

KECERDASAN EMOSIONAL PENDIDIK

Muh. Arif

Institut Agama Islam Negeri Sultan Amai Gorontalo

Abstrak

Kecerdasan emosional pendidik memerlukan latihan dan pelatihan, yakni melatih dan dilatih bagaimana membuka hati, dilatih untuk menahan emosi, dan cara mengambil tanggungjawab, dengan strategi pelatihan dengan memfokuskan pada: bagaimana mengetahui apa yang diinginkan dan dirasakan yakni bagaimana merasakan emosi-emosi dengan benar, serta bagaimana mengelola emosi dengan kreatif; kapan menahan dan kapan mengekspresikan perasaan, serta bagaimana mengaplikasikan pengetahuan tentang emosi ketika bekerja, ketika di rumah, di sekolah, di dalam kelompok-kelompok sosial, untuk meningkatkan hubungan dengan orang lain, dan membangun hubungan yang tulus dengan mereka terutama kepada peserta didik.

Kata Kunci: *Kecerdasan Emosional, Pendidik.*

A. PENDAHULUAN

Kecerdasan emosi semula diperkenalkan oleh Peter Salovey dari Universitas Harvard dan John Mayer dari Universitas New Hampshire. Istilah itu kemudian dipopulerkan oleh Daniel Goleman dalam karya monumentalnya *Emotional Intelligence; Why it Can Matter More Than IQ* tahun 1995.

Goleman mendefinisikan emosi dengan perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak¹. Emosi juga merupakan reaksi kompleks yang mengait satu tingkat tinggi kegiatan dan perubahan-perubahan secara mendalam serta dibarengi dengan perasaan (*feeling*) yang kuat atau disertai keadaan efektif. Perasaan merupakan pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmani. Emosi kadang-kadang dibangkitkan oleh motivasi, sehingga antara emosi dan

motivasi terjadi hubungan interaktif². Crow and Crow, mendefinisikan emosi dengan suatu keadaan yang mempengaruhi dan menyertai penyesuaian di dalam diri secara umum, keadaan yang merupakan penggerak mental dan fisik bagi individu dan yang dapat dilihat melalui tingkah laku luar³.

Dalam khazanah pemikiran para ahli kepemimpinan yang paling mutakhir yang membahas tentang kepemimpinan yang mempertimbangkan pentingnya kecerdasan emosi (EQ), antara lain digagas oleh Stephen R. Covey (1990) dan juga oleh Robert K. Cooper (1998) sebagaimana yang dirangkum oleh Agustian, menunjukkan bahwa, adanya keunggulan EQ dalam mencapai prestasi, sehingga banyak orang-orang hasil “penggodakan” pemikiran dan teori Barat tersebut menjadi terkenal dan mencapai kesuksesan di atas rata-rata.

Pendidik dengan EQ yang tinggi, menurut Hawari, sejak dini telah memiliki karakter atau sifat-sifat sebagai berikut: 1)

¹Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, diterjemahkan oleh T. Hermaya, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999), h. 411.

²J.P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, diterjemahkan oleh Kartini Kartono, dengan judul asli “*Dictionary of Psikology*”, (Jakarta: Rajawali Press, 1999), h. 414-421.

³Lester D. Crow dan Alice Crow, *Psikologi Pendidikan*, diterjemahkan oleh Z. Kasijan, dengan judul asli “*Educational Psikology*”, (Surabaya: Bina Ilmu, 1984), h. 116.

mampu mengendalikan diri, 2) sabar, 3) tekun, 4) tidak emosional, 5) tidak reaktif, serta 6) *fositive thinking*. Pendidik yang demikian ini kelak akan menampakkan *performancenya* sebagai pendidik yang: 1) tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan, 2) lebih mengutamakan rasio daripada emosi, 3) tidak reaktif bila mendapat kritik, 4) tidak merasa dirinya paling pandai; serta 5) tawadhu' (rendah hati) atau *low profile*. Pada gilirannya di hadapan peserta didiknya tampak sebagai sosok yang: 1) memiliki sifat terbuka, 2) transparan, 3) akomodatif, 4) istiqamah (konsisten), 5) satu kata dengan perbuatan, 6) menepati janji, 7) jujur, 8) adil, dan 9) berwibawa. Kewibawaannya ditegakkan dengan arif bijaksana, bukan dengan *power* (kekuatan/kekuasaan).⁴

Dengan demikian, pendidik yang berorientasi pada EQ ini akan tampak lebih mengutamakan kepentingan umum daripada kepentingan dirinya, ia berkorban demi kepentingan umum serta tidak mementingkan kepentingan dirinya sendiri (tidak egois), peduli terhadap peserta didiknya. Ia juga memiliki budi pekerti yang luhur serta berkarakter yang baik, sehingga dapat menjadi tokoh panutan (teladan).

B. PARADIGMA KECERDASAN EMOSIONAL PENDIDIK

1. Hakikat Emosi

Emosi merupakan aspek yang sangat penting dalam eksistensi kepribadian manusia untuk mampu mengerjakan sesuatu secara cerdas. Menurut Cooper dan Sawaf, emosi adalah sumber energi, pengaruh, dan informasi yang bersifat batiniah. Emosi yang baik atau buruk telah ada sejak lahir. Perbedaan hasilnya adalah sesuatu yang diperbuat dengan menggunakan informasi dan energi tersebut.⁵

⁴Hariadi, *Evolusi Pesantren Studi Kepemimpinan Kiai Berbasis Orientasi ESQ*, (Cet. 1; Yogyakarta: LKiS, 2015), h. 108.

⁵Lihat Robert K. Cooper dan Ayman Sawaf, *Executive EQ: Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi*, terjemahan

Selanjutnya Segal, mengemukakan bahwa: emosi berasal dari bahasa Latin *motere* (bergerak). Emosi merangsang ingatan dengan sangat baik tentang berbagai kejadian dan memotivasi diri untuk melakukan sesuatu secara emosional. Dengan berpegang pada sumber motivasi, maka *emotional intelegence dapat memperteguh* tekad untuk bersungguh-sungguh.⁶ Senada dengan itu, Wittig dan Williams berpendapat bahwa emosi berasal dari bahasa Latin yang berarti memindahkan (*to move out*) atau merangsang (*to excite*).⁷

Emosi adalah suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis, serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak.⁸

Aspek Emosi Multidimensional

Aspek Emosi	Pengaruh Terhadap Emosi	Unit Analisis
Kognitif-Subjektif	Perasaan	Laporan Diri
Fisiologis	Rangsangan persiapan fisik	Struktur otak, sistem urat saraf, dan sistem endokrin
Fungsional	Tujuan yang ditetapkan	Seleksi untuk respons yang pantas terhadap situasi
Ekspresif	Komunikasi Sosial	Ekspresi wajah, bahasa tubuh, vokalisasi, dan hukum sosial. ⁹

Alex Tri K.W. (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998), h.19.

⁶Jeanne Segal, *Melejitkan Kepekaan Emosional*, terjemahan Ary Nilandari, (Bandung: Kaifa Mizan, 2000), h. 32-33.

⁷Mukhtar dan Ervin A. Priambodo, *Mengukir Prestasi Panduan Menjadi Guru Profesional*, (Jakarta: Misaka Galiza, 2002), h. 57.

⁸Agus Efendi, *Revolusi Kecerdasan Abad 21*, h. 176.

⁹Mukhtar dan Ervin A. Priambodo, *Mengukir Prestasi Panduan Menjadi Guru Profesional*, h. 59.

2. Paradigma Kecerdasan Emosional

Salovey dan Mayer menggunakan istilah kecerdasan emosi untuk menggambarkan sejumlah kemampuan mengenali emosi diri sendiri, mengelola dan mengekspresikan emosi diri sendiri dengan tepat, memotivasi diri sendiri, mengenali orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain¹⁰. Ciri utama pikiran emosional adalah respons yang cepat tetapi ceroboh, mendahulukan perasaan dari pada pemikiran, realitas simbolik yang seperti kanak-kanak, masa lampau diposisikan sebagai masa sekarang, dan realitas yang ditentukan oleh keadaan.¹¹

Daniel Goleman, mendefinisikan kecerdasan emosional dengan: “kemampuan mengenali perasaan diri kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain.”¹²

Mengacu pada definisi kecerdasan emosional di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah jenis kecerdasan yang fokusnya memahami, mengenali, meningkatkan, mengelola dan memimpin motivasi diri sendiri dan orang lain untuk mengoptimalkan fungsi energi, informasi, hubungan dan pengaruh bagi pencapaian-pencapaian tujuan yang dikehendaki dan ditetapkan.

3. Pendidik yang Memiliki Kecerdasan Emosional

Menjadi seorang pendidik tidak selalu menghadapi peserta didik yang baik, penurut, atau tidak pernah iseng. Ada saja peserta didik yang justru sikapnya dapat

memancing kemarahan guru (pendidik)nya. Maka pendidik yang tidak mampu mengontrol emosinya dengan baik, dia terpancing untuk memarahi peserta didiknya. Apalagi sebelum berangkat untuk mengajar ia sudah ada ketidaknyamanan atau masalah dari rumahnya, seorang pendidik terkadang memberikan hukuman yang bahkan melebihi dari perbuatan peserta didiknya yang dianggap salah oleh guru (pendidik) tersebut.¹³

Berbeda dengan seorang pendidik yang dapat mengontrol emosinya dengan baik. Jika diantara peserta didiknya yang melakukan perbuatan yang melanggar dari aturan atau kepatutan yang sedang berlaku, ia mencoba untuk memahami mengapa anak (peserta didik) tersebut melakukan perbuatan itu. Sang pendidik akan dengan lembut memanggil peserta didiknya lantas menanyainya dengan baik-baik. Dalam banyak kasus, justru perhatian seorang pendidik yang bertanya dengan baik-baik kepada anak yang bermasalah menjadikan mereka berhenti dari perbuatan tidak baiknya.

Mengedepankan sikap yang lembut jauh lebih bermanfaat daripada memberikan reaksi spontan dan kemarahan kepada peserta didik yang melakukan kesalahan. Anak yang didekati dengan kemarahan biasanya akan sulit benar-benar berhenti dari perbuatan tidak baiknya. Jika memang berhenti, biasanya tidak berangkat dari kesadarannya, melainkan karena dimarahi oleh guru (pendidik)nya. Padahal sudah menjadi sifat dasar setiap manusia jika diperhatikan akan merasa senang hatinya. Di sinilah sesungguhnya menjadi penting bagi pendidik untuk dapat mengontrol emosi dengan baik agar para peserta didiknya merasa senang, sehingga proses pembelajaranpun dapat berjalan dengan baik.

¹⁰Aprilia Fajar Petiwi, dkk., *Mengembangkan Kecerdasan Emosi*, Seri Ayahbunda, (Jakarta: Yayasan Aspirasi Pemuda, 1997), h.16.

¹¹Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, diterjemahkan oleh T. Hermaya, h. 411.

¹²Agus Efendi, *Revolusi Kecerdasan Abad 21*, (Bandung: Alfabeta, 2005), h. 171.

¹³Hariadi, *Evolusi Pesantren Studi Kepemimpinan Kiai Berbasis Orientasi ESQ*, h. 104-105.

4. Sintesis Kecerdasan Emosional

Dimensi	Indikator
1. Sadar Diri	a. Konstan b. Penerimaan c. Berpikir Abstrak d. Belajar dari Kesalahan e. Memiliki Kehidupan Spiritual
2. Mengatur Diri	a. Dapat Diatur b. Kontrol Emosi/Pengendalian Diri c. Mengetahui Emosi Sendiri d. Percaya Diri e. Simpatik
3. Memotivasi Diri	a. Dinamis b. Tekad yang Kuat c. Mengkreasikan Pola Pikir Baru (Kreatif) d. Tekun
4. Empati	a. Responsif b. Reaktif c. Rasa Cinta d. Kesedihan e. Senang f. Romantis g. Perhatian h. Rasa Ingin Tahu
5. Kecakapan Sosial	a. Kemampuan Penyesuaian Diri b. Kemampuan Berhubungan Interaktif c. Antisipatif d. Kejutan e. Menjaga Persahabatan f. Mampu Memimpin g. Menentukan Tujuan

Dalam menghadapi anak (peserta didik) masa kini seorang pendidik dituntut untuk memiliki kecerdasan emosi dan sosial, suatu kemampuan untuk mengenali, mengolah dan mengontrol emosi agar dapat merespon secara positif setiap kondisi yang muncul dari

peserta didik. Emosi memiliki arti penting dalam mempengaruhi peserta didik belajar.

Menjadi seorang pendidik tidak selalu menghadapi peserta didik yang baik, penurut dan tidak pernah iseng. Ada saja peserta didik yang justru sikapnya dapat memancing kemarahan pendidiknya. Maka pendidik yang tidak dapat mengontrol emosinya dengan baik, dia terpancing untuk memarahi peserta didiknya.

Berbeda dengan seorang pendidik yang dapat mengontrol emosinya dengan baik. Jika ada diantara peserta didiknya yang melakukan perbuatan yang melanggar dari aturan atau kepatutan yang sedang berlaku, ia berusaha untuyk memahami mengapa anak tersebut melakukan perbuatan itu. Pendidik akan dengan lembut memanggil anak tersebut kemudian menanyainya dengan baik-baik. Dalam banyak kasus, justru perhatian seorang pendidik yang bertanya dengan baik-baik kepada peserta didik yang bermasalah menjadikan mereka berhenti dari perbuatan tidak baiknya.¹⁴

Dalam menghadapi peserta didik masa kini seorang pendidik dituntut untuk memiliki keserdasan emosi dan sosial, suatu kemampuan untuk mengenali, mengolah dan mengontrol emosi agar dapat merespon secara positif setiap kondisi yang muncul dari peserta didik. Emosi memiliki arti penting dalam mempengaruhi peserta didik belajar.

C. KESIMPULAN

Emosi sangat menentukan perilaku peserta didik, termasuk mempengaruhi semangat dalam belajarnya. Emosi yang menimbulkan perasaan peserta didik nyaman dan aman dalam belajar bersama pendidiknya sekaligus dapat meningkatkan harga diri. Dengan demikian begitu pentingnya pendidikan untuk mempelajari kecakapan emosional untuk diajarkan dan dilatihkan,

¹⁴Aris Shoimin, *Guru Berkarakter untuk Implementasi Pendidikan Karakter*, (Yogyakarta: Gava Media, 2014), h. 104-105.

termasuk di sekolah. Karena untuk terampil secara emosional memerlukan latihan dan pelatihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Chaplin, J.P. *Kamus Lengkap Psikologi*, diterjemahkan oleh Kartini Kartono, dengan judul asli “*Dictionary of Psychology*”, Jakarta: Rajawali Press, 1999.
- Coles, Robert. Menumbuhkan Kecerdasan Moral pada Anak, terj. T. Hermaya, judul asli, “*The Moral Intelligence of Children: How to Raise a Moral Child*”, Jakarta: Gramedia, Pustaka Utama, 2000.
- Cooper, Robert K. dan Ayman Sawaf, *Executive EQ: Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi*, terjemahan Alex Tri K.W. (: Gramedia Pustaka Utama, 1998.
- DePorter, Bobbi. dan Mike Hemacki, *Quantum Learning; Membiasakan Belajar Nyaman dan Menyenangkan*, Bandung: Kaifa, 1999.
- Efendi, Agus. *Revolusi Kecerdasan Abad 21*, Bandung: Alfabeta, 2005.
- Goleman, Daniel. *Emotional Intellegence*, diterjemahkan oleh T. Hermaya, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1999.
- Hariadi, *Evolusi Pesantren Studi Kepemimpinan Kiai Berbasis Orientasi ESQ*, Cet. 1; Yogyakarta: LKiS, 2015.
- Johannesen, Richard L. *Etika Komunikasi*, terj. Dedy Jamaluddin Malik, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1996. Vemon J. Bourke, *Ethics: A Texbook in Moral Philosophy* New York: The Macmillan Company, 1966.
- Lester D. Crow dan Alice Crow, *Psikologi Pendidikan*, diterjemahkan oleh Z. Kasijan, dengan judul asli “*Educational Psikology*”, Surabaya: Bina Ilmu, 1984.
- Magnis-Suseno, Frans. *Etika Jawa: Sebuah Analisa Falsafi tentang Kebijakan Hidup Jawa* Jakarta: Gramedia, 1999.
- Massaong, Abd. Kadim. *Kepemimpinan Berbasis Multiple Intelligence*, Bandung: Alfabeta, 2011.
- Muhammad, Muslih. *Kecerdasan Emosi Menurut al-Qur'an (Emotional Intelligence of al-Qur'an)*, Cet. 1; Jakarta: Zaituna, 2010.
- Mujib, Abdul. dan Jusuf Mudzakir. *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002.
- Mukhtar dan Ervin A. Priambodo, *Mengukir Prestasi Panduan Menjadi Guru Profesional*, Jakarta: Misaka Galiza, 2002.
- Murad, Yusuf. *Mabadi' 'Ilm al-Nafs al-'Am*, Mesir: Dar al-Ma'arif, t.th.
- Petiwi, Aprilia Fajar. dkk., *Mengembangkan Kecerdasan Emosi*, Seri Ayahbunda, Jakarta: Yayasan Aspirasi Pemuda, 1997.
- Segal, Jeanne. *Melejitkan Kepekaan Emosional*, terjemahan Ary Nilandari, Bandung: Kaifa Mizan, 2000.
- Shoimin, Aris. *Guru Berkarakter untuk Implementasi Pendidikan Karakter*, Cet. 1; Yogyakarta: Gava Media, 2014.
- Zohar, Danah. and Ian Marshall, *SQ: Spiritual Intelligence the Ultimate Intelligence*, Soho Square, London: Vloomsbury Publishing, 2000.