in the United States in 2016-2019, 32.5% of students experienced emotional problems. In Indonesia in 2013-2018, the prevalence of emotional intelligence was still low, namely 9.8%. One of the factors that influences emotional intelligence is reading the Koran. Reading the Qur'an is an effort made to change behavior, control morals, and develop morals. This study aims to analyze the relationship between the intensity of reading the Al-Qur'an and the emotional intelligence of students at the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University, Semarang. This research is a quantitative study with a cross sectional approach on 67 students of the UNIMUS Faculty of Medicine, even semester class of 2023. Sampling used a simple random sampling technique by filling out the Al-Qur'an Reading Intensity questionnaire and the Emotional Intelligence questionnaire. Correlation analysis uses the Spearman rank test. There is a significant relationship between the intensity of reading the Qur'an and emotional intelligence $p\text{-value} = 0.000 (<0.05)$ and the correlation coefficient (r) is $(+0.642)$. There is a relationship between the intensity of reading the Al-Qur'an and the emotional intelligence of students at the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University, Semarang, with a strong relationship strength and a positive correlation direction (+). The higher the intensity of reading the Qur'an, the higher the Emotional Intelligence.

Emotional intelligence, intensity of reading the Qur'an.

Hubungan Intensitas Membaca Al-Qur'an Dengan Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Kegagalan mahasiswa dalam mengontrol gejala emosi diakibatkan oleh kurangnya kecerdasan emosional. Data dari Centers For Disease Control 2019, bahwa di United States tahun 2016-2019 yaitu 32,5% mahasiswa mengalami masalah emosional. Indonesia pada tahun 2013-2018, prevalensi kecerdasan emosional masih rendah sebesar 9,8%. Salah satu faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah membaca Al-Qur'an. Membaca Al-Qur'an merupakan upaya yang dilakukan untuk merubah tingkah laku, pengendalian moral, dan pembentukan akhlakul karimah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis

hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional pada 67 mahasiswa Fakultas Kedokteran UNIMUS semester dua angkatan 2023. Pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling dengan mengisi kuesioner Intensitas Membaca Al-Qur'an dan kuesioner Kecerdasan Emosional. Analisis korelasi menggunakan uji rank spearman. Terdapat hubungan signifikan intensitas membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional didapatkan p-value = 0,000 ($<0,05$) dan koefisien korelasi (r) yaitu (+0,642). Terdapat hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dengan kekuatan hubungan kuat dan arah korelasi positif (+). Semakin tinggi intensitas membaca Al-Qur'an maka akan semakin tinggi Kecerdasan Emosional.

1. PENDAHULUAN

Pada masa awal memasuki perguruan tinggi, mahasiswa akan menghadapi perubahan situasi dari Pendidikan Menengah Atas (SMA) menjadi situasi perguruan tinggi. Mahasiswa baru dituntut dapat beradaptasi untuk memenuhi tuntutan baru di lingkungan perguruan tinggi. Usia mahasiswa pada fase ini, mayoritas berada pada usia transisi remaja akhir menuju dewasa (Agus and Wilani, 2018). Pada periode usia transisi tersebut seseorang akan mudah terpengaruh oleh lingkungan karena masih dipenuhi dengan emosi yang tidak stabil (Fitria, Harahap and Agustina, 2022).

Dalam mengendalikan emosi, mahasiswa baru perlu memiliki kecerdasan seimbang yang termasuk didalamnya adalah kecerdasan emosional (Fitria, Harahap and Agustina, 2022). Kecerdasan Kecerdasan emosional yang kurang menjadi pencetus masalah emosional karena menyebabkan terjadi kegagalan dalam mengendalikan emosi yang bergejolak. Berdasarkan data pada tahun 2019 oleh *Centers For Disease Control*, didapatkan angka kejadian masalah emosional pada mahasiswa di United States tahun 2016-2019 mencapai angka 32,5%. Berdasarkan data tahun 2013-2018 di Indonesia masih memiliki prevalensi kecerdasan emosional yang rendah yaitu 9,8% (Agus and Wilani, 2018).

Mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional akan lebih mudah mengendalikan atau mengontrol tingkah laku sehingga tidak agresif dalam menyikapi segala jenis masalah, karena memiliki kondisi perasaan dan reaksi yang tidak mudah berubah-ubah dalam melihat suatu obyek permasalahan (Luan and Blegus, 2018). Namun masih terdapat banyak mahasiswa yang beranggapan bahwa memiliki

kecerdasan intelektual saja lebih penting daripada memiliki kecerdasan emosional. Sedangkan akhir-akhir ini telah ditemukan berbagai bukti yang dapat menyanggah mitos tersebut dan mengatakan bahwa kecerdasan emosional dapat menentukan kesuksesan dalam kehidupan seseorang (Magdalina, Sinaga and Armyanti, 2019).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan agar meningkatkan kecerdasan emosional adalah dengan membaca Al-Qur'an. Allah ta'ala telah menjelaskan mengenai kecerdasan emosional dalam Al-quran yang selalu dikaitkan dengan kalbu. Hal tersebut menjelaskan bahwa berdasarkan Al-quran kata kunci utama dalam mencapai kecerdasan emosional adalah kalbu, jiwa dan intuisi. Kata kalbu yang dimaksud dapat diartikan menjadi emosi, sehingga dapat dipahami emosi terbagi menjadi emosi cerdas yang akan mencetuskan sifat-sifat emosi positif dan emosi tidak cerdas yang akan mencetuskan sifat-sifat emosi negatif (Ilyas, 2017).

Anjuran untuk membaca dalam hal ini adalah membaca Al-Quran, telah Allah jelaskan firman-Nya yang diturunkan pertama kali yaitu Surat Al-Alaq ayat 1-5.

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ﴿١﴾ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ﴿٢﴾
اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ﴿٣﴾ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ﴿٤﴾ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴿٥﴾

Artinya: (1) "Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan", (2) "Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah", (3) "Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Mahamulia", (4) "Yang mengajar (manusia) dengan pena", (5) "Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahuinya".

Secara pengertian umum dalam firman tersebut terdapat perintah "iqra" yang artinya "bacalah". Selain memiliki arti berupa perintah membaca hal yang tertulis, kata iqra dalam ayat tersebut juga mengandung makna meneliti, mengetahui ciri sesuatu atau membaca teks (Anira, 2020). Penelitian ini didasari oleh pemikiran bahwa membaca Al-Quran yang termasuk didalamnya terdapat dzikir lisan merupakan upaya belajar pengendalian moral, melakukan perubahan tingkah laku dan membentuk *akhlakul karimah* pada diri mahasiswa (Primantari, 2021).

Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana pengaruh intensitas membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Responden yang memenuhi kriteria dipilih acak menggunakan *simple random sampling*

pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UNIMUS semester dua angkatan 2023. Jumlah total sampel dalam penelitian ini adalah 67 mahasiswa. Pengukuran pada penelitian ini menggunakan kuesioner Intensitas Membaca Al-Qur'an (Lusiana, 2021) dan kuesioner Kecerdasan Emosional (Muhibbin, 2018). Analisis korelasi menggunakan uji *rank spearman*.

Kriteria inklusi yang digunakan adalah mahasiswa aktif angkatan 2023 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dengan rentang usia 18-21 tahun, mahasiswa beragama Islam dan bersedia menjadi subjek penelitian atau responden dengan menandatangani *informed consent*. Untuk kriteria eksklusi meliputi mahasiswa yang tidak lengkap mengisi kuesioner dan mahasiswa yang enggan dan/atau tidak mengumpulkan atau mengembalikan kuesioner kepada peneliti. Penelitian ini telah mendapatkan *Ethical Clearance* dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang dengan No: 062/KEPK-FKM/UNIMUS/2024.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagian besar responden berusia 19 tahun yaitu sebanyak 35 mahasiswa (52,2%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 46 mahasiswa (68,7%). Ditemukan bahwa seluruh responden belum menikah yaitu 67 mahasiswa (100%). Intensitas membaca Al-Quran didapatkan mayoritas pada hasil ukur sedang yaitu 55 mahasiswa (82%) dan mayoritas tingkar kecerdasan emosional berada pada skala ukur sedang itu 59 mahasiswa (88,1%).

Tabel 1. Analisis Univariat Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
18 tahun	27	40,3
19 tahun	35	52,2
20 tahun	4	6
21 tahun	1	1,5
Jenis Kelamin		
Perempuan	46	31,3
Laki-laki	21	68,7
Status Pernikahan		
Kawin	0	0
Belum Kawin	67	100
Intensitas Membaca Al-Qur'an		
Rendah	6	9
Sedang	55	82
Tinggi	6	9
Kecerdasan Emosional		
Rendah	1	1,5

Sedang	59	88,1
Tinggi	7	10,4

Berdasarkan tabel 2. didapatkan hasil responden kategori intensitas membaca Al-Qur'an rendah dengan kecerdasan emosional sedang sebanyak 6 orang (10,2%), intensitas membaca Al-Qur'an sedang dengan kecerdasan emosional rendah sebanyak 1 orang (100,0%), intensitas membaca Al-Qur'an sedang dengan kecerdasan emosional sedang sebanyak 53 orang (89,8), intensitas membaca Al-Qur'an kategori sedang dengan kecerdasan emosional tinggi sebanyak 1 orang (14,3%), intensitas membaca Al-Qur'an tinggi dengan kecerdasan emosional tinggi sebanyak 6 orang (85,7%).

Didapatkan hasil uji korelasi didapatkan ditemukan hubungan signifikan antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional ($p = 0,000$) dan koefisien korelasi (r) yaitu 0,642 yang artinya kekuatan hubungan termasuk kuat, serta arah korelasi p hitung adalah searah, semakin besar nilai intensitas membaca Al-Qur'an maka semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional dikarenakan hasil dari koefisien korelasi positif (+).

Tabel 2. Hasil Uji Rank Spearman

Tingkat Intensitas Membaca Al-Qur'an	Tingkat Kecerdasan Emosional			p	r
	Rendah	Sedang	Tinggi		
	n (%)	n (%)	n (%)		
Rendah	0 (0%)	6 (100%)	0 (0%)	0,000	+0,642
Sedang	1 (1,8%)	53 (96,4%)	1 (1,8%)		
Tinggi	0 (0%)	0 (0%)	6 (100%)		

*Hasil uji bermakna apabila $p < 0,05$

PEMBAHASAN

Pada penelitian ditemukan 35 responden (52,2%) berusia 19 tahun, dimana usia tersebut tahun termasuk kedalam kriteria usia remaja. Pada usia remaja sedang terjadi transisi dari periode remaja akhir menuju fase dewasa. Pada fase ini, sering terjadi perubahan baik secara fisik berupa perubahan bentuk anggota tubuh maupun secara psikologi berupa emosional. Perubahan emosional tersebut dapat diatasi apabila individu mampu mengendalikan diri sehingga dapat mempertimbang perkara baik dan buruk untuk dirinya (Goleman, 2015),(Primantari, 2021).

Kemampuan dalam mengendalikan diri termasuk dalam salah satu aspek kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional dapat dibentuk melalui beberapa faktor yaitu usia, pengalaman, jenis kelamin dan lingkungan. Pada penelitian sebelumnya menyatakan bahwa masa remaja berada pada fase emosi yang belum stabil dan pada

fase ini juga individu memiliki kecenderungan untuk melakukan hal yang bertentangan hingga pemberontakan (Primantari, 2021).

Mayoritas responden pada penelitian adalah perempuan yakni 46 orang (68,7%), hal ini sesuai dengan data akademik jumlah mahasiswa pada lokasi penelitian. Dalam penelitian lain ditemukan bahwa wanita dapat lebih menyadari emosi diri, dapat lebih berempati dan memiliki kemampuan lebih dalam hubungan interpersonal dibandingkan dengan laki-laki (Shata and Wilani, 2019).

Pada penelitian ini diperoleh adanya hubungan Intensitas Membaca Al-Qur'an dengan Kecerdasan Emosional dengan kekuatan hubungan termasuk kuat, serta arah korelasi p hitung adalah searah, semakin besar nilai intensitas membaca Al-Qur'an semakin besar pula nilai kecerdasan emosional dikarenakan hasil dari koefisien korelasi positif (+).

Hal tersebut sejalan dengan teori terkait perkembangan salah satu bagian *lobus frontal* dipengaruhi oleh aktivitas religi. Andrew Newberg mempelajari hubungan antara *prefrontal korteks* dengan *lobus posterior superior*, *thalamus*, dan sistem limbik (terutama *hippocampus* dan *amygdala*). *Prefrontal Corteks* (PFC) berperan dalam mengontrol sistem kerja kognitif dan emosi yaitu *transfer effect* (Thalib, 2018). Aktivasi *lobus frontal* dan sistem limbik dapat dipengaruhi oleh peningkatan aktivitas spiritual atau religi seperti membaca Al-Qur'an (Waldman and Newberg, 2019).

Prefrontal Corteks (PFC) yang teraktivasi menyebabkan terjadinya peningkatan dopamine di bagian *nucleus accumbens* sehingga dapat mengaktifkan *thalamus*. *Thalamus* berfungsi sebagai proses fisiologis tubuh dan mengontrol emosi. Selain mengaktifkan *thalamus*, kegiatan spiritual juga mempengaruhi aktivasi sistem limbik (Thalib, 2018). Sistem limbik berperan dalam mengendalikan kelangsungan hidup dasar, emosi, pola perilaku sosioseksual, motivasi dan belajar, sedangkan *lobus frontal* memegang peran dalam perhatian dan konsentrasi (Izzah, 2014).

Dalam penelitian sebelumnya ditemukan pada saat membaca Al-Qur'an tubuh akan merasa hangat yang disebabkan oleh vasodilatasi arteri perifer dan ketegangan otot tubuh akan berkurang. Perubahan yang terjadi ketika relaksasi ini maupun setelah relaksasi akan mempengaruhi sistem saraf otonom (Avif, 2020).

Stimulus positif dari membaca Al-Qur'an akan menurunkan *Hipotalamik Pituitary Adrenal* (HPA) Axis, ditandai dengan hormon *Corticotropin Releasing Factor* (CRF) yang menurun diikuti dengan produksi *adrenocorticotrophic hormone* (ACTH) yang menurun.

Hal ini merangsang penurunan hormon stres kortisol dan katekolamin di medulla adrenal. Membaca Al-Qur'an dapat mempengaruhi kecerdasan emosi melalui adanya stres emosional atau fisik yang dapat menjadikan *amygdala* teraktivasi, yang akan berkaitan dengan unsur emosional dari otak. Maka disimpulkan membaca ayat dalam Al-Qur'an membuat emosi lebih terkontrol, menjadi pribadi yang lebih sabar, mendapatkan ketenangan jiwa, dan peningkatan kecerdasan emosional (Avif, 2020).

Penelitian sebelumnya yang sejalan pernah dilakukan di Bengkulu terhadap 129 mahasiswa menunjukkan adanya pengaruh antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional mahasiswa (Syaputra, 2020). Penelitian lain yang dilakukan terhadap 41 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia menunjukkan hasil yang sama yaitu terdapat pengaruh antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa (Wijaya et al., 2022).

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu jenis analisa yang digunakan hanya menganalisa secara kuantitatif dengan pengumpulan data responden menggunakan kuesioner, sehingga responden tidak dapat memberikan keterangan lebih lanjut karena jawaban hanya terbatas pada pertanyaan-pertanyaan dan jawaban yang diberikan dapat tidak sesuai dengan kondisi yang dirasakan. Kriteria pada penelitian ini juga tidak mengeksklusikan mahasiswa yang sedang haid.

4. KESIMPULAN

Terdapat hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan kecerdasan emosional mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang angkatan 2023 dengan $p\text{-value} = 0,000$, nilai koefisien korelasi (r) = 0,642 dan arah korelasi positif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agus, H.P. and Wilani, N.M.A. (2018) 'Peran Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran', Jurnal Psikologi Udayana, pp. 156–63.
- Anira, P. (2020) Membaca dan Mendengarkan Al-Qur'an Sebagai Terapi (Studi Pemikiran Mustamir Pedak Dalam Buku Qur'anic Super Healing). Universitas Islma Negri Walisongo.
- Avif, A. (2020) Hubungan antara Intensitas Membaca Al-Qur'an dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa di Fakultas Kedokteran Palembang Universitas Muhammadiyah Palembang. Repository Universitas Muhammadiyah Palembang.

- Fitria, S., Harahap, I. and Agustina, S. (2022) 'Kecerdasan Emosional Pada Anak Usia Remaja', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 6(4), pp. 94–100.
- Goleman, D. (2015) *Emotional Intelligence*. 1 st. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ilyas, Y. (2017) *Kuliah Ulumul Qur'an*.
- Izzah (2014) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif Lansia pada Lansia Usia 60-69 Tahun di Kelurahan Purwantoro Kecamatan Blimbing Kota Malang', *Saintika Medika*, 10(2), pp. 91–115.
- Luan, J. and Blegus, J. (2018) 'Potret Kecerdasan Emosional Mahasiswa Pada Perkuliahan Seminar Pendidikan Jasmani', *Sebatik*, pp. 195–202.
- Magdalena, Y., Sinaga, J. and Armyanti, I. (2019) 'Hubungan antara Kecerdasan Emosional dan Tingkat Gejala Kecemasan Mahasiswa Program Studi Kedokteran tingkat I Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura', *Cermin Dunia Kedokteran Jurnal*, 46(9), pp. 571–9.
- Primantari, E.L. (2021) 'Hubungan Intensitas Membaca Al-Qur'an dengan Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient) Siswa Kelas XI di SMK Negeri 1 Singgahan Tuban Tahun 2021', *Jurnal IAIN Salatiga*, pp. 38–62.
- Shata, N. and Wilani, N. (2019) 'Pengaruh Religiusitas Terhadap Kecerdasan Emosi Pada Siswa Perempuan SMA Muhammadiyah 1 Denpasar', *Jurnal Psikologi Udayana*, pp. 165–75.
- Syaputra, A. (2020) *Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an Terhadap Kecerdasan Emosional Mahasiswa Fakultas Ushuludin Adab dan Dakwah (FUAD) IAIN Bengkulu*.
- Thalib (2018) 'Pengalaman Spiritual dalam Pandangan Neuropsikologi', *Jurnal Universitas Gadjah Mada Yogyakarta*, pp. 3–6.
- Waldman, M. and Newberg, A. (2019) 'How God Changes Your Brain: Breakthrough Findings from a Leading Neuroscientist', New York: Ballantine, 1.
- Wijaya, N. et al. (2022) 'Pengaruh Intensitas Membaca Al-Qur'an terhadap Kecerdasan Emosional Mahasiswa FORSIK Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2018', *Fakumi Medical Journal*, 2(7), pp. 460–6.