

MOTIVASI DAN KECERDASAN EMOSIONAL DAN IMPLIKASINYA DALAM PEMBELAJARAN

Oleh

Maidil Laili

maidillaili10@gmail.com

Article History

Received : December 2018

Accepted : February
2019

Published : March 2019

Keywords

Motivasi, kecerdasan
emosional, pembelajaran

Abstract

Intelligence gives the biggest influence on a child's learning progress. It is needed a certain intelligence in order to be success including intellectual intelligence (IQ). But, the intellectual intelligence can not guarantee the success of someone's life. Daniel Goleman, the professor at Harvard University, in his book about Emotional Intelligence, explains that there are other factors determine the success of someone, one of them is emotional intelligence. Emotional intelligence is a number of capabilities and skills related to the development of social relations with the environment refer to the ability to recognize the self and others, the ability to motivate oneself, and the ability to control emotions and in relationships with others. Emotional intelligence has the biggest role in determining the success of someone's life, especially when they are still in the process of formal education shown by the success of learning achievement. Positive emotions can accelerate the learning process and achieve better learning outcomes. Therefore, the successful learning must begin by creating positive emotions in students themselves. To create positive emotions on students themselves can be done in various ways, such as by creating a fun learning environment and excitement of learning.

Abstrak

Kecerdasan memberi pengaruh terbesar pada kemajuan belajar anak. Diperlukan kecerdasan tertentu agar menjadi sukses termasuk kecerdasan intelektual (IQ). Tapi, kecerdasan intelektual tidak bisa menjamin kesuksesan hidup seseorang. Daniel Goleman, profesor di Universitas Harvard, dalam bukunya tentang

Emotional Intelligence, menjelaskan bahwa ada faktor lain yang menentukan keberhasilan seseorang, salah satunya adalah kecerdasan emosi. Kecerdasan emosional adalah sejumlah kemampuan dan keterampilan yang berkaitan dengan pengembangan hubungan sosial dengan lingkungan merujuk pada kemampuan mengenali diri dan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengendalikan emosi serta dalam hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosional memiliki peran terbesar dalam menentukan keberhasilan hidup seseorang, terutama ketika mereka masih dalam proses pendidikan formal yang ditunjukkan oleh keberhasilan prestasi belajar. Emosi positif dapat mempercepat proses pembelajaran dan mencapai hasil pembelajaran yang lebih baik. Oleh karena itu, pembelajaran yang sukses harus dimulai dengan menciptakan emosi positif pada diri siswa. Untuk menciptakan emosi positif pada siswa sendiri dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti dengan menciptakan lingkungan belajar yang menyenangkan dan kegembiraan belajar.

A. Pendahuluan

Belajar merupakan kegiatan paling pokok atau unsur fundamental dari keseluruhan proses pendidikan di sekolah. Hal ini berarti bahwa berhasil atau tidak berhasilnya pencapaian tujuan pendidikan, tergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik. Belajar bagi peserta didik merupakan sesuatu yang sangat penting, karena dengan belajar kemajuan sesuatu dapat tercapai dan dapat meningkatkan kedewasaan berfikir, serta mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Belajar menunjuk pada suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Proses belajar terjadi secara internal dan bersifat pribadi dalam diri peserta didik. Agar proses belajar tersebut mengarah pada tercapainya tujuan maka pendidik harus merencanakan dengan seksama dan sistematis berbagai pengalaman belajar yang memungkinkan perubahan tingkah laku

peserta didik sesuai dengan yang diharapkan.

Dilihat dari berbagai aspek, motivasi terbagi menjadi beberapa macam. Akan tetapi secara umum, motivasi dibagi menjadi dua, yakni motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Motivasi berkaitan erat dalam proses pembelajaran, agar tercipta suasana kegiatan belajar mengajar yang efektif yang dapat mewujudkan hasil belajar yang memuaskan, diperlukan adanya dorongan/motivasi dari dalam jiwa siswa.

Dalam suatu proses pembelajaran, seorang siswa dikatakan berhasil apabila dapat menyelesaikan program pendidikan tepat waktu dengan prestasi belajar yang baik. Prestasi belajar yang baik merupakan hal yang paling didambakan oleh setiap siswa yang sedang belajar. Prestasi belajar dapat dijadikan indikator keberhasilan seseorang dalam kegiatan belajar (Sardiman, 2003: 49).

Selama ini banyak orang berpendapat bahwa untuk meraih prestasi belajar yang tinggi diperlukan kecerdasan yang tinggi pula. Kecerdasan merupakan faktor yang

sangat besar pengaruhnya terhadap kemajuan belajar anak. Jika kecerdasan anak rendah, maka akan sulit mencapai hasil belajar yang baik, sehingga perlu bantuan dari pendidik untuk membantu agar dapat tercapai hasil belajar yang diinginkan secara optimal (Ahmadi, 1991: 279).

Pada hakikatnya manusia menginginkan keberhasilan dan kelayakan hidup. Untuk menjadi orang yang berhasil diperlukan suatu kecerdasan tertentu diantaranya kecerdasan intelektual (IQ). Akan tetapi dengan kecerdasan intelektual saja tidak dapat menjamin keberhasilan hidup seseorang. Tidaklah benar asumsi masyarakat selama ini bahwa orang yang mempunyai IQ tinggi dikatakan cerdas dan orang yang mempunyai IQ rendah tentu bodoh. Para psikolog sepakat bahwa IQ hanya menyumbangkan kira-kira dua puluh persen sebagai faktor dalam menentukan keberhasilan, delapan puluh persen berasal dari faktor lain (Chattopadhyay, 2004: 5). Hasil penelitian terbaru di bidang psikologi membuktikan bahwa IQ bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi

prestasi belajar seseorang, tetapi ada banyak faktor lain yang mempengaruhi di antaranya adalah faktor lingkungan, faktor biologis, dan faktor psikologis yang terdiri dari bakat, minat, dan kecerdasan emosional.

Daniel Goleman, salah seorang Profesor dari Universitas Harvard, dalam bukunya yang berjudul *Emotional Intelligence*, juga menjelaskan bahwa ada faktor lain selain faktor IQ yang ikut menentukan tingkat kesuksesan seseorang yaitu faktor kecerdasan emosional (*Emotional Intelligence*). Kecerdasan emosi menunjuk pada suatu kemampuan untuk mengatur dan mengelola dorongan-dorongan emosi yang terdapat dalam diri individu. Emosi dapat dikelompokkan pada kesedihan, amarah, takut, gembira, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel dan malu. Agar dorongan-dorongan tersebut dapat disalurkan secara benar dan tepat baik pada diri sendiri maupun bagi sosialnya. Ada lima dimensi yang dapat mencerminkan tingkat kecerdasan emosi yang dapat dimiliki oleh seseorang. Secara garis besar dimensi-dimensi kecerdasan emosional tersebut

adalah kemampuan mengenali emosi diri, kemampuan mengelola emosi diri, kemampuan memotivasi diri ketika menghadapi kegagalan atau rintangan dalam mencapai keinginan, kemampuan mengenali emosi orang lain, dan kemampuan membina hubungan dengan sosialnya (Goleman, 2002: 58-59).

B. Pembahasan

Motivasi sebagai suatu kondisi yang menyebabkan atau menimbulkan perilaku tertentu dan yang memberi arah dan ketahanan (persistence pada tingkah laku tersebut. Ames dan Ames (1984) didefinisikan motivasi sebagai perspektif yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri dan lingkungannya. Sebagai contoh, seorang siswa yang percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan yang diperlukan untuk melakukan suatu tugas, akan termotivasi untuk melakukan tugas tersebut.

Untuk disebut sebagai seorang yang kreatif, maka perlu diketahui tentang ciri-ciri atau karakteristik orang yang kreatif. Berikut ini dikemukakan beberapa pendapat orang

ahli tentang ciri-ciri orang yang kreatif. (Fredericks, Blumenfeld dan Paris 2004). Istilah motivasi berasal dari kata bahasa Latin *movere* yang berarti "menggerakkan". Berdasarkan pengertian ini makna motivasi menjadi berkembang. Wlodkowski (1985) menjelaskan motivasi sebagai suatu kondisi yang menyebabkan atau menimbulkan perilaku tertentu dan yang memberi arah dan ketahanan (persistence pada tingkah laku tersebut. Ames dan Ames (1984) didefinisikan motivasi sebagai perspektif yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri dan lingkungannya. Sebagai contoh, seorang siswa yang percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan yang diperlukan untuk melakukan suatu tugas, akan termotivasi untuk melakukan tugas tersebut.

Pakar psikologi mendefinisikan motivasi sebagai proses internal yang mengaktifkan, menuntun, dan mempertahankan perilaku dari waktu ke waktu (Murpy & Alexsander, 2000; Pintrich, 2003; Schunk, 2000), dalam bahasa sederhana motivasi adalah sesuatu yang menyebabkan anda melangkah, membuat anda tetap

melangkah dan menentukan kemana anda mencoba melangkah.

1. Teori-teori Motivasi

Untuk memahami tentang motivasi, penulis akan membahas teori motivasi dari Abraham H. Maslow (Teori Kebutuhan); dan Teori McClelland (Teori Kebutuhan Berprestasi)

a. Teori Abraham H. Maslow (Teori Kebutuhan)

Teori motivasi yang dikembangkan oleh Abraham H. Maslow pada intinya berkisar pada pendapat bahwa manusia mempunyai lima tingkat atau hierarki kebutuhan, yaitu : (1) kebutuhan fisiologikal (*physiological needs*), seperti : rasa lapar, haus, istirahat dan sex; (2) kebutuhan rasa aman (*safety needs*), tidak dalam arti fisik semata, akan tetapi juga mental, psikologikal dan intelektual; (3) kebutuhan akan kasih sayang (*love needs*); (4) kebutuhan akan harga diri (*esteem needs*), yang pada umumnya tercermin dalam berbagai simbol-simbol status; dan (5) aktualisasi diri (*self actualization*), dalam arti tersedianya kesempatan bagi seseorang untuk mengembangkan potensi yang terdapat

dalam dirinya sehingga berubah menjadi kemampuan nyata.

Salah satu konsep penting yang diperkenalkan Maslow adalah perbedaan antara kebutuhan defisiensi (*deficiency needs*) dan kebutuhan pertumbuhan (*growths needs*). Kebutuhan defisiensi adalah kebutuhan yang paling utama yang meliputi: fisiologi, keselamatan, cinta dan harga diri) dan bersifat harus dipenuhi namun setelah dipenuhi maka orang tidak akan termotivasi lagi untuk memuaskannya.

Sebaliknya kebutuhan pertumbuhan yang meliputi; kebutuhan untuk memahami sesuatu, menghargai keindahan, aktualisasi diri bersifat tumbuh dimana jika sudah terpenuhi maka orang akan terus mencari pemenuhan kebutuhan lagi (Slavin, 2011;102). Kebutuhan-kebutuhan yang disebut pertama (fisiologis) dan kedua (keamanan) kadang-kadang diklasifikasikan dengan cara lain, misalnya dengan menggolongkannya sebagai kebutuhan primer, sedangkan yang lainnya dikenal pula dengan klasifikasi kebutuhan sekunder. Terlepas dari cara membuat klasifikasi

kebutuhan manusia itu, yang jelas adalah bahwa sifat, jenis dan intensitas kebutuhan manusia berbeda satu orang dengan yang lainnya karena manusia merupakan individu yang unik. Juga jelas bahwa kebutuhan manusia itu tidak hanya bersifat materi, akan tetapi bersifat psikologikal, mental, intelektual dan bahkan juga spiritual.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa lebih tepat apabila berbagai kebutuhan manusia digolongkan sebagai rangkaian dan bukan sebagai hierarki. Dalam hubungan ini, perlu ditekankan bahwa :

1. Kebutuhan yang satu saat sudah terpenuhi sangat mungkin akan timbul lagi di waktu yang akan datang;
2. Pemuasaan berbagai kebutuhan tertentu, terutama kebutuhan fisik, bisa bergeser dari pendekatan kuantitatif menjadi pendekatan kualitatif dalam pemuasannya.
3. Berbagai kebutuhan tersebut tidak akan mencapai “titik jenuh” dalam arti tibanya suatu kondisi dalam mana seseorang tidak lagi dapat berbuat sesuatu dalam pemenuhan kebutuhan itu.

Kendati pemikiran Maslow tentang teori kebutuhan ini tampak lebih bersifat teoritis, namun telah memberikan fundasi dan mengilhami bagi pengembangan teori-teori motivasi yang berorientasi pada kebutuhan berikutnya yang lebih bersifat aplikatif

Motivasi dan Pembelajaran Perilaku

Konsep motivasi berkaitan erat dengan prinsip bahwa perilaku yang telah dikuatkan pada masa lalu lebih mungkin diulangi daripada perilaku yang belum dikuatkan atau yang telah dihukum. Bahkan daripada penggunaan konsep motivasi, ahli teori perilaku munggis saja terfokus pada sejauh mana siswa belajar menyelesaikan pekerjaan sekolah untuk memperoleh hasil yang diinginkan (Bigge & Shermis 2004; Wielkewicz, 1995) Setiap anak tentunya memiliki motivasi yang berbeda-beda. Dalam konsep teori ini, motivasi anak bisa saja akan dapat bertambah tinggi bila diberikan imbalan yang sesuai dengan dijanjikan oleh seseorang. Sebaliknya anak akan dapat berkurang bahkan hilang motivasinya apabila imbalan yang dijanjikan tidak ia terima sebagaimana mestinya. Penekanan

dari teori ini adalah motivasi adalah konsekuensi dari penguatan. Namun nilai penguatan (*reinforrer*) tersebut bergantung kepada pada banyak faktor, dan kekuatan motivasi mungkin saja berbeda antar siswa. (Skinner dan pakar lainnya)

Motivasi dan Kebutuhan Manusia

Berkenaan dengan teori ini dimana manusia banyak mempunyai kebutuhan., Maslow memiliki teori yang disebut dengan **hirarki kebutuhan Maslow** yaitu:

- Kebutuhan fisiologis
- Kebutuhan keamanan
- Kebutuhan akan harga diri
- Kebutuhan untuk mengetahui dan memahami
- Kebutuhan aktualisasi diri

Menurut Maslow kebutuhan yang perlu dipenuhi terlebih dahulu adalah kebutuhan yang lebih rendah, selanjutnya barulah kebutuhan yang lebih tinggi yang perlu dipuaskan. Contohnya orang yang sedang lapar pastilah ia akan mengupayakan untuk mendapatkan makan agar rasa lapar yang ia rasakan hilang. Selanjutnya setelah itu maka barulah ia akan

memuaskan kebutuhan yang lebih tinggi.

Motivasi dan Teori Atribusi

Teori atribusi adalah suatu teori dimana orang berupaya untuk memahami penjelasan manusia tentang keberhasilan dan kegagalan mereka. Asumsi intinya ialah bahwa orang akan mencoba mempertahankan citra diri yang positif. Hal ini akan terlihat ketika seseorang mengalami kejadian-kejadian baik, orang akan menghubungkan dengan kemampuan dirinya sendiri, sebaliknya ketika terjadinya peristiwa-peristiwa buruk pada dirinya ia akan cenderung menghubungkan peristiwa negatif tersebut dengan faktor di luar kendali dirinya. Contohnya mereka akan mencoba untuk menyalahkan pihak-pihak lain yang berada di luar dirinya.

Motivasi dan Teori Pengharapan

Teori ini berpendapat bahwa motivasi seseorang untuk mencapai sesuatu bergantung pada produk pikiran orang itu tentang peluang keberhasilannya. Dan nilai yang dia letakkan pada keberhasilan itu. Motivasi hendaknya berada pada

tingkat maksimum di tingkat probabilitas keberhasilan sedang. Atkinson (1964) menyatakan bahwa teori pengharapan (*expectancy theory*) adalah teori motivasi yang didasarkan pada keyakinan bahwa upaya orang untuk berhasil bergantung pada harapan mereka terhadap imbalan. Dalam hal ini Atkinson membuat rumus adalah:

Perspektif tentang Motivasi

Perspektif psikologis menjelaskan motivasi dengan cara yang berbeda-beda berdasarkan perspektif yang berbeda pula. Ada empat perspektif tentang motivasi, yaitu:

a. Perspektif Behavioral

Perspektif behavioral menekankan pada bahwa imbalan dan hukuman eksternal sebagai kunci dalam menentukan motivasi siswa. Insentif adalah peristiwa atau stimuli positif atau negatif yang dapat memotivasi perilaku murid. Pendukung penggunaan insentif menekankan bahwa insentif dapat menambah minat atau kesenangan pada pelajaran, dan mengarahkan perhatian pada perilaku yang tepat dan menjauhkan mereka

dari perilaku yang tidak tepat (Emmer dkk., 2000)

b. Perspektif Humanistik

Perspektif humanistik menekankan pada kapasitas siswa untuk mengembangkan kepribadian, kebebasan untuk memilih nasib mereka. Perspektif ini berkaitan erat dengan pandangan Abraham Maslow yang mengemukakan teori tentang hirarki kebutuhan, yaitu kebutuhan individual harus dipenuhi dalam urutan sebagai berikut, yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan keamanan, kebutuhan rasa cinta dan rasa memiliki, kebutuhan akan harga diri, dan kebutuhan aktualisasi diri.

3. Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan motivasi diri sendiri agar bisa mengatur suasana hati dalam berfikir supaya tidak stres dan dapat mengatur kemampuan berfikir. Agustian menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah “Sebuah kemampuan untuk mendengarkan bisikan emosi dan menjadikannya sebagai sumber informasi yang penting

untuk memahami diri sendiri dan orang lain demi mencapai sebuah tujuan (Agustian, 2004: 61-62).

Goleman mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai suatu kemampuan untuk memahami perasaan diri masing-masing dan perasaan orang lain, kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi; mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melupuhkan kemampuan berfikir; berempati dan berdoa (Goleman, 2002: 45). Lebih lanjut Cooper dan Sawaf yang dikutip oleh Efendi (2005: 172) menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif mengaplikasikan kekuatan serta kecerdasan emosi sebagai sebuah sumber energi manusia, informasi, hubungan, dan pengaruh.

Berdasarkan beberapa pengertian kecerdasan emosional tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah sejumlah kemampuan dan keterampilan yang berkaitan dengan pembinaan hubungan sosial dengan lingkungan yang merujuk pada

kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik dan dalam hubungan dengan orang lain.

4. Indikator Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosi menuntut seseorang untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan pada dirinya sendiri dan orang lain dan untuk menanggapi dengan cepat, menerapkan dengan efektif informasi dan energi emosi dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan pengertian kecerdasan emosional menurut Goleman di atas, indikasi-indikasi kecerdasan emosional, terdiri dari lima unsur, yaitu sebagai berikut:

a. Mengenali emosi diri

Kemampuan untuk memahami perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi pemahaman diri seseorang. Mengenali diri merupakan inti dari kecerdasan emosional, yaitu kesadaran akan perasaan diri sendiri sewaktu perasaan timbul.

Orang yang mengenali emosi dirinya akan peka terhadap suasana hati, ia akan memiliki kejernihan pikiran sehingga seseorang itu akan mandiri dan yakin atas batas-batas yang mereka bangun, kesehatan jiwanya bagus dan cenderung berpikir positif tentang kehidupan. Kemudian apabila suasana hati sedang buruk, mereka tidak mau dan tidak larut ke dalam perasaan dan mampu melepaskan diri dari suasana tidak nyaman dalam waktu relatif cepat (Goleman, 2002: 65).

Ketajaman pola pikir seseorang menjadi penolong untuk mengatur emosi. Mengenali emosi diri sangat erat kaitannya dengan kesadaran diri atau kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu timbul (Widodo, 2004: 22). Dengan kesadaran diri seseorang dapat mengetahui apa yang dirasakan dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

b. Mengelola emosi

Menjaga agar emosi yang muncul dapat terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi yang berlebihan yang meningkat dengan intensitas terlampau tinggi atau untuk waktu yang lama akan berakibat negatif terhadap kestabilan emosional seseorang. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tidak akan larut dalam perasaan. Ketika kebahagiaan datang tidak diungkapkan dengan berlebihan, dan ketika merasa menderita tidak membiarkan perasaan negatif langsung tidak terkendali. Kemampuan mengelola emosi akan berdampak positif terhadap pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, serta mampu memulihkan kembali dari tekanan emosi.

Kemampuan mengelola emosi meliputi kecakapan untuk tetap tenang, menghilangkan kegelisahan, kesedihan, atau sesuatu yang menjengkelkan.

Seseorang yang memiliki kemampuan mengelola emosi dengan baik akan mampu menyikapi rintangan-rintangan hidup dengan baik. Namun sebaliknya seseorang yang tidak memiliki kemampuan mengelola emosi akan terus-menerus melawan perasaan-perasaan gelisah dan penyesalan. Selain itu, apabila emosi terlampaui ditekan dan tidak dikendalikan, emosi akan menjadi sumber penyakit, seperti depresi berat, cemas berlebihan, amarah yang meluap-luap, dan gangguan emosional yang berlebihan.

c. Memotivasi diri sendiri

Motivasi merupakan dorongan dari dalam yang menimbulkan kekuatan individu untuk bertindak atau bertingkah laku guna memenuhi kebutuhannya (Loekmono, 1994: 42). Motivasi merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam aspek kehidupan manusia, demikian juga para peserta didik mau melakukan sesuatu bilamana berguna bagi mereka untuk melakukan tugas-tugas pekerjaan

sekolah. Peserta didik yang mempunyai intelegensi tinggi namun gagal dalam pelajaran karena kurang adanya motivasi. Motivasi akan sangat membantu seorang peserta didik untuk konsentrasi dalam belajar, karena dengan motivasi peserta didik akan lebih bersungguh-sungguh dalam menekuni studinya. Motivasi yang merupakan bagian dari emosi erat hubungannya dengan keberhasilan, bisa membuat kita merasakan kepuasan sejati yang bahkan lebih besar daripada keberhasilan itu sendiri. Motivasi memiliki kekuatan yang luar biasa dalam kehidupan seseorang. Motivasi melengkapi semua penggerak dorongan-dorongan dalam diri manusia yang menyebabkan individu berbuat sesuatu. Orang yang termotivasi mempunyai keinginan dan kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi rintangan-rintangan.

d. Mengenali emosi orang lain
Kemampuan mengenali emosi orang lain (empati) adalah bereaksi terhadap perasaan orang lain

dengan respon emosional yang sama dengan orang tersebut. Empati menekankan pentingnya mengindra perasaan dan perspektif orang lain sebagai dasar untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat.

e. Membina hubungan

Membina hubungan merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Orang-orang yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apa pun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain. Dalam rangka membangun hubungan sosial yang harmonis terdapat dua hal yang harus diperhatikan terlebih dahulu, yaitu: citra diri dan kemampuan berkomunikasi. Citra diri sebagai kapasitas diri yang benar-benar siap untuk membangun hubungan sosial. Citra diri dimulai dari dalam diri masing-masing, kemudian melangkah keluar sebagaimana ia mempersepsikan orang lain. Sedangkan kemampuan

komunikasi merupakan kemampuan dalam mengungkapkan kalimat-kalimat yang tepat. Oleh karena itu, kita dapat melihat tinggi rendahnya kecerdasan emosional seseorang dari ciri-ciri kemampuan di atas.

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Pengembangan emosi harus dimulai sejak usia dini. Oleh karena itu, maka peran orang tua sangat diharapkan dalam pengembangan dan pembentukan emosi anak. Sebagai orang tua hendaknya mampu membimbing anaknya agar mereka dapat mengelola emosinya sendiri dengan baik dan benar. Di samping itu diharapkan anak tidak bersifat pemarah, putus asa, atau angkuh, sehingga prestasi yang telah dimilikinya akan bermanfaat bagi dirinya. Berikut ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional:

a. Faktor Keluarga

Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi anak. Keluarga yang bahagia merupakan suatu hal yang sangat penting bagi perkembangan emosi para anggotanya (terutama anak). Kebahagiaan ini diperoleh apabila keluarga dapat memerankan fungsinya secara baik. Fungsi dasar keluarga adalah memberikan rasa memiliki, rasa aman, kasih sayang, dan mengembangkan hubungan yang baik diantara anggota keluarga (Yusuf, 2000: 38). Hal ini tentu saja tidak mengherankan mengingat keluarga merupakan sekolah sekaligus lingkungan masyarakat yang pertama kali dimasuki oleh manusia. Di sekolah yang pertama inilah manusia yang masih berstatus sebagai anak melewati masa-masa kritisnya untuk menerima pelajaran yang berguna untuk perkembangan emosinya.

- b. Faktor Lingkungan Sekolah
Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program

bimbingan, pengajaran dan latihan dalam rangka membantu peserta didik agar mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral, spiritual, intelektual dan emosional maupun sosial (Yusuf, 2000: 54). Sekolah berperan sebagai substitusi keluarga, dan guru substitusi orang tua. Sebagaimana pendapat Goleman yang dikutip oleh Zamroni bahwa emosi tersebut tidak statis tetapi berkembang sejalan dengan perkembangan usia seseorang. Semakin dewasa perkembangan usia seseorang, emosi yang dimiliki akan semakin matang. Disamping itu, lingkungan sekolah hendaknya dapat dijadikan suatu wadah untuk belajar bersama, karena belajar merupakan salah satu faktor yang penting dalam perkembangan emosi. Hal ini dikarenakan belajar merupakan faktor yang dapat dikendalikan, sekaligus sebagai tindakan yang bersifat preventif.

Dari uraian di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa faktor

yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah keluarga atau orang tua dan sekolah. Keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama bagi anak, sedangkan sekolah merupakan faktor lanjutan dari apa yang telah diperoleh anak dari keluarga. Keduanya sangat berpengaruh terhadap emosional anak dan keluargalah yang mempunyai pengaruh lebih besar dibandingkan sekolah, karena di dalam keluarga kepribadian anak dapat terbentuk sesuai dengan pola pendidikan orang tua dalam kehidupannya.

A. IMPLIKASI KECERDASAN EMOSIONAL DALAM PROSES PEMBELAJARAN

Dalam proses belajar, kita tidak menyangkal bahwa peran intelegensi berpengaruh terhadap prestasi pembelajaran. Namun, yang muncul saat ini tingkat keberhasilan seseorang dalam pendidikan sangat difokuskan untuk diukur secara kuantitas intelegensi yaitu dengan pengukuran Intelligence Quotient (IQ), peran IQ

diasumsikan sebagai hal utama yang berpengaruh terhadap keberhasilan. Akan tetapi, perlu disadari bahwa IQ hanyalah merupakan pengukuran secara kuantitas mengenai tingkat intelegensi yang dapat diukur dan bersifat konkret dan konvergen. Emosi yang positif dapat mempercepat proses belajar dan mencapai hasil belajar yang lebih baik, sebaliknya emosi yang negatif dapat memperlambat belajar atau bahkan menghentikannya sama sekali. Oleh karena itu, pembelajaran yang berhasil haruslah dimulai dengan menciptakan emosi positif pada diri pelajar (peserta didik). Untuk menciptakan emosi positif pada diri siswa dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya adalah dengan menciptakan lingkungan belajar atau lingkungan sosial yang menyenangkan dan dengan penciptaan kegembiraan belajar.

Kecerdasan emosi merupakan kemampuan seseorang dalam mengelola emosinya secara sehat terutama dalam berhubungan dengan orang lain. Selain kecerdasan emosi interaksi antara pelajar dengan lingkungan tempat sekolah juga mempengaruhi proses belajar. Apabila

terjadi hubungan atau interaksi yang baik antar pelajar dengan lingkungan sosial, lingkungan masyarakat, dan lingkungan keluarga serta emosi dari para pelajar mampu disesuaikan dengan lingkungan sosial tersebut, tentu saja proses belajar dari pelajar akan berjalan dengan lancar. Maka dari hal tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam proses pendidikan, emosi lingkungan sosial sangat berperan dan perlu dilibatkan dalam proses pembelajaran karena emosi mempunyai suatu kekuatan yang dapat memicu siswa dalam mencapai suatu prestasi belajar dan lingkungan sosial menjadi wadah dalam menjalankan proses belajar. Maka dengan ini sangatlah keliru jika dianggap faktor utama penentu keberhasilan adalah IQ yang tinggi.

Kecerdasan emosional mempunyai peran yang sangat besar dalam penentu keberhasilan hidup seseorang khususnya pada waktu mereka masih dalam proses pendidikan formal yang ditunjukkan dengan keberhasilan meraih prestasi belajar. Doug Lennick yang dikutip oleh Goleman (2003: 36) mengatakan bahwa yang diperlukan untuk sukses dimulai

dengan keterampilan intelektual, tetapi orang memerlukan kecakapan emosi untuk memanfaatkan potensi bakat mereka secara maksimal. Jadi kecerdasan emosional dapat membantu seseorang dalam menggunakan kemampuan kognitifnya sesuai dengan potensi yang dimilikinya secara maksimum

Banyak orang yang berhasil dalam sisi akademik namun tidak bisa melakukan apapun dengan keberhasilannya dalam kehidupan yang nyata. Oleh karena itu, keterlibatan emosi dan keterlibatan pelajar dalam lingkungan sosialnya sangat penting dalam segala aktivitas, apalagi jika kita dapat mengelola emosi itu dengan tepat dalam lingkungan sosial atau dengan kata lain cerdas dalam menggunakan emosi. Kecerdasan emosi dan mampu berinteraksi dalam lingkungan sosial ini akan sangat berperan terhadap keberhasilan seseorang dalam segala aspek kehidupan.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, Abu. 1991. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta
- Chattopadhyay, Aparna. 2004. *Whats You Emotional IQ Over 600 Psychological Quizzer Asses Your Weakness and Strenghts in Your Emotional and Feeling and Groom Tuller Personality*. Terj. Hta. Darwin Rasyid. *Tes Emosi Anda*. Tangerang: Gaya Media Pratama
- Goleman, Daniel. 2002. *Emotional Intellegence*. Terj. T. Hermaya. *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- _____. 2003. *Working With Emotional Intelligence* "Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi". Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Loekmono, Lobby. 1994. *Belajar Bagaimana Belajar*. Jakarta: Gunung Mulia
- Sardiman. 2003. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rajawali Pers
- Widodo. 2004. *4 Kecerdasan Menghadapi Ujian*. Jakarta: Yayasan Kelopak
- Yusuf, Syamsu. 2000. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Asrori M, Ali M. 2011, *Piskologi Remaja, Perkembangan Peserta Didik*, PT. Bumi Aksara.jakarta
- Aunurrahman. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: AlfabetaT
- Djiwandono,Sri Esti Wuryani. 2002. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta. PT.Grasindo
- Ormrod J.E., 2008, *Psikologi Pendidikan Jilid 1*. Alih Bahasa Amitya Kumara, Jakarta: Erlangga.
- Syah Muhibbin,2009. *Piskologi Belajar*. PT, Grapindo Persada. Jakarta
- Santrock, J.W., 2008, *Psikologi Pendidikan*, Alih Bahasa Tri Wibowo B.S., Jakarta: Kencana
- Slavin E.R., 2006, *Educational Psychology Theory and Practice, Eighth Edition*, New York: Pearson Education, Inc