

## Dampak Shalat Dhuha Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik di TK Swasta Islam Azzahra Islamic School

Tugiatik

Tk Swasta IT Azzahra Islamic School

Email : [tugiatiko1@gmail.com](mailto:tugiatiko1@gmail.com)

### ABSTRACT

This study aims to determine the impact of Dhuha prayer on improving the emotional intelligence of students at Azzahra Integrated Islamic Private Kindergarten, Badar Subdistrict, Southeast Aceh Regency. Emotional intelligence is the ability to recognize, understand, and manage one's emotions and build positive social relationships. The research uses a qualitative approach with an empirical classroom action research (CAR) method. Data collection techniques included observation, interviews, documentation, and questionnaires. The results show that regular Dhuha prayer practice positively affects children's emotional development. Students showed improvements in empathy, discipline, responsibility, and emotional calmness after participating in the Dhuha prayer activities. This religious activity also fosters a peaceful spiritual atmosphere, enabling children to better control negative emotions and interact positively with their environment. The study concludes that Dhuha prayer can be an effective character education strategy based on Islamic values, especially when applied from an early age.

**Keywords:** Dhuha prayer, emotional intelligence, early childhood, character education, Islamic PAUD

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak pelaksanaan shalat Dhuha terhadap peningkatan kecerdasan emosional peserta didik di TK Swasta Islam Terpadu Azzahra Islamic School, Kecamatan Badar, Kabupaten Aceh Tenggara. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri serta menjalin hubungan sosial yang positif. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yang bersifat empiris. Teknik pengumpulan data mencakup observasi, wawancara, dokumentasi, dan angket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembiasaan shalat Dhuha secara rutin memberikan dampak positif terhadap perkembangan emosional anak. Peserta didik menunjukkan peningkatan dalam aspek empati, disiplin, tanggung jawab, dan ketenangan emosi setelah mengikuti kegiatan shalat Dhuha. Aktivitas ini juga menciptakan suasana spiritual yang menenangkan, sehingga anak-anak lebih mampu mengendalikan emosi negatif dan berinteraksi secara positif dengan lingkungan sekitarnya. Penelitian ini menyimpulkan bahwa shalat Dhuha dapat menjadi salah satu strategi pendidikan karakter berbasis nilai-nilai Islam yang efektif diterapkan sejak usia dini.

**Kata kunci:** shalat Dhuha, kecerdasan emosional, anak usia dini, pendidikan karakter, PAUD Islam

## **Pendahuluan**

Pendidikan di usia dini merupakan fondasi penting dalam pembentukan karakter dan kepribadian anak. Masa kanak-kanak adalah periode emas (golden age) yang sangat menentukan perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional seorang anak. Oleh karena itu, pendidikan anak usia dini (PAUD) tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga harus memberikan perhatian khusus pada pengembangan kecerdasan emosional. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengembangkan kecerdasan emosional adalah melalui pendidikan agama, khususnya melalui penerapan praktik ibadah seperti shalat dhuha.

Kecerdasan emosional (emotional quotient/EQ) merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi dirinya sendiri serta mampu membina hubungan yang harmonis dengan orang lain. Anak-anak yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan diri, bersikap empatik, serta memiliki motivasi dan rasa tanggung jawab yang tinggi. Kecerdasan emosional inilah yang kelak akan menjadi pondasi penting bagi keberhasilan akademik maupun kehidupan sosial mereka. Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa keberhasilan seseorang dalam kehidupan tidak hanya ditentukan oleh kecerdasan intelektual (IQ), tetapi juga oleh kemampuan dalam mengelola emosi.

Di TK Swasta Islam Terpadu Azzahra Islamic School, pendidikan agama Islam menjadi salah satu mata pelajaran yang menempati posisi penting. Hal ini sejalan dengan tujuan pendidikan agama Islam secara umum, yaitu untuk meningkatkan keimanan, pemahaman, penghayatan, dan pengamalan peserta didik terhadap nilai-nilai ajaran Islam. Dengan demikian, diharapkan peserta didik tumbuh menjadi pribadi muslim yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga beriman, bertakwa, dan berakhlak mulia.

Salah satu praktik ibadah yang menjadi bagian dari pembiasaan keagamaan di TK Swasta Islam Terpadu Azzahra Islamic School adalah shalat dhuha. Shalat dhuha adalah shalat sunnah yang dikerjakan pada waktu pagi hari, antara matahari terbit hingga menjelang waktu dzuhur. Dalam konteks pendidikan Islam, shalat dhuha bukan hanya dilihat sebagai ibadah ritual, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter dan pengembangan spiritual peserta didik. Melalui kegiatan shalat dhuha yang dilakukan secara rutin dan terpol, anak-anak dilatih untuk disiplin, fokus, serta mendapatkan ketenangan batin.

Shalat dhuha diyakini memiliki pengaruh terhadap pengendalian diri dan ketentraman hati, yang pada gilirannya dapat berdampak pada peningkatan kecerdasan emosional. Ketika peserta didik terbiasa melakukan shalat dhuha, mereka tidak hanya belajar tentang tata cara ibadah, tetapi juga mendapatkan pengalaman spiritual yang menenangkan jiwa. Perasaan tenang dan damai setelah melaksanakan shalat dapat membantu mereka mengelola emosi negatif seperti marah, gelisah, dan kecewa. Anak-anak yang tenang secara emosional akan lebih mudah berinteraksi dengan teman-

temannya, mampu bekerja sama, serta menunjukkan perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari.

Namun demikian, dalam praktiknya, masih terdapat keterbatasan dalam pemahaman dan penelitian empiris mengenai sejauh mana pengaruh shalat dhuha terhadap peningkatan kecerdasan emosional anak usia dini, khususnya di lingkungan TK Islam. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian yang lebih mendalam dan sistematis untuk mengetahui apakah pembiasaan shalat dhuha dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan kecerdasan emosional peserta didik.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merasa penting untuk mengkaji secara ilmiah “Dampak Shalat Dhuha dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik di TK Swasta Islam Terpadu Azzahra Islamic School”, dengan harapan hasil penelitian ini dapat menjadi kontribusi nyata dalam pengembangan model pembelajaran berbasis nilai-nilai Islam yang tidak hanya mencerdaskan secara intelektual, tetapi juga membentuk pribadi yang matang secara emosional.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena data yang dikumpulkan lebih menekankan pada interpretasi terhadap fenomena yang ditemukan di lapangan. Pendekatan kualitatif merupakan strategi inkuiri yang berfokus pada pencarian makna, pengertian, konsep, karakteristik, gejala, simbol, maupun deskripsi suatu peristiwa. Ciri khas dari pendekatan ini adalah bersifat alami, holistik, mengutamakan kualitas daripada kuantitas, menggunakan beragam metode pengumpulan data, serta hasil akhirnya disajikan secara naratif. Secara praktis, penelitian ini bertujuan untuk menemukan jawaban atas suatu pertanyaan mengenai fenomena tertentu melalui prosedur ilmiah yang sistematis dengan pendekatan kualitatif.

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) empiris. Dalam konteks ini, PTK dilaksanakan dengan merancang, mencatat pelaksanaan, dan mengevaluasi proses tindakan yang terjadi di dalam kelas, namun oleh peneliti yang berada di luar kelas. Oleh karena itu, pelaksanaan penelitian ini memerlukan kolaborasi antara peneliti dengan guru yang secara langsung terlibat dalam kegiatan pembelajaran dan tindakan di kelas.

Penelitian ini dilaksanakan selama satu bulan, dimulai sejak tanggal dikeluarkannya surat izin penelitian. Waktu pelaksanaan penelitian dibagi menjadi dua tahap, yaitu dua minggu pertama difokuskan untuk proses pengumpulan data di lapangan, dan dua minggu berikutnya digunakan untuk pengolahan data, penulisan laporan hasil penelitian, serta proses bimbingan penyusunan skripsi. Adapun lokasi penelitian ini adalah TK Swasta Islam Terpadu Azzahra Islamic School yang terletak di Kecamatan Badar, Kabupaten Aceh Tenggara.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik TK Swasta Islam Terpadu Azzahra Islamic School yang berjumlah 30 orang. Dari jumlah tersebut, diambil sampel

sebanyak 22 peserta didik. Pemilihan sampel dilakukan berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Sejalan dengan pendapat Sugiyono (2011:81), sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, sehingga hasil penelitian yang diperoleh dapat mewakili populasi yang dituju.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas dua jenis, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui interaksi langsung antara peneliti dengan peserta didik serta guru wali kelas, khususnya berkaitan dengan dampak pelaksanaan shalat Dhuha terhadap kecerdasan emosional peserta didik. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari berbagai dokumen dan sumber tertulis seperti buku, jurnal, laporan sekolah, data sekolah, serta informasi dari internet yang mendukung analisis data primer.

Untuk memperoleh data yang dibutuhkan, digunakan beberapa teknik pengumpulan data. Pertama, observasi dilakukan secara langsung terhadap pelaksanaan shalat Dhuha berjamaah serta perilaku peserta didik di kelas, dengan pendekatan observasi partisipatif. Kedua, teknik wawancara digunakan dalam bentuk wawancara bebas terpimpin, di mana peneliti memiliki pedoman umum namun tetap fleksibel dalam mengikuti alur pembicaraan. Wawancara dilakukan kepada guru dan peserta didik untuk memperoleh informasi terkait pelaksanaan dan dampak dari shalat Dhuha. Ketiga, dokumentasi dilakukan dengan mengumpulkan berbagai dokumen penting seperti RPPH, data sekolah, struktur organisasi, foto kegiatan, serta sarana dan prasarana yang berhubungan dengan pelaksanaan shalat Dhuha. Terakhir, angket atau kuesioner diberikan kepada peserta didik untuk mengetahui persepsi mereka mengenai shalat Dhuha dan kaitannya dengan kecerdasan emosional.

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahap utama. Tahap pertama adalah reduksi data, yakni proses menyaring dan memilih data yang dianggap penting serta relevan dengan fokus penelitian. Tahap kedua adalah penyajian data dalam bentuk naratif, tabel, maupun diagram agar hubungan antar data dapat dilihat dengan jelas. Tahap ketiga adalah penarikan kesimpulan yang dilakukan secara sistematis berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan sebelumnya.

Untuk menjamin keabsahan data, peneliti melakukan berbagai langkah seperti meningkatkan kredibilitas melalui perpanjangan pengamatan, ketekunan, triangulasi, diskusi dengan rekan sejawat, serta member check kepada responden. Triangulasi digunakan dengan menggabungkan berbagai sumber data, seperti guru, siswa, dan dokumen, guna menguji konsistensi informasi yang diperoleh. Selain itu, perpanjangan pengamatan dilakukan dengan cara peneliti kembali ke lapangan untuk memperkuat hubungan dan kepercayaan antara peneliti dengan sumber data, sehingga keabsahan hasil penelitian dapat lebih terjamin.

## **Hasil dan Diskusi**

Pelaksanaan shalat Dhuha di TK Swasta Islam Terpadu Azzahra Islamic School dilakukan sebagai bagian dari upaya untuk meningkatkan kecerdasan emosional (EQ) peserta didik. Fokus utama dari penelitian ini adalah mengkaji bagaimana pelaksanaan ibadah tersebut dapat membentuk aspek-aspek emosional penting dalam diri siswa, yang meliputi empati, disiplin, kepedulian, tanggung jawab, serta ketenangan hati.

Kegiatan diawali dengan penetapan fokus dan observasi awal terhadap kebiasaan shalat Dhuha yang telah berlangsung di sekolah. Peneliti menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran Harian (RPPH) yang dirancang dengan pendekatan aktif dan kolaboratif. Dalam proses pembelajaran ini, peserta didik tidak hanya diajarkan mengenai tata cara pelaksanaan shalat Dhuha, tetapi juga diajak untuk memahami nilai dan hikmah yang terkandung di dalamnya. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan praktik shalat Dhuha secara berjamaah yang dipandu langsung oleh guru.

Setelah melaksanakan shalat, siswa diajak berdiskusi dan merefleksikan pengalaman mereka, baik dari sisi spiritual maupun emosional. Diskusi ini menjadi sarana penting untuk menggali lebih dalam perasaan siswa serta efek psikologis yang mereka rasakan. Hal ini bertujuan agar peserta didik tidak hanya memahami shalat sebagai kewajiban, tetapi juga sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah SWT yang berdampak pada pembentukan karakter dan pengelolaan emosi.

Dalam rangka memperoleh data yang lebih konkret, peneliti menyebarkan kuesioner kepada 31 siswa. Kuesioner tersebut memuat sejumlah pertanyaan terkait perasaan dan perubahan sikap siswa setelah rutin mengikuti kegiatan shalat Dhuha. Hasil dari pengisian kuesioner menunjukkan bahwa mayoritas siswa merasakan dampak positif dari kegiatan ini. Pada pertanyaan pertama, sebanyak 17 siswa menjawab "Iya", 2 siswa menjawab "Tidak", dan 3 siswa menjawab "Tidak tahu". Pertanyaan kedua dijawab "Iya" oleh 16 siswa, "Tidak" oleh 2 siswa, dan "Tidak tahu" oleh 4 siswa. Pada pertanyaan ketiga, sebanyak 15 siswa menjawab "Iya", 1 siswa "Tidak", dan 6 siswa "Tidak tahu". Sementara pada pertanyaan keempat, 19 siswa memberikan jawaban "Iya", 1 siswa menjawab "Tidak", dan 2 siswa "Tidak tahu". Adapun untuk pertanyaan lanjutan nomor 5 hingga 8, seluruh siswa kompak menjawab "Iya".

Setelah mendapatkan hasil kuesioner, peneliti melakukan interpretasi data melalui diskusi balikan bersama para siswa. Dalam sesi ini, peneliti mengajak siswa untuk melakukan tanya jawab secara terbuka guna menggali lebih jauh efek emosional dari pelaksanaan shalat Dhuha. Dari hasil diskusi ini ditemukan bahwa siswa merasa lebih tenang, lebih tertib dalam menjalani aktivitas sehari-hari, serta lebih peduli terhadap teman dan lingkungan sekitar. Shalat Dhuha menjadi salah satu bentuk latihan spiritual yang secara perlahan membentuk kepribadian dan pengelolaan emosi yang lebih baik pada diri siswa.

Penelitian mengenai pelaksanaan shalat Dhuha dan pengaruhnya terhadap kecerdasan emosional siswa ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kualitatif yang dibagi ke dalam beberapa tahapan utama. Pada tahap pra-lapangan, peneliti memulai kegiatan dengan menyusun rancangan penelitian yang mencakup tujuan, metode, serta pendekatan yang digunakan. Peneliti juga melakukan peninjauan lokasi di TK Swasta Islam Terpadu Azzahra Islamic School dan memilih informan yang relevan, seperti guru dan siswa yang terlibat dalam kegiatan shalat Dhuha. Seluruh persiapan dilakukan dengan memperhatikan etika penelitian, termasuk dalam hal komunikasi dengan subjek dan pengumpulan data.

Selanjutnya, pada tahap persiapan, peneliti menyusun proposal penelitian dan perangkat pembelajaran yang diperlukan, khususnya RPPH sebagai panduan pelaksanaan kegiatan shalat Dhuha. RPPH tersebut disusun agar sesuai dengan pendekatan pembelajaran yang menyenangkan dan bernuansa Islami, serta dapat mendorong keterlibatan aktif siswa dalam memahami makna ibadah secara lebih mendalam.

Tahap pekerjaan lapangan menjadi bagian penting dalam penelitian ini, di mana peneliti secara langsung melakukan observasi terhadap pelaksanaan shalat Dhuha di kelas. Selain itu, peneliti juga menyebarkan kuesioner kepada siswa, melakukan wawancara mendalam, serta mendokumentasikan seluruh proses kegiatan. Hasil dari pengamatan dan wawancara menunjukkan adanya peningkatan pada aspek-aspek kecerdasan emosional siswa, terutama dalam hal empati terhadap teman, rasa tanggung jawab terhadap tugas, kedisiplinan dalam mengikuti kegiatan, serta ketenangan jiwa saat menghadapi situasi di sekolah.

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan shalat Dhuha secara konsisten di sekolah dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam menumbuhkan dan memperkuat kecerdasan emosional siswa sejak usia dini. Shalat Dhuha tidak hanya menjadi kegiatan ibadah, tetapi juga menjadi sarana pembentukan karakter yang melibatkan perasaan, sikap, dan kesadaran spiritual yang mendalam. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berkontribusi positif terhadap tumbuh kembang emosional anak dalam konteks pendidikan Islam terpadu.

### **Kesimpulan**

Pelaksanaan shalat dhuha di sekolah ini bersifat wajib dan dilakukan setiap hari aktif sekolah pada pukul 08.00 WIB sebelum dimulainya pembelajaran. Kegiatan ini menggunakan teknik pembiasaan, di mana peserta didik secara konsisten diarahkan untuk melaksanakan shalat dhuha sehingga membentuk kebiasaan spiritual yang berdampak pada perilaku dan karakter emosional mereka. Pemantauan pelaksanaan shalat dhuha dilakukan oleh guru secara bergilir, dan peserta didik diberi tanggung jawab sebagai imam secara bergantian, yang turut melatih kepemimpinan dan kepercayaan diri.

Dari hasil angket yang disebarkan kepada peserta didik, diketahui bahwa: 77% peserta didik menunjukkan tingkat kepedulian yang tinggi terhadap orang lain, 72% memiliki sikap

disiplin, 72% menunjukkan tanggung jawab yang baik, dan 100% peserta didik merasakan ketenangan hati dan mampu menunjukkan empati terhadap sesama. Dengan demikian, shalat dhuha terbukti tidak hanya sebagai bentuk ibadah ritual, tetapi juga berperan penting dalam pembentukan karakter dan peningkatan kecerdasan emosional peserta didik. Kebiasaan spiritual ini mendukung terciptanya suasana belajar yang lebih tenang, terarah, dan berakhlak mulia.

### **Daftar Pustaka**

- Al Mahfani, M. K. (2007). *Berkah shalat dhuha*. Wahyu Media.
- Al-Jaziri, A. (2010). *Kitab shalat fiqih empat madzhab*. Mizan.
- An-Nahlawi, A. (1995). *Pendidikan Islam di rumah, sekolah, dan masyarakat* (Shihabuddin, Penerj.). Gema Insani Press.
- An-Nawawi, A. Z. S. (n.d.). *Kitabul Majmu' Syarh Al-Muhadzdzab* (Jilid III). Maktabatul Irsyad.
- Anwasa, S. (2010). *Pengantar psikologi intelegensi*. Pustaka Pelajar.
- Ashari Abta, dkk. (2013). *Berjuta berkah tahajjud, dhuha & sedekah* (Cet. I). Semesta Hikmah.
- Budiman, J. (2014). *Psikologi praktis remaja*. Liris.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI. (1990). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Balai Pustaka.
- Dewangga, N., & Payuni, A. E. A. (2013). *The miracle of shalat tahajjud, subuh & dhuha* (Cet. I). Al Maghfiroh.
- Faraouk, M., & Djaali. (2003). *Metodologi penelitian sosial*. Restu Agung.
- Fathoni, A. (2011). *Metodologi penelitian dan teknik penyusunan skripsi*. Rineka Cipta.
- Goleman, D. (2006). *Kecerdasan emosional*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Mansur, Y. (2008). *Dahsyatnya sholat sunnah dhuha*. PT Karya Kita.
- Narbuko, C., & Ahmad, A. (2004). *Metodologi penelitian* (Cet. VI). Bumi Aksara.
- Prawira, P. A. (2016). *Psikologi pendidikan dalam perspektif*. Ar-Ruzz Media.
- Safaria, T. (2012). *Manajemen emosi*. PT Bumi Aksara.
- Sudjana, N. (2009). *Penelitian dan penilaian pendidikan*. Sinar Baru.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian pendidikan*. Alfabeta.
- Syamsul Yusuf, & Nurisyah, J. (2005). *Landasan bimbingan dan konseling*. Remaja Rosda Karya.

- Syaukani, M. A. (1994). *Nail Al-Azhar: Syarh Muntaqa Al-Akbar min Ahadits Sayyid Al-Akhyar* (Terj.). CV Asy Syifa'.
- Times Indonesia. (2023, Januari 20). *Kecerdasan emosional dalam perspektif pendidikan Islam*. <https://timesindonesia.co.id/kopi-times/376572/kecerdasan-emosional-dalam-perspektif-pendidikan-islam>
- Widodo. (2005). *Kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Yazid, A. F. (2014). *Lautan mukjizat shalat dhuha* (Cet. I). Taujih.
- Yusuf, A. M. (2016). *Metode penelitian* (Cet. III). Prenada Media Group.