

Relasi Akal dan Kecerdasaan Emosional dalam Menghadapi Pandemi Covid-19

Tsindi Syifa Fathurrahmah*, Hasan Mud'is**

UIN Sunan Gunung Djati Bandung

e-mail: Syifatsindi30@gmail.com*, hasanmudis@uinsgd.ac.id**

Abstrack

In the current situation of the Covid-19 pandemic, many people are unable to balance their emotions and their minds due to the pandemic which has resulted in a system of working from home, studying from home and also other social restrictions that have an impact on physical and mental health. psychological conditions such as depression, stress, depression and so on. The research method used is descriptive quantitative method by distributing questionnaires through google form. Then the purpose of the research is to find out whether you can balance reason and emotional intelligence in the midst of the covid-19 pandemic. And the results of research on 23 people consisting of 26.1% men and 73.9% women can be concluded that of these 23 people can balance the relationship between reason and emotional intelligence in several fields.

Keyword : *Sense, Emotional Intelligence , Pandemic*

Abstrak

Dalam situasi pandemi covid – 19 yang sedang meraja , banyak orang – orang yang tidak dapat menyeimbangkan antara emosional dan akal nya diakibatkan dengan adanya pandemi yang mengakibatkan adanya sitem bekerja dari rumah, belajar dari rumah dan juga pembatasan – pembatasan sosial lainnya sehingga berdampak terhadap fisik dan psikisnya seperti tertekan, stress, depresi dan lain sebagainya. Adapun metode penelitian yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan penyebaran angket melalui google form. Kemudian tujuan Penelitian untuk mengetahui apakah dapat menyeimbangkan antara akal dan kecerdasan emosional ditengah pandemi covid – 19 . Dan hasildari penelitian kepada 23 orang yang terdiri dari 26,1% laki – laki dan 73,9% perempuan dapat di simpulkan bahwasanya dari 23 orang tersebut dapat menyeimbangkan relasi akal dan kecerdasan emosional dalam beberapa bidang.

Kata kunci : Akal , Kecerdasaan Emosional , Pandemi

PENDAHULUAN

Pandemi yang meraja ini kebanyakan orang – orang yang tak bisa menyeimbangkan antara akal dan kecedasan emosionalnya yang mana tidak sedikit yang mengakibatkan depresi stress dari berbagai faktor diantaranya dari masalah di keluarga , masalah perekonomian , sekolah ,dan lingkungan , bahkan tingkat sensitif dan emosional seringkali meningkat

Dengan begitu, jika relasi akal dan kecerdasan emosional ini dapat seimbang maka dalam menghadapi setiap ujian , setiap permasalahan contohnya seperti pandemi yang saat ini belum berakhir maka dapat menyikapinya dengan baik dan tenang sehingga jiwa dan raga pun akan sehat karena terhindar dari pemikiran – pemikiran yang negatif.

Kata akal itu sendiri yang dasarnya dari bahasa arab yaitu (‘aqlun) yang artinya akal, fikiran. Adapun didalam bahasa Indonesia, akal memiliki makna alat untuk berfikir, daya untuk pikir (untuk mengerti, pikiran ingatan) (Poerwadarminta, 2007). Sedangkan makna untuk Kecerdasan emosional ialah kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan menahan frustrasi; mengendalikan impuls dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hati dan menjaga agar stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir; berempati dan berdoa.

Terdapat penelitian yang mana dilakukan oleh Sri, Supriadi, dan Herni pada (September, 2020) tentang dampak kecerdasan emosional dan spritual pada kinerja karyawan, dan nhasil yang didapat bahwasanya kecerdasan emosional mempunyai dampak yang signifikan kepada hasil kerja karyawan ialah dapat mengenali

dan mengatur emosinya dan dapat memberikan motivasi pada dirinya. Adapun bedanya dengan penelitian ini ialah relasi antara akal dan kecerdasan emosional di tangan pandemi.

Lalu pada penelitian yang telah dilaksanakan oleh Endang, dan Reza (2017) tentang dampak relasi antara kecerdasan emosional dengan intensi agresi pada siswa, dari penelitian ini didapatkan hasil bahwasanya semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional dengan itu semakin rendah juga intensi agresi yang ada pada siswa, serta apabila semakin rendah kecerdasan emosional maka semakin tinggi intensi agresi pada siswa. Adapun terdapat perbedaan dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah pada variabel relasi serta kondisi.

Selanjutnya penelitian yang telah dilaksanakan oleh Ridwan Saptoto (2010) mengenai relasi antara kecerdasan emosional dengan kemampuan coping adaptif yang mana terdapat hasil setelah dilakukan uji hipotesis bahwasanya terdapat relasi yang positif sehingga peningkatnya semakin tinggi kecerdasan emosionalnya maka semakin tinggi untuk coping adaptif begitupun sebaliknya.

Kemudian mengenai emosi yang jika secara luas dapat menyebabkan adanya kerusakan serta kerugian akibat adanya pelampiasan tanpa didasari dengan pertimbangan, akan tetapi jika ditumpuk maka akan meledak dan tak terkendali yang mengakibatkan stres kesedihan dengan itu adanya kecerdasan yang tinggi dapat membantu dalam coping adaptif yang memiliki tingkatan tinggi juga (Suptoti, 2010). Sama halnya dengan penelitian yang akan dilakukan mengenai relasi akal dan

kecerdasan emosional dalam menghadapi pandemi – 19 yang memiliki dampak terhadap mental seseorang salah satunya emosi yang menggebu, emosi yang ditumpuk, sehingga menghasilkan perasaan sedih, stress dan kecemasan.

Maka dari itu, keterkaitan antara akal dan kecerdasan emosional sangatlah penting, dengan dilakukannya penelitian ini dengan penyebaran angket melalui google form dan kajian pustaka untuk mengetahui bagaimana pengaruh dari relasi akal kecerdasan emosional dan memberi pemahaman kepada khalayak.

Berkenaan dengan permasalahan diatas jurnal ini akan membahas relasi akal dan kecerdasan emosional di tengah pandemi.

PEMBAHASAN DAN HASIL

Ruang Lingkup Akal

Di Dalam tubuh setiap insan, mempunyai satu kemampuan yang dinyatakan dengan beerbagai macam bahasa, diantaranya ada ratio dari bahasa Latin, reason dari bahasa peranci dan inggris, lalu nous dari bahasa Yunani, verstand dari bahasa neterland, Setelh itu ada vernunft dari bahasa Jerman, dan kemudian al-‘aql dari bahasa Arab, buddhi dari bahasa Sang sekerta (Anshari, 2004). Kemudian tentang pengertian “akal”, tidak ada kejelasan sejak kapan menjadi salah kata yang terdapat didalam bahasa Indonesia. Yang mana pastinya, kata ini ditarik dari bahasa Arab, ialah aqala-ya’qilu- ‘aqlan serta telah dipakai oleh bangsa Arab sebelum tibanya agama Islam, yang mana kecerdasan praktis atau practical intelligence yang diberikan individu didalam situasi yang tidak stabil (Pasiak, 2002).

Adapun Menurut bahasa, kata “akal” ini terdapat dari bahasa Arab yaitu al-‘aql

yang maknanya rabth ialah ikatan, tambatan, ‘uqul ialah akal pikiran, fahm ialah paham, mengerti, qalb ialah hati, al-hijr ialah menahan, an-nahy ialah melarang, dan al-man’u ialah mencegah. disamping itu Akal juga bisa berarti cahaya ketuhanan yang mana memiliki arti rohani yang mampu memahami sesuatu yang tidak mampu dipahamai oleh panca indra (Louis Ma’luf, 1986).

Adapun dari pendapat Harun Nasution, kata ‘aqala memiliki makna berfikir, memahami serta mengetahui Dengan dampak dari masuknya filsafat Yunani kedalam filsafat Islam. Sedangkan pendapat dari Toshihiko Izutsu, kata A-‘aql mempunyai makna yang sama dengan menurut Nous, ialah kekuatan untuk Memiliki daya pikir yang ada dalam jiwa setiap individu (Izutsu, 1997).

Akan tetapi, pada arti akal sering dicampurkan dengan tema “otak”. walaupun dua kata ini menunjukkan adanya kesamaan, namun juga memiliki perbedaan yang cupu mendasar. Seperti pada makna otak contohnya, yang mana merujuk kepada materi (jaringan syaraf yang sangat lembut) yang terdapat dalam tempurung kepala. selain dimiliki oleh manusia, otak juga dapat dimiliki oleh hewan (Syafi’i, 2000). Sebab dari itu, dapat saja setiap individu berotak akan tetapi tidak berakal, seperti orang yang berada dalam gangguan jiwa.

Selain itu terdapat pengertian lain teantang Akal, menurut Endang Saifuddin Anshari, yang menyebutkan bahwasanya akal ialah keahlian yang ada dalam jiwa setiap individu yang memiliki kemampuan sebagai pemahaman sedikit secara teori realitas kosmik yang melingkupinya (Anshari, 2004), disamping itu terdapat pendapat dari Musa Asy’ari memberikan pandanganya yang mana

mengartikan bahwa pikiran sebagai kekuatan spiritual untuk memahami kebenaran yang tak terbantahkan dan kebenaran relatif (Asy'arie, 1992).

Dari pengertian di atas yang telah dipaparkan dapat diambil kesimpulan bahwasanya Yang dimaksud dengan daya pikir (akal) merupakan suatu keahlian atau energi yang terkandung dalam jiwa setiap individu yang berfungsi untuk alat memahami semua hal , baik itu yang bersifat ketuhanan, kosmologis bahkan etis, dan yang secara cepat dapat mengubah dan memahami sesuatu. yang juga dapat memberikan pengaruh.

Akal dalam Ruang Lingkup Al Qur'an

Tak terdapat harta yang berharga yang dimiliki oleh setiap individu selain daya pikir atau akal . daya pikir atau Akal yang dapat mendorong atau mendukung manusia untuk menghaikan karya agung yang berbentuk budaya serta sejarah. Sebab disamping itu daya pikir atau akal budi setiap individu dapat survive di dunia. Tanpa adanya daya pikir (akal) dan keahlian berpikir manusia, yang mana sukar bagi setiap individu dapat beradaptasi dengan lingkungan ataupun membuat alat instrumen benda yang manusia itu sendiri bisa gunakan. Didalam makna 'ilmu Mantıq atau ilmu logika pada manusia itu ialah binatang yang memiliki daya untuk berpikir, dengan bahasa lain yang menjadi ciri unik serta dapat menjadi pembeda antara manusia dengan makhluk lainnya. yaitu terdapat pada keahliannya dalam daya untuk berpikir dan mengurus serta mengaplikasikan daya pikirnya. Hal ini sangatlah luar biao jika direnungkan,bahwasanya segala macam baik itu budaya, tradisi, peralatan teknologi, bahkan sampai kepada sistem sosial adalah

hasil dari sebuah proses berpikirnya setiap individu.

Adapun Kata akal atau disebut dengan daya pikir ini bersumber dari bahasa Arab yaitu al-‘aql. Sebagaimana yang telah dikemukakan oleh Harun Nasution memberikan penjelasan bahwa kata akal atau daya pikir ini mengandung beberapa makna dalam bahasa arab. Yaitu Akal dapat berarti menahan ialah menahan hawa nafsu setiap jiwa, disamping itu daya pikir atau akal juga memiliki makna Al – Nuha (kebijaksanaan)

Muhammad Abduh sendiri pun memberikan pendapatnya yang mana akal merupakan perwujudan hidyah serta karunia yang telah Allah berikan keada setian insan (Rukmana, 2017). Disamping itu didalam Al-Qur'an terdapat beberapa kata yang membahas mengenai akal,sebagai berikut :

“Seburuk-buruk binatang pada Allah adalah yang tuli, bisu, dan tidak mempergunakan Akal (Ya‘qilun)” (QS. al-Anfāl: 22)

“Musa berbicara: "Tuhan yang menguasai timur dan barat dan apa yang ada di antara keduanya: (Itulah Tuhanmu) jika kamu mempergunakan akal(Ta‘qilun)" (QS. al-Syu‘arā: 28)

“Makanlah dan gembalakanlah binatang-binatang. Sesungguhnya pada yang demikian itu, terdapat tanda-tanda kekuasaan Allah bagi orang-orang yang berakal (ūlin Nuhā)”. (QS. Tāhā: 54)

“Allah menyediakan bagi mereka azab yang keras, maka bertakwalah kepada Allah hai orang-orang yang mempunyai akal (Ulil al-Bāb; (yaitu) orang orang yang beriman. Sesungguhnya Allah telah menurunkan peringatan kepadamu”. (QS. al- Ṭalāq: 10)

Dari 4 ayat diatas, terdapat hal penting yaitu, bahwasanyadi didalam Al-

Qur'an daya pikir (akal) memiliki implikasi yang baik, yaitu dapat berfungsi supaya tolak ukur serta neraca antara kesalahan serta kebenaran.

Termasuk didalam Surah Al-Anfāl ayat ke 22, Allah malah menyamaratakan orang yang tidak mengaplikasikan daya pikirnya dengan hewan. Al-Qur'an memberikan gambaran tentang fungsi dari daya pikir dengan begitu terang juga memberikan penegasan bahwasanya manusia yang mencapai pada ulil al-bāb ialah manusia yang bertakwa serta mempunyai kesadaran yang sempurna sehingga dengan begitu ia dapat percaya pada Tuhannya. Adapun Dalam kebiasaan falsafat, atau teologi atau kalam dan kepercayaan mistis Islam, tempat akal tidak terdapat di otak ataupun kepala seperti yang diperkrakan kebanyakan orang saat ini.

Kemudian pada daya pikir atau akal tradisi islam yang mana ialah sebagai dari ruhani setiap individu yang letak posisinya berada pada jantung atau hati berpusat pada dada. Diamping itu dalam pandangan islam terkhusus filafat antara akal dan jiwa memiliki kedekatan (Nasution, 2011).

Makna Akal Menurut Para Ahli dan Fungsinya

Dari cakupan ayat-ayat yang menggunakan kata `aql dapat maknai bahwasanya antara lain mencakup arti dari beberapa makna sserta fungsinya , diantaranya :

Pertama , kekuatan untuk mengartikan dan memberikan gambaran pada sesuatu (Shihab, 2005) sebagaimana firman- NYA yang artinya: Demikian Itulah Perumpamaan Perumpamaan yang Kami berikan kepada manusia, tetapi tidak ada yang memahaminya

kecuali orang-orang yang alim (berpengetahuan). (Q. S : al-`Ankabut :43).

Kedua , Bermakna dukungan moril (Shihab, 2005) sebagaimana ayat-NYA yang artinya : ... dan janganlah kamu mendekati perbuatan-perbuatan keji, baik yang nampak atau tersembunyi dan jangan kamu membunuh jiwa yang telah diharamkan Allah kecuali dengan sebab yang benar Demikian itu diwasiatkan Tuhan kepadamu semoga kamu memiliki dorongan moral untuk meninggalkannya. (Q. S. al-An'am: 151).

Ketiga, kemampuan menarik pelajaran, kesimpulan, dan kebijaksanaan. Kata rusyd biasanya digunakan untuk tujuan ini. Kekuatan ini menggabungkan dua kekuatan di atas dan mencakup kekuatan pemahaman, kekuatan analisis dan penalaran, dan dorongan moral dengan kedewasaan berpikir..

Individu yang yang memiliki dukungan morill, Mereka mungkin tidak memiliki pikiran yang kuat, atau mereka mungkin memiliki pikiran yang kuat dan tidak memiliki dorongan moral, tetapi mereka yang memiliki Rusyd memiliki kombinasi dari dua sifat.

Adapun terdapat pendapatnya Ibnu Rusyd, bahwasanya daya pikir atau akal dapat dibagi dalam tiga poin yaitu

1. Akal demonstratif (burhani) yang mana mempunyai keahlian dalam mendalami firman – firman Allah swt yang dapat mempercayai serta tepat, dapat melahirkan hal-hal yang singkat dan jelas serta dapat melahirkan falsafi.
2. Ialah daya pikir logika (mantiq) yang hanya sekedar bisa memahami fakta-fakta yang bersifat argumen.
3. Dan yaitu daya pikir retorik atau diebut dengan khithabiy yang mana akan mendapatkan hal-hal yang bersifat nasehat,

sebab bukan dipreparekan untuk mendapatkan pemahaman peraturan terhadap pola pikir yang sistematis.(Poerwantana, 1994)

Selain itu terdapat pandangan dari Al-Kindi, yang mana daya pikir atau akal memiliki fungsi untuk kekuatan berpikir seseorang yang dapat dikelompokkan dalam dua bagian, yaitu :

1. Akal praktis juga akal teoritis. Daya pikir atau akal yang praktis ialah daya pikir yang menerima makna – makna yang berasal dari materi.
2. Adapun Akal praktis memokuskan diri pada alam materi, sedangkan akal teoritis sebaliknya bersifat metafisika, menyalurkan perhatian pada alam immaterial (Zar, 2004)

Sama halnya dengan pandangan yang telah dipaparkan diatas, seperti Ruhullah Syams yang membedakan akal yaitu sebagai berikut:

- a. Pertama Akal insting, merupakan daya pikir atau akal seorang individu yang pada mula ciptaanyayang masih memiliki sifat atau potensi dalam berpikir atau memberikan endapat.
- b. Kedua Akal Teoritis, ialah akal yang mana mempunyai keahlian supaya dapat tahu segala hal baik itu yang ada maupun tidak (bersifat ontologis).
- c. Ketiga daya pikir atay akal yang praktis, ialah keahlian yang terapat pada jiwa individu didalam sebuah tindakan berbuat baikserta beradal sesuai dengan keilmuan yang dimiliki dan didapat.

Adapun peluang akal yang dipergunakan sebagai alat suapaya da[at berpikir memiliki fungsi tepat yang mana terletak didalam berbagai bidang diantaranya : (Marimba, 1980)

- a. Kumpulan ilmu pengetahuan atau disebut dengan collecting the knowledge.

b. Pemecahan berbagai permasalahan yang kita temui atau problem solving.

c. Pencarian solusi yang paling tepat dalam mencapai apa yang kita tuju (looking for the way).

Pandangan Mengenai Akal Menurut Para Ahli Akal Menurut Para Filsuf

Didalam sisi pandangan para filosof, dya pikir atau bukan sekedar alat untuk memperoleh ilmu, tetapi para filosof percaya bahwasanya dayapikir atau akal ialah bentuk metafisik yang mempunyai kekuatan luar biasa dengan itu akal berpotensi untuk mendapatkan kevalidan yang sebenarnya. Para filosof Muslim, terdistrac oleh sisi pandangan Yunani, yaitu Plato dan Plotinus, bahwa sanya daya pikir atau akal bukan saja entitas metafisik yang bersemayam didalam diri setiap individu, akan tetapi terdapat daya pikir atau akal tunggal dan universal yang disebut dengan al-'aql al-kullī yang menggerakkan alam dunia. Alasan yang terdapat pada setiap individu ialah pikiran tertentu atau bagian yang kecil serta mendapatkannya gambaran emanasi dan akal yang luas tersebut.

Selanjutnya terdapat sebuah kelompok filsafat yaitu Kelompok Ismā'īliyyah yang maana merupakan termasuk dalam kelompok rasionalis yang memiliki keyakinan bahwasanya suatu kewajiban manusia beragama tinggi ialah pengetahuan. Lalu pengetahuan tertinggi lainnya hanya bisa diraih oleh imajinasi dari akal umum yang terkontaminasi dalam diri seorang Imam (Lewis & Assasin, 2018).

Adapun didalam ajaran Ismailiyah, yang dikemukakan oleh Mu'ayyad Fid Dīn al-Shīrazī serta dengan muridnya, Nasir Khusraw (Khusraw, 1949), daya pikir atau akal yang universal atau al-'aql kullī yang

berasal dari Allah dan daya pikir atau akal universal juga dapat memiliki relasi dengan Allah tanpa perantara.

Disamping itu Akal dalam pandangan falsafat *Ismā'īliyah*, yaitu diri individu yang memiliki potensi daya pikir serta nafsu. Selain itu Akal atau daya pikir tak hanya sekedar alat ataupun sumber pengetahuan, akan tetapi daya pikir merupakan tuntunan bagi seseorang menuju yang kebenaran dan membimbing setiap individu terhadap kesuksesan. Adapun hawa nafsu seringkali mendorong seseorang agar dapat mengalihkan dari jalan kebaikan. Sejalan dengan itu terdapat pendapat dari Shahbuddin Shah, yang mana beliau ini salah satu filsuf isma' menyerukan supaya manusia senantiasa melaksanakan sebuah renungan falsafat dan konsisten pada jalan keagamaan supaya seseorang tak terjadi kesesatan (Al-Husaini, 1946).

Pemaparan mengenai Akal menurut pandangan Metafisika juga dipaparkan oleh al-Farabi juga Ibn Sina tentang teori emanasi. Didalam sudut pandangan pemahaman dari Al-Farabi dan Ibnu Sina memberikan gambaran bahwasanya Allah Swt dijelaskan sebagai daya pikir atau akal alami serta seluruh alam dunia ini hadir sebab adanya kegiatan berpikirnya Allah Swt (Suprpto, 2017). Lalu saat Allah berpikir mengenai dirinya-NYA ta 'aqqul berfungsi sebagai yang menciptakan, dengan begitu maka terlahirlah daya pikir atau akal yang pertama yaitu Nous, saat akal yang kesatu berpikir mengenai dirinya dan berpikir mengenai Allah, maka timbullah akal kedua. Lalu pada saat daya pikir atau Akal kedua berpikir mengenai dirinya sendiri juga pada daya pikir sebelumnya maka terlahirlah akal ke ketiga, dalam hal ini prosesnya terjadi sampai

pada tahap ke 10, dengan sebab itu daya pikir ke 10 telah menurun serta tidak dekat dengan Allah Swt, dengan begitu terlahirlah teori juga unsur-unsurnya sampailah pada terbentuknya bumi ini (Siraj, 2014).

Ditinjau dari pemaparan semua ini maka para filsuf yang beragama islam memberikan gambaran bahwasanya daya pikir (akal) bukan hanya sebatas alat berpikir dalam diri setiap insan, akan tetapi alat berpikir merupakan suatu hal daya metafisis diluar dari manusia yang mempunyai kekuatan luar biasa (Handayani & Suyadi, 2019). Selain itu daya pikir umum mempunyai relasi dengan daya pikir partikular yang terdapat dan dimiliki oleh setiap individu. Adapun Al-Kindi didalam *Rasa'il*-nya menerangkan antara hubungan akal eksklusif dengan akal umum. yang mana Al-Kindi mengelompokkannya menjadi 4 jenis,

“Akal itu ada empat macam, yang pertama ialah akal aktual abadi, kedua ialah akal yang ada secara potensial, yaitu yang mempunyai jiwa; ketiga ialah akal yang dalam jiwa beralih dari potensial ke aktual; keempat adalah akal yang kita namakan akal sekunder.”

Akal dalam Perspektif Mutakallimun dan Fuqahaa

Terdapat perbedaan dengan pandangan para filsuf yang memposisikan daya pikir atau akal didalam sebuah ruang lingkup ontologis dan mengutamakan superioritas daya pikir atau akal, sedangkan kelompok mutakallimun serta ahli ilmu fiqh tidak terlalu antusias dan bersemangat dalam penyambutannya. Adapun ruang lingkup daya pikir atau akal yang dipaparkan para filsuf, mutakallimun dan para fuqahaa yang merupakan bagian dari kelompok ahl ra'yu

memiliki pandangan bahwasanya daya pikir atau akal bukanlah sebuah fondasi dasar, melainkan hanya petunjuk epistemologi saat mendalami suatu hal kebenaran yang terdapat didalam wahyu serta memperhitungkan antara baik serta buruk kenyataan juga permasalahan yang terdapat didalam masyarakat..

Walaupun semua insan mempunyai daya pikir atau akal, tapi tak semua insan dengan daya pikirnya dapat langsung berijtihad ataupun menalar konsep tentang Allah dengan tepat, melainkan memerlukan pengetahuan serta keilmuan sehingga daya pikir atau akal dapat mengelompokkan keilmuan menjadisuatu inovasi baru, baik itu sebagai produk jenis hukum ataupun sebagai teori dalam sebuah permasalahan dasar agama. Lalu terdapat menemukan kepercayaan kaum teologi yang rasional, ialah kaum Mu'tazilah, tentang keyakinan terhadap daya pikir aktif yang memberikan bantuan inspirasi terhadap akal partikulat yang terdapat didalam ruhani setiap diri pribadi masing - masing.

Akan tetapi kelompok Muktaizilah memiliki keyakinan bahwasanya pada sisi kemampuan, daya pikir setiap individu itu sama serta mempunyai keahlian yang sama. Disamping itu Akal tak ada keterikatan atau kesertaan seperti pada pengakuan kelompok platonik yang memiliki keyakinan setiap keilmuan telah terkumpulan di dalamnya. Disamping itu daya pikir memberikan pendapat mengenai hal disekelilingnya. dengan itu akal merupakan zat yang mempunyai sensitivitas yang tinggi sebagai upaya untuk menilai terhadap suatu fenomena empirisme. Adapun daya pikir atau Akal didalam pendapat para mutakallim mempunyai otoritas sebagai bentuk penolakan (preskriptif) atau penetapan (preskriptif) dan dismissive. Sampai didalam sudut pandang

Muktazilah keahlian akal dapat mengetahui ada dan tiadanya Allah Swt, kewajiban supaya beribadah kepada Tuhan, dan juga dalam memastikan baik maupun buruk (Nasution, 2012).

Selain itu sekelompok ahli fiqh rasional seperti golongan Kufah mempercayai bahwasanya akal sangat diperlukan untuk menjawab masalah-masalah mendesak yang tidak memiliki landasan syariat yang jelas dalam kitabullah. Sehingga akal menjadi tumpuan dalam ijtihad untuk menjawab persoalan-persoalan hukum.

Pengaruh Akal

Terdapat permasalahan yang telah paparkan dari pandangan al-Ghazali tentang daya pikir atau Akal, lalu fungsi daya pikir, juga posisinya nampaklah bahwasanya pengaruh yang dapat dialami lewat adanya akal dalam kehidupan setiap individu yang dapat merefleksikan mengenai kebenaran keilmuan.

Prioritasnya menjelaskan bahwasanya daya pikir atau akal memiliki pengaruh yang besar dalam diri setiap individu bahkan daya pikir atau akal ini dapat memastikan pada tingkat kesempurnaan itu sendiri Adapun Jika ditelaah lebih dalam mengenai hasil serta peran yang dihasilkan dari daya pikir atau akal itu sendiri maka akan terlihat ada dua sisinya yang saling bertolak belakang, yang mana hal tersebut akan membawa kerelatifan arah kehidupan yang ingin dicapai oleh seseorang.

Didalam Produktivitas pemikiran melalui jalur keahliannya yang terbatas akan menghasilkan dua hal yang saling bertolak ialah benar atau salah. Dua hal ini disebutkan dengan kemampuan akal tidak dapat mengerti terhadap apa yang ada dibalik alam semesta,

dampaknya muncul adanya berbagai jenis pendapat terhadap suatu masalah.

Setiap insan dengan daya pikir atau akalnya berikhtiar mencari mengenai kebenaran dengan berdasar pada kenyataan-kenyataan yang didapatkan. Akal manusia bisa menghasilkan banyak keilmuan, dapat mengola dan menuntun dirinya serta lingkungan sekitarnya, adapaun kesuksesan dan keperluan materi duniawi yang didapat oleh setiap individu manusia hanya berdasar pada ke kreativitas kerja daya pikir atau akal yang mana cukup memiliki bakat, bahkan saja pada tingkatan tertentu akal setiap individu memberikan kepercayaan mengenai hal yang terdapat pada jangkuan akal.

Jika daya pikir atau akal bekerja sesuai dengan aturan – aturan agama maka daya pikir atau akal dapat terlihat hubungan yang memiliki kesungguhan dapat dipercaya. Adapun agama berushul pada wahyu menjadi acuan, disamping daya pikir mengusakan untuk mrencari dan mengaplikasikan aturan - aturan tersebut. Daya pikir akan memberikan kemudahan dalam mengaplikasikan segala ajaran agama serta dapat memberikan solusi terbaik dalam mendapat hasil yang maksimal terhadap kehidupan beragama. Dengan begitu daya pikir atau akal akan menerapkan mengenai kebenaran yang religi secara teratur, dapat terukur dan terorganisir didalam kehidupan yang harmonis serta dinamis.

Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional ini terdiri dari dua kata yaitu kecerdasan dan emosi. Adapun dalam pandangan supearman dan jones, bahwasanya terdapat hal konsep lama mengenai kekuatan yang dapat menyempurnakan daya pikir atau akal pada setiap individu serta opini yang abtrak yang

umum, untuk buat sebagai sumber ilmu tunggal yang sejati. Dan emosi adalah persepsi perubahan jasmaniah yang terjadi dalam memberi tanggapan (respons) terhadap suatu peristiwa.

Pendapat lain dikemukakan oleh Reuven Bar-On, sebagaimana dikutip oleh Steven J. Stein dan Howard E. Book, yang mana mereka memaparkan bahwasanya kecerdasan emosional merupakan serangkaian kemampuan, kompetensi, dan kecakapan non kognitif yang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasinya. Lalu Book menjelaskan pendapat Peter Salovey dan John Mayer, yang mana beliau ialah yang menciptakan sebutan untuk kecerdasan emosional, yang memaparkan bahwasanya intelegency emotional ialah kemampuan untuk mengetahui perasaan, dapat mendapatkan serta meningkatkan perasaan dalam tolong menolong pikiran untuk memahami perasaandan artinya, selain itu dapat mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga membantu perkembangan emosi dan intelektual (Uno, 2006). Kemudian terdapat pengertian lain yang memaparkan bahwasanya Kecerdasan emosional merupakan keahlian dalam mengetahui, mengekspresikan dan mengurus emosional, baik itu emosi yang terdapat dalam diri sendiri maupun orang lain miliki dengan tindakan yang membina, dan dapat memasarkan kerjasama sebagai tim yang merujuk pada keproduktifan bukan perseteruan (Mozaik, n.d.).

Sedangkan Menurut Wilding menyebutkan bahwasanya sangatpal penting adanya kecerdasan emosional atau EQ bagi individu karena memiliki fungsi sebagai salah satu solusi bagi mereka untuk menjadi sukses

bersama dengan orang lain (Kartikasari et al., 2012) (Kartikasari dan Syafrudin 2012). Hal ini karena kecerdasan emosional atau EQ memuat "soft skill dengan kualitas tinggi". (Goleman & Daniel, 2009) mencatat bahwa, semakin cerdas emosi seseorang maka orang tersebut dapat dikelompokkan sukses jika komunikasi tersebut dapat menarik, dan dapat dilakukan dengan cara tegas, serta dapat merasa lebih baik, atau nyaman daripada orang lain dalam lingkup pekerjaan.

Sudut Pandang Didalam Kecerdasan Emosional

a. Kesadaran Diri

Merupakan keahlian dalam mengetahui atau memfilter perasaan, mengerti hal yang saat ini dirasakan juga mengapa hal itu dirasakan, dan mengenali faktor timbulnya perasaan itu, serta dampak dari perilaku lingkungan sekitar.

b. Pengaturan Diri

Ialah mengatai emosi dengan cara apapun bahkan dapat berpengaruh positif terhadap pengerjaan tugas, sensitif pada kata hati serta menyanggupi menjeda kenikmatan sebelum terwujudnya sebuah opini maupun kembali sehat dari tekanan emosional

c. Motivasi

Merupakan penggunaan keinginan yang paling dalam agar dapat mendorong dan menuntut kita menuju tujuan, membantu kita dalam mendapatkan inisiatif dan bertindak dengan sangat efektif, serta agar dapat bertahan menghadapi kegagalan bahkan frustrasi.

d. Empati

Empati adalah dapat merasakannya perasaan yang dirasakan oleh orang lain, dapat mengerti pandangan mereka, melahirkan relasi saling percaya dan

mensejajarkan diri dengan berbagai macam manusia.

e. Keterampilan Sosial

Keterampilan Sosial adalah mengatasi emosi dengan baik ketika membangun relasi dengan orang lain dan dengan cermat dalam menganalisa kondisi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, menggunakan kemampuan-kemampuan ini untuk memonitor dan memimpin, serta berdiskusi dan menyelesaikan pertikaian, dan untuk bekerja sama dengan tim.

Unsur - Unsur Kecerdasan Emosional

Daniel Goleman mengelompokkan kecerdasan emosional kedalam 5 unsur, sebagai berikut:

a. Mengenali emosi individu

Mengenali emosi individu ialah dapat mengenali apa yang dirasakan setiap individu pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri (Desmita, 2005).

b. Mengelola Emosi

Mengelola atau mengorganisir emosi merupakan sebuah solusi dalam mengatasi perasaan agar dapat terpecahkan dengan p. keterampilan ini bergantung pada kesadaran diri, dan dalam hal ini terdapat relasi dengan keahlian dalam menghibur diri sendiri, mengatasi kecemasan, kegelisahan serta dampak yang hadir karena suatu kegagalan.

c. Memotivasi diri sendiri

Memotivasi diri sendiri merupakan hal atau keahlian dalam mempolakan, mengorganisir emosi yang mana berfungsi untuk menggapai tujuan hubungan serta memberikan perhatian., adapun dalam prosesnya perlu yang namanya menguasai diri sendiri, karena jika demikian maka akan

produktif juga efektif dalam menghadapi kehidupannya.

d. Mengenali emosi orang lain

Memahami emosi orang lain disebut juga dengan empati, yang mana merupakan keahlian dalam merasakan apa yang orang lain rasakan dan alami, karena dengan demikian dapat melahirkan relasi yang saling percaya dan sosialisai yang baik juga dengan masyarakat (Desmita, 2005).

e. Membina hubungan

Membina hubungan ialah keahlian dalam mengelola serta mengatasi emosi yang baik, serta memiliki relasi dengan orang lain, dan disamping itu pandai dalam membaca keadaan sekitar, mengerti serta memutuskan dengan bijaksana antar individu.

Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosi juga dipengaruhi oleh dua faktor yang mana terdiri dari faktor internal dan eksternal, yaitu :

a. Faktor otak

Sebagaimana dengan pendapat dari La Doux mengenai arsitektur otak dapat memberikan tempat yang cocok untuk amigdala yang berfungsi untuk menjaga emosi, yang mana dalam mendominasi otak. Serta diamping itu amigdala juga dapat menjadi solusi dalam permasalahan emosi. Akan tetapi jika amigdala dipisahkan dari bagian yang lain maka akan terdapat hasik ketidakmampuan yang menarik perhatian dalam mencerna makna dari emosi pada suatu peristiwa (Muallifah, 2009).

b. Fungsi dari lingkungan keluarga

Yang mana orang tua memiliki peranan penting terhadap kondisi emosional

anaknya. Adapun Goleman berpandangan bahwasanya lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama bagi sang anak dalam mempelajari emosidari keluarga anak dapat mengenal emosinya serta mengetahuinya, namun ini tergantung kepada orang tua baik ataupun buruk nya dampak terhadap emosional anaknya

c. Faktor lingkungan sekolah

Pada hal ini, lingkungan sekolah adalah faktor penting kedua setelah sekolah, karena di lingkungan ini anak akan mendapatkan pendidikan dalam kurun waktu yang.

d. Faktor dari lingkungan dan dukungan sosial

Adapun Dalam permasalahan ini, dorongan yang bisa berbentuk perhatian, penghargaan, pujian, nasihat ataupun penerimaan dalam lingkungan masyarakat. Semuanya dapat mendukung baik itu dorongan psikologis maupun kejiwaan bagi anak. Dorongan sosial sangat cukup untuk memperluas aspek-aspek kecerdasan emosional pada anak, dengan begitu dapat memunculkan rasa berharga didalam memperluas kepribadian serta kontak sosialnya.¹⁴

Ruang Lingkup Covid – 19

Coronavirus merupakan kumpulan virus yang bisa menginfeksi sistem pernapasan. Pada banyak kasus, virus ini hanya menyebabkan infeksi pernapasan ringan, seperti flu Namun, virus ini juga bisa menyebabkan infeksi pernapasan berat, seperti infeksi paru-paru (pneumonia).

Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) yang lebih dikenal dengan nama virus Corona adalah jenis baru dari coronavirus yang menular ke manusia.

Virus ini dapat menyerang siapa saja, dari kalangan manasaja. Adapun inveki virus ini berasal dari wuhan china pada tahun 2019 dengan itu maka dinamakan dengan virus covid-19.

1. Gejala Virus Corona (COVID-19)

Gejala mula datangnya atau orang yang terinfeksi oleh covid – 19 serupa dengan gejala demam, flu dan batuk, dengan yang dirasakan demam, flu, batuk kering sesak pernafasan, erta sakit kepala. Adapun gejala beratnya seperti batuk berdahak ampai berdarah, esak nafas, hilangnya indra oencium dan perasa.

Disamping itu Secara umum, terdapat 3 gejala umum pada covid – 19, diantaranya: Demam (suhu tubuh di atas 38 derajat Celsius) Batuk, serta Sesak napas

2. Penyebab covid -19

Infeksi yang terjadi pada corona viru iakah pada sistem pernafasan yang mana sebgaiian besar dari kasus ini dapat berdampak pada infeksi pernafasan ringan sampai sedang., seperti contohnya flu. Namun virus ini juga bisa berdampak pada infeksi pernapasan berat, seperti contoh pneumonia, Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Ada dugaan bahwa virus Corona awalnya ditularkan dari hewan ke manusia Namun, kemudian diketahui bahwa virus Corona juga menular dari manusia.

Dan virus ini juga dapat menginfeksi kepada seiapa saja dari kalangan manapun baik itu anak, dewasa, orang tua, usia lanjut, ibu hamil, bahkan orang yang memiliki penyakit.

3. Pencegahan covid -19

Terdapat beberapa trik dan tips untuk mencegah yang efesien dengan cara cara berikut ini:

- a. Tanamakan *physical distancing*, ialah menjaga jarak minimal 1 meter dari orang lain, dan tidal dulu ke luar rumah kecuali jika ada keperluan yang mendesak.
- b. Selalu menggunakan masker saat beraktivitas di tempat umum ataupun keramaian
- c. Selalu Rutin untuk mencuci tangan dengan air dan sabun atau hand sanitizer yang mengandung alkohol minimal 60%, utamanya sesudah beraktivitas di luar rumah ataupun di tempat umum.
- d. Tidak dianjurkan menyentuh mata, mulut, dan hidung sebelum mencuci tangan.
- e. Meningkatkan daya tahan tubuh dengan pola hidup sehat.
- f. Hindarilah kontak dengan penderita COVID-19, orang yang dicurigai positif terinfeksi virus Corona, atau orang yang sedang sakit demam, batuk, atau pilek.
- g. Menutup mulut serta hidung dengan tisu saat batuk atau bersin,lalu membuangnya ke tempat sampah.
- h. Tidak lupa untuk selalu Jaga kebersihan benda yang sering disentuh dan kebersihan lingkungan, termasuk kebersihan rumah.

Relasi Akal dan Kecerdasan Emosional Dalam Menghadapi Pandemi

Emosi dan akal merupakan dua bagian dari satu keseluruhan. Emotional intelligence menggambarkan kecerdasan hati dan Intelektual Intelligence menggambarkan kecerdasan akal/otak. Kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional merupakan sumber daya sinergis tanpa yang satu yang lain menjadi tidak sempurna dan tidak efektif. Goleman mengatakan bahwasanya kecerdasan emosional berfungsi sebagai kemampuan seseorang dalam mengendalikan perasaan diri

dan perasaan orang lain serta kemampuan dalam memotivasi diri sendiri dan dalam interaksi sosial (J. & E, 2002)

Dalam hal ini peranan akal dan kecerdasan emosional sangat dibutuhkan dalam menghadapi pandemi yang mana kebanyakan dari masyarakat yang tidak seimbang dalam hal kecerdasan emosional dan juga akal sehingga mengakibatkan depresi stres, dan lain sebagainya diakibatkan dengan adanya covid yang mana kian hari pemberitaan yang ada kian memburuk covid – 19 ini selain melumpuhkan perekonomian di berbagai negara juga melumpuhkan dalam bidang pendidikan, sosial, dll.

Seperti dalam penelitian matdii siahan (juli, 2020) mengenai dampak pandemi di bidang pendidikan yang mana adanya perubahan sistem pembelajaran, yaitu dengan media online, dan perlu pembiasaan dalam peralihan metode, ditambah dengan tugas yang tidak dapat ditebak, akan tetapi disamping itu dapat menimbulkan kreativitas. Akan tetapi tidak sedikit yang bahkan sampai merasa stress dikarenakan faktor tugas banyak, sinyal sulit diakses ataupun kuota internet yang kurang memadai di samping itu hal tersebut diakibatkan akal dan kecerdasan emosional nya tidak seimbang sehingga mudah sensitif dan mudah menyerah. Seperti hal nya dalam penelitian yang dilakukan oleh orpinas dan frans kozui (2001) memberikan pembuktian bahwasanya dengan adanya pengendalian diri yang rendah dapat memicu atau mengakibatkan seseorang untuk marah, emosi bahkan tak terkendali

Selain itu pada bidang ekonomi pada penelitian yang dilakukan oleh Livana, Resa, Terri, Dani, Dan Firman pada tahun 2019 dikatakan bahwa dampak yang dirasakan masyarakat dari pandemi adalah anggota

keluarga yang di phk, kuota untuk sekolah online bahan pangan yang naik, penjualan tidak stabil.

Kemudian dalam hal sosial yang mana hal ini kebanyakan dirasakan oleh para remaja yang pada mulanya dengan bebas bisa berkumpul dengan temannya dan sekarang dibatasi hal tersebut jika tidak seimbang antara akal dan kecerdasan emosionalnya dapat mengakibatkan seperti hal nya tadi yang telah dijelaskan.

Maka dari itu kita perlu mencari pengetahuan lebih bagaimana menyikapi pandemi ini agar tidak terasa bosan dan tidak terasa jenuh kita perlu menyeimbangkan antara akal dan juga kecerdasan emosional sehingga dapat terhindar dari apa yang tidak diinginkan dan juga dapat meningkatkan imunitas tubuh karena ketika akal dan kecerdasan emosional seimbang terciptalah pikiran yang positif . dan optimis.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada hari sabtu tanggal 31 oktober 2020 yang mana penelitian ini dilakukan dengan penyebaran angket melalui google form yang mana mendapatkan 23 orang responden yang terdiri dari prempuan : 73,9% Laki – lki : 26,1%, adapun datanya sebagai berikut :

| No | Pernyataan | Selalu | Sering | Pernah | Tidak pernah |
|----|---|--------|--------|--------|--------------|
| 1 | Saya suka mengeluh karena adanya pandemi | 8,7% | 8,7% | 73,9% | 8,7% |
| 2 | Tingkat emosional saya meningkat semenjak adanya pandemi | 13% | 39,1% | 26,1% | 21,7% |
| 3 | Saya tidak mengeluh meskipun sekolah online atau daring | 26,1% | 13% | 52,2% | 8,7% |
| 4 | Saya tetap bersyukur dan sabar meskipun perekonomian menurun semenjak pandemi | 56,5% | 30,4% | 13% | 0% |
| 5 | waktu berkumpul dengan teman – teman tersita banyak karena pandemi | 47,8% | 30,4% | 13% | 8,7% |
| 6 | Saya bisa menyeimbangkan antara rasional dan emosional di tengah pandemi | 30,4% | 39,1% | 30,4% | 0% |
| 7 | Saya lebih produktif semenjak adanya pandemi | 21,7% | 17,4% | 43,5% | 17,4% |
| 8 | Saya lebih banyak badmood dibandingkan good mood semenjak pandemi | 17,4% | 34,8% | 21,7% | 26,1% |
| 9 | Saya merasa jenuh di rumah saja | 21,7% | 30,4% | 34,8% | 13% |
| 10 | Saya mempunyai banyak waktu bersama keluarga | 26,1% | 39,1% | 30,4% | 0% |

Dari data tersebut yang mana terdiri dari 10 pertanyaan, mengenai bagaimana kondisi kecerdasan emosional dan rasional (akal) dalam menghadapi pandemi ini , dan dapat diambil data bahwasanya dari 23 orang responden ini dapat menyeimbangkan antara akal dan juga kecerdasan emosional nya pada masa pandemi ini, akan tetapi perihal waktu berkumpul dengan yang tersita banyak , yang mana menjadikan suatu rasa jenuh bagi kebanyakan responden.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan dari apa yang telah dibahas mengenai relasi akal dan kecerdasan emosional. Emosi dan akal adalah dua bagian dari satu keseluruhan. Emotional intelligence menggambarkan kecerdasan hati dan Intelektual Intelligence menggambarkan kecerdasan akal/otak. Kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional adalah sumber

daya sinergis tanpa yang satu yang lain menjadi tidak sempurna dan tidak efektif. Cerdas intelektual tanpa cerdas emosional, kita dapat meraih nilai A dalam ujian tetapi akan membuat tidak berhasil dalam kehidupan. Wilayah kecerdasan emosional adalah hubungan pribadi dan antar pribadi, kecerdasan emosional bertanggung jawab atas harga diri, kesadaran diri, kepekaan sosial, dan kemampuan adaptasi sosial pribadi (Segal, 2000).

Dalam menghadapi pandemi , yang mana ketika kedua hal tersebut seimbang dan dapat berhubungan dengan baik maka akan tercipta ketenangan , dan dalam menghadapi masalah dapat terselesaikan dengan baik dan juga akan terhindar dari depresi , stress , dll yang mana dapat mengganggu dalam hal kesehatan fisik seperti demam , pusing dan hal tersebut dapat menghambat aktivitas sehari , hari , seperti kurang bersemangat dalam melakukan aktifitas dan tidak dapat menyelesaikan pekerjaan dengan baik.

Dengan begitu hubungan ataupun relasi akal dan juga kecerdasan emosional sangatlah penting adanya di masa pandemi ini , dan dari hasil penelitian dengan jumlah 23 responden mayoritas dapat menyeimbangkan hubungan anatara akal dan juga kecerdasan emosional, dalam beberapa hal atau aspek.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Husaini, S. shah. (1946). *Risala Dar Haqiqati Din*, terj. W. Ivano. Ismaili Society.
- Anshari, E. S. (2004). *Wawasan Islam; Pokok-Pokok Pikiran tentang Paradigma dan Sistem Islam*. Gema Insani Press.
- Asy'arie, M. (1992). *Manusia Pembentuk Kebudayaan dalam Al-Qur'an*. Lembaga Studi Filsafat Islam.

- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. PT Rosdakarya.
- Goleman, & Daniel. (2009). *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Handayani, A. B., & Suyadi. (2019). Relevansi Konsep Akal Bertingkat Ibnu Sina dalam Menunjang Pendidikan Islam di Era Milenial. *Ta'dibuna*, 8(2).
- Izutsu, T. (1997). *Relasi Tuhan dan Manusia; Pendekatan Semantik Terhadap Al-Qur'an*, terj. Agus Fahri Husein, Supriyanto Abdullah dan Amiruddin. Tiara Wacana.
- J., S., & E, H. (2002). *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Kaifa.
- Kartikasari, Diah, P., & Syafrudin, M. (2012). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi (Studi Pada Inspektorat Provinsi Jawa Tengah). *Diponegoro Journal of Accounting*, 1(14).
- Khusraw, N. (1949). *The Book of Enlightenment*, terj. W. Ivanov. Ismaili Society.
- Lewis, B., & Assasin. (2018). *Sejarah Sebuah Sekte Radikal dalam Islam*, terj. Irfan Zaki Ibrahim. Ircisod.
- Louis Ma'luf. (1986). *Al-Munjid fil-Lughah wal-A'lam*. Dar Al-Masyriq.
- Marimba, A. D. (1980). *Pengantar Filsafat Pendidikan Islam*. Al-Ma'arif.
- Mozaik. (n.d.). *Pentingnya Pendidikan-kecerdasan-emosional*. Pentingnya Pendidikan-kecerdasan-emosional/http://zulmasri.wordpress.com
- Muallifah. (2009). *PSYCHO ISLAMIC SMART PARENTING*. Diva Press.
- Nasution, H. (2011). *Akal dan Wahyu dalam Islam*. UI Press.
- Nasution, H. (2012). *Teologi Islam: Aliran-Aliran, Sejarah, Analisa Perbandingan*. UI Press.
- Pasiak, T. (2002). *Revolusi IQ/EQ/SQ Antara Neurosains dan Al-Qur'an*. Mizan.
- Poerwadarminta. (2007). *kamus umum bahasa indonesia*. balai pustaka.
- Poerwantana. (1994). *Seluk Beluk Filsafat Islam*. PT Rosdakarya.
- Rukmana, A. (2017). Kedudukan Akal dalam al-Qur'an dan al-Hadis. *Jurnal Mumtāz*, 1(1).
- Segal, J. (2000). *Melejitnya Kepekaan Emosional (Terjemahan Nilandari, S)*. Kaifa.
- Shihab, M. Q. (2005). *Wawasan al-Qur'an*. Mizan.
- Siraj, F. M. (2014). Kosmologi dalam Tinjauan Failasuf Islam. *Jurnal Ilmu Ushuluddin*, 2(2).
- Suprpto, H. (2017). Al-Farabi dan Ibn Sina:Kajian Filsafat Emanasi dan Jiwa dengan Pendekatan Psikologi. *Jurnal Al-Hadi*, 2(2).
- Suptoti, R. (2010). Hubungan Kecerdasan emosi dengan Kemampuan Coping Adaptif. *Jurnal Psikologi*, 37(1), 20.
- Syafi'i, I. (2000). *Konsep Ilmu Pengetahuan dalam Al-Qur'an; Telaah dan Pendekatan Filsafat Ilmu*. UII Press.
- Uno, H. B. (2006). *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. PT Bumi Aksara.
- Zar, S. (2004). *Filsafat Islam*. PT. Raja Grafindo Persada.