# BAB II

# KAJIAN PUSTAKA

## A. Kajian tentang Usaha Guru

### 1. Pengertian Usaha Guru

"Usaha guru dalam mengembangkan emosional adalah sebagai perencana, model, motivator, fasilitator dan evalator.

. Sebagai guru pembimbing dapat membantu siswa agar mampu :

a. Mengenal dan memahami emosi yang di alami.

b. Mengelola emosi yang di alami.

c. Memotivasi diri.

d. Memahami emosi teman-temannya.

e. Mengembangkan hubungan dengan teman-temannya.

Dalam hal sebagai model, guru mampu menunjukkan keteladanan dan menerapkan aspe-aspek kecerdasan emosi anaknya dalam berinteraksi dengan siswa baik didalam kelas maupun diluar kelas".[1]

Guru adalah pengajar yang mendidik. Ia tidak hanya mengajar bidang studi yang sesuai dengan kemampuannya, tetapi juga menjadi pendidik pemuda generasi bangsanya. Atau tenaga profesional yang dapat menjadikan murid-muridnya mampu merencanakan, menganalisis, dan menyimpulkan masalah yang dihadapi. Dengan demikian, seorang guru

[1] Risa Agustin, Tt. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Surabaya: Serba Jaya), hal. 23.

hendaklah bercita-cita tinggi, berpendidikan luas, berkepribadian kuat dan tegar serta berperikemanusiaan yang mendalam.[2]

Usaha guru disini adalah usaha – usaha seorang guru untuk mencapai suatu maksud dalam pe Dalam pengertian guru, guru merupakan sosok yang menjadi panutan dalam setiap tingkah laku, ucapan dan perkataan. Selain itu, guru juga menjadi figur dalam menjalani setiap kehidupan.

Menurut pendapat Hamka dalam tulisannya, memaparkan.

> Guru adalah sosok yang digugu dan ditiru. Digugu artinya diindahkan atau dipercayai. Sedangkan ditiru artinya dicontoh atau diikuti. Ditilik dan ditelusuri dari bahasa aslinya, sansekerta, kata guru adalah gabungan dari kata "gu" dan "ru". Gu artinya kegelapan kemujudan dan kekelaman. Sedangkan "ru" artinya melepaskan, menyingkirkan, atau membebaskan.[3]

Dari pendapat diatas, dapat dimengerti bahwa guru adalah manusia yang berjuang terus menerus dan secara gradual, untuk melepaskan manusia dari kegelapan dngan menjadikan dirinya sebagai figur/contoh yang baik bagi anak didiknya.

Guru adalah seorang pendidik yaitu orang dewasa yang bertanggungjawab memberi bimbingan atau bantuan kepada anak didik dalam perkembangan jasmani dan rohaninya.

Dalam hal ini dengan adanya bimbingan atau bantuan yang dilakukan oleh guru, diharapkan peserta didik mampu mencapai kedewasaannya, mampumelaksanakan tugasnya sebagai makhluk allah,

---

[2] Moh. Roqib dan Nurfuadi, *Kepribadian Guru*. Purwokerto, (STAIN Purwokerto: Press, 2009), hal. 11.

[3] Hamka Abdul Aziz, *Karakter Guru Profesional*, (Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2012), hal. 19.

sebagai khalifah dimuka bumi, sebagai makhluk sosial dan sebagai individu yang mampu berdiri sendiri. Dan atau juga Guru adalah seorang pendidik yaitu orang dewasa yang bertanggungjawab memberi bimbingan atau bantuan kepada anak didik dalam perkembangan jasmani dan rohaninya. [4]

Dalam hal ini dengan adanya bimbingan atau bantuan yang dilakukan oleh guru, diharapkan peserta didik mampu mencapai kedewasaannya, mampumelaksanakan tugasnya sebagai makhluk allah, sebagai khalifah dimuka bumi, sebagai makhluk sosial dan sebagai individu yang mampu berdiri sendiri.

> Guru juga dapat dikatakan sebagai pendidik yang menjadi tokoh, panutan, dan identifikasi bagi para peserta didik, dan lingkungannya. [5] oleh karena itu, untuk menjadi seorang guru salah satunya harus memiliki standar kualitas pribadi tertentu, yang mencakup tanggungjawab, wibawa, mandiri, dan disiplin.
>
> Didalam UU RI No 14 Tahun 2005, dijelaskan guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalir pendidikan formal, pendidikan dasar dan menengah.[6]

Berdasarkan beberapa penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa guru adalah orang yang bertangungjawab terhadap perkembangan

---

[4] Abd Aziz, *Orientasi Sistem Pendidikan Agama di Sekolah* , (Yogyakarta: Teras, 2010). hal. 18.

[5] E Mulyasa, *Menjadi Guru Profesional*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), hal. 37.

[6] Undang-Undang Republik Indonesia, *Tentang Guru dan Dosen*, (Jakarta: Novindo Pustaka Mandiri, 2006), hal. 2.

anak didik dengan mengupayakan perkembangan seluruh potensi anak didi, baik potensi efektif, potensi kognitif, maupun potensi psikomotorik. [7]

Dengan demikian, seharusnya kita menghargai dan memuliakan para pendidik serta ulama seperti halnya memuliakan kedua orang tua kita. Perlu diketahui bahwasannya, pendidik merupakan orang kedua yang harus dihormati dan dimuliakan setelah orang tua. Mereka menggantikan peran orangtua dalam mendidik anak-anak atau peserta didik ketika berada di lembaga pendidikan. Tepat apabila ada pepatah mengatakan: "orangtua adalah guruku dirumah dan guru adalah orang orangtuaku disekolah".

Dan melalui perantara seoran guru atau pendidiklah kita menjadi pintar, memiliki berbagai ilmu pengetauan serta berhasil dalam kehidupan ini. Adakalanya peserta didik "terlupa" atau tidak menghargai jasa para endidik dan ulam bukan hanya ketika mereka sudah lulus atau berhasil, tetapi juga ketika merka masih dalam proses pendidikan. Perlu diketahui , bahwa apabila terdapat seorang murid yang lupa akan jasa-jasa seorang pendidik, maka yakinlah bahwa peserta didik yang lupa akan jasa-jasa gurunya meskipun pintar tapi tak akan membawa berkah (manfaat) ilmunya. [8]

> Guru juga dapat dikatakan sebagai pendidik yang menjadi tokoh, panutan, dan identifikasi bagi para peserta didik, dan lingkungannya. [9] oleh karena itu, untuk menjadi seorang guru salah satunya harus memiliki standar kualitas pribadi tertentu, yang mencakup tanggungjawab, wibawa, mandiri, dan disiplin.

---

[7] Wahab dan Yusriati, *Kompetensi Guru Agama Islam* , (Semarang : Robar Bersama, 2011), hal. 10.

[8] Heri Jauhari Muchtar, *Fikih Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya , 2005), hal. 150.

[9] E mulyasa, *Menjadi Guru Profesional*, (Bandung: Remaja: Rosdakarya, 2007), hal. 37.

> Didalam UU RI No 14 Tahun 2005, dijelaskan guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalir pendidikan formal, pendidikan dasar dan menengah.[10]

Berdasarkan beberapa penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa guru adalah orang yang bertangungjawab terhadap perkembangan anak didik dengan mengupayakan perkembangan seluruh potensi anak didi, baik potensi efektif, potensi kognitif, maupun potensi psikomotorik. [11]

Dengan demikian, seharusnya kita menghargai dan memuliakan para pendidik serta ulama seperti halnya memuliakan kedua orang tua kita. Perlu diketahui bahwasannya, pendidik merupakan orang kedua yang harus dihormati dan dimuliakan setelah orang tua. Mereka menggantikan peran orangtua dalam mendidik anak-anak atau peserta didik ketika berada di lembaga pendidikan. Tepat apabila ada pepatah mengatakan: “orangtua adalah guruku dirumah dan guru adalah orang orangtuaku disekolah”.

Dan melalui perantara seoran guru atau pendidiklah kita menjadi pintar, memiliki berbagai ilmu pengetauan serta berhasil dalam kehidupan ini. Adakalanya peserta didik “terlupa” atau tidak menghargai jasa para endidik dan ulam bukan hanya ketika mereka sudah lulus atau berhasil, tetapi juga ketika merka masih dalam proses pendidikan. Perlu diketahui ,

---

[10] Undang-Undang Republik Indonesia, *Tentang Guru Dan Dosen*, (Jakarta: Novindo Pustaka Mandiri, 2006), hal. 2.

[11] Wahab dan Yusriati, *Kompetensi Guru Agama Islam* ,( Semarang: Robar Bersama, 2011), hal. 10.

bahwa apabila terdapat seorang murid yang lupa akan jasa-jasa seorang pendidik, maka yakinlah bahwa peserta didik yang lupa akan jasa-jasa gurunya meskipun pintar tapi tak akan membawa berkah (manfaat) ilmunya. [12]

a. Tanggung Jawab Guru

Berkaitan dengan tanggung jawab, guru harus menhgetahui serta mmahami nilai norma, moral dan sosial, serta berusaha berperilaku dan berbuat sesuai dengan nilai dan norma tersebut. Guru juga harus bertanggungjawab terhadap segala tindakannya dalam pembelajaran disekolah dan dalam kehidupan masyarakat. Seperti yang diungkapkan oleh Syaiful Bahri dalam bukunya. Bahwa

> Guru adalah orang yang bertanggung jawab mencerdaskan kehidupan anak didik. Guru bertanggung jawab juga untuk memberikan sejumlah norma hidup sesuai ideologi falsafah dan agama kepada anak didik agar mereka tahu mana perbuatan yang susila dan asusila, mana perbuatan yang bermoral dan amoral. [13]

Berdasarkan pernyataan diatas, diketahui bahwa tidak ada seorang guru yang mengharapkan anak didiknya menjadi sampah masyarakat. Untuk itulah giuru dengan penuh dedikasi dan loyalitas berusaha membimbing dan membina anak didik agar masa mendatang menjadi orang yang berguna bagi nusa dan bangsa.

Menurut Wens Tanlain, sesungguhnya, guru yang bertanggung jawab memiliki beberapa sifat antara lain:

---

[12] Heri Jauhari Muchtar, Fikih Pendidikan. (Bandung: Remaja Rosdakarya . 2005), hal. 150.

[13] Syaiful Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik dalam interaksi Edukatif*, (Jakarta: Rieneka Cipta, 2010), hal. 34.

1) Menerima dan mematuhi norma, nilai-nilai kemanusiaan
2) Memikul tugas mendidik dengan bebas, berani, gembira (tugas bukan menjadi beban baginya)
3) Sadar akan nilai-nilai yang berkaitan dengan perbuatannya serta akibat-akibat yang timbul (kata hati)
4) Menghargai orang lain, termasuk anak didik
5) Bijaksana dan hati-hati (tidak nekat, tidak sembrono, tidak singkat akal), dan
6) Takwa Kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Jadi, dengan sifat-sifat tersebut, seorang guru harus bertanggung jawab atas segala sikap, tingkah laku, maupun perbuatannya dalam proses pembentukan kepribadian atau watak peserta didik. Dengan demikian, tanggungjawab seorang guru adalah untuk membentuk peserta didik menjadi orang yang bermoral dan berguna bagi nusa dan bangsa dimasa yang akan datang.

b. Tugas guru

Tugas adalah tanggung jawab yang telah diamanahkan kepada seseorang untuk dilaksanakan atau dikerjakan. Semua profesi pasti mempunyai tugas, dan tugas itu bersifat sangat spesifik. Profesi sebagai guru, sama seperti profesi lainnya, juga mempunyai tugas.[14]

[14] Hamka Abdul Aziz, *Karakter Guru Profesional*, (Jakarta: Al-Mawardi Prima, 2012), h. 21.

Guru bertugas mempersiapkan manusia bermoral yang cakap yang dapat diharapka membangun dirinya dan membangun bangsa dan negara. [15]

Tugas guru sebagai suatu profesi menuntut kepada guru untuk mengembangkan profesionalitas diri sesuai perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Mendidik, mengajar, dan melatih anak didik adalah tugas guru sebagai profesi. Tugas guru srbagai pendidik berarti meneruskan dan mengembangkan nilai-nilai hidup kepada anak didik. Tugas guru sebagai pengajar berarti meneruskan dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi kepada anak didik. Tugas guru sebagai pelatih berarti mengembangkan ketrampilan dan menerapkannya dalam kehidupan demi masa depan peserta didik.

Menurut Roestiyah N.K., bahwa guru dalam mendidik peserta didik bertugas untuk:[16]

a. Menyerahkan kebudayaan kepada anak didik berupa kepandaian, kecakapan, dan pengamalan-pengamalan.
b. Membentuk kepribadian anak yang harmonis, sesuai cita-cita dan dasar negara kita pancasila.
c. Menyiapkan anak menjadi warga negara yang baik.
d. Sebagai perantara dalam belajar

   Didalam proses belajar, guru hanya sebagai perantara/ medium, anak harus berusaha sendiri mendapatkan suatu pengertian

[15] *Ibid.*, hal. 36.
[16] *Ibid.*, hal. 38.

sehingga timbul perubahan dalam pengetahuan, tingkah laku dan sikap.

e. Guru sebagai pembimbing, untuk membawa anak didik kearah kedewasaan, pendidik tidak maha kuasa tidak dapat membentuk anaka-anak menurut sekehendaknya.

f. Guru sebagai penghubung antara sekolah dan masyarakat. Anak nantinya akan hidup dan bekerja, serta mengabdikan diri dalam masyarakat, dengan demikian anak harus dilatih dan dibiasakan di sekolah di bawah pengawasan guru.

g. Sebagai penegak disiplin seorang guru dapat menjadi contoh dalam segala hal tat tertib dapat berjalan bila guru dapat menjalani lebih dalam.

h. Guru sebagai administrator dan manajer.

i. Pekerjaan guru sebagai suatu profesi.

   Orang yang menjadi guru karena terpaksa tidak dapat bekerja dengan baik, maka harus menyadari benar-benar pekerjaannya sebagai suatu profesi.

j. Guru sebagai perencana kurikulum.

   Gurulah yang paling tahu akan kebtuhan anak didiknya dan masyarakat sekitar, maka dalam menyusun kurikulum, kebutuhan tersebut tidak boleh ditinggalkan.

k. Guru sebagai pemimpin (*guidance worker*)

Guru mempunyai kesempatan dan tanggung jawab dalam banyak situasi untuk membimbing anak ke arah pemecahan soal, membentuk keputusan, dan menghadapkan anak didik kepada problem.

l. Guru sebagai sponsor dalam kegiatan anak-anak.

Guru harus turut aktif dalam segala aktifitas anak, misalnya dalam ekstra kurikuler membentuk kelompok belajar dan sebagainya.[17]

Selajutnya tugas guru menurut Darji Darmodiharjo, tugas guru minimal ada tiga:

> Mendidik, mengajar, dan melatih. Tugas mendidik lebih menekankan pada pembentukan jiwa, karakter, dan kepribadian berdasarkan nilai-nilai tugas mengajar lebih menekankan pada pengembangan kemampuan penalaran dan tugas melatih menekankan pada pengembangan kemampuan penerapan teknologi dengan cara melatih berbagai ketrampilan.[18]

Lain halnya dalam lembaga persekolahan, tugas utama guru adalah mendidik dan mengajar. Dan agar tugas utama tersebut dapat dilaksanakan dengan baik, maka seorang guru perlu memiliki kompetensi dalam ilmu pengetahuan moral yang baik, dedikasi dalam menjalankan tugasnya, kematangan jiwa (kedewasaan), dan memiliki ketrampilan teknis mengajar. Dengan kualifikasi tersebut, diharapkan guru dapat menjalankan tugasnya sebagai pendidik dan pengajar mulai dari perencanaan program

---

[17] *Ibid.*, hal. 39.

[18] Marno dan M. Idris, *Strategi, Metode, dan Teknik Mengajar*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hal. 18.

pembelajaran, mampu memberikan keteladanan dalam banyak hal, kemampuan untuk menggerakkan etos anak didik sampai pada evaluasi. [19]

## B. Kajian tentang Kecerdasan Emosional

### 1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Menurut Shapiro, istilah kecerdasan emosional pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh dua orang ahli, yaitu Peter Salovey dan John Mayer untuk menerangkan jenis-jenis kualitas emosi yang dianggap penting untuk mencapai keberhasilan. Jenis-jenis kualitas emosi yang dimaksud antara lain: (1) empati, (2) mengungkapkan dan memahami perasaan, (3) mengendalikan amarah, (4) kemampuan kemandirian, (5) kemampuan menyesuaikan diri, (6) diskusi, (7) kemampuan memecahkan masalah antarpribadi, (8) ketekunan, (9) kesetiakawanan, (10) kemarahan, dan (11) sikap hormat. [20]

Emosi berasal dari kata *e* yang berarti energi dan *motion* yang berarti getaran. Emosi bisa dikatakan sebagai sebuah energi yang terus bergerak dan bergetar[21]. Emosi adalah perasaan tertentu yang bergejolak dan dialami seseorang serta berpengaruh pada kehidupan manusia. Emosi memang sering dikonotasikan sebagai sesuatu yang negatif. Bahkan, pada beberapa budaya emosi dikaitkan dengan sifat marah

---

[19] *Ibid.*, hal. 19.

[20] Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran* , (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 102.

[21] Triantoro Safaria, dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda,* (Jakarta:Bumi Aksara, 2012), hal. 12.

seseorang,sebenarnya terdapat banyak macam ragam emosi, antara lain sedih, takut, kecewa dan sebagainya yang semuannya berkonotasi negatif. Emosi lain seperti senang, puas, gembira, dan lain-lain, semuanya berkonotasi positif.

Berkaitan denganhakikat emosi, James dan Lange yang menjelaskan bahwa *Emotion is the perceptionof bodily changeswich occur in response to an event.* Emosi adalah persepsi perubahan jasmaniah yang terjadi dalam memberi tanggapan (respons) terhadap suatu peristiwa. Definisi ini bermaksud menjelaskan bahwa pengalaman emosi merupakan persepsi dari reaksi terhadap situasi. [22] para ahli psikologi seperti Fehr dan Russel menegaskan bahwa: "setiap orang tahu apa itu emosi, sampai dia diminta untuk memberikan definisi tentang emosi itu sendiri. Setelah itu, tidak seorangpun dari mereka yang mengetahuinya. [23]

Emosi merupakan kekuatan pribadi (*personal power*) yang memungkinkan manusia mampu berpikir secara keseluruhan, mampu mengenali emosi sendiri dan emosi orang lain serta tahu cara mengekpresikannya dengan tepat.[24] Oleh karena itu, yang dimaksudkan dengan emosi disini bukan terbatas pada emosi atau perasaan saja, tetapi meliputi setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai dengan warna efektif, baik pada tingkat yang lemah (dangkal) maupun pada tingkat yang kuat ( mendalam).

---

[22] Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran,* (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), hal. 62.

[23] Roger Daniel, *Teknik-Teknik Mengatasi Emosi,* (Jogjakarta: Garailmu, 2009), hal. 33.

[24] Atmaja Prawira, *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, (jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal. 159-160.

Menurut Wundt ada tiga pasang kutub emosi, yaitu

a. *Lust – Unlust* (senang- tak senang)
b. *Spanning – Losung* (tegang – tak tegang).
c. *Erregung – Berubingung* (semangat – tenang).

Perubahan- perubahan pada tubuh pada saat terjadi emosi.

a. Reaksi elektris pada kulit: meningkat bila terpesona.
b. Peredaran darah: bertambah cepat bila marah.
c. Denyut jantung: bertambah cepat bila terkejut.
d. Pernafasan: bernafas panjang kalau kecewa.
e. Pupil mata: membesar bila sakit atau marah.
f. Liur: mengering kalau takut atau tegang
g. Bulu roma: berdiri kalau takut.
h. Pencernaan: mencret-mencret kalau tegang.
i. Otot: ketegangan dan ketakutan menyebabkan otot menegang atau bergetar (*tremor)*
j. Komposisi darah: komposisi darah akan ikut berubah dalam keadaan emosional karena kelenjar lebih aktif.[25]

Istilah *kecerdasan emosi* berakar dari konsep *social intelligence*, yaitu suatu kemampuan memahami dan mengatur untuk bertindak secara bijak dalam hubungan antar manusia. Sementara Salovey dan Mayer, menggunakan istilah kecerdasan emosional untuk menggambarkan sejumlah ketrampilan yang berhubungan dengan keakuratan penilaian

[25] Ahmad Fauzi, *Psikologi Umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2004), hal. 54- 56.

tentang emosi diri sendiri dan orang lain, serta kemampuan mengelola perasaan untuk memotivasi, merencanakan, dan meraih tujuan kehidupan.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beba stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa. [26] kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi, baik emosi dirinya sendiri maupun emosi orang lain, dengan tindakan konstruktif, yang mempromosikan kerja sama sebagai tim yang mengacu pada produktivitas dan bukan pada konflik.

Terdapat ayat Al-Qur'an yang menggambarkan bahwa faktor kecerdasan emosional juga ikut serta menentukan eksistensi manusia di depan Tuhan yaitu dalam QS. Al Haj ([22]:46):

أَفَلَمْ يَسِيرُوا۟ فِى ٱلْأَرْضِ فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَآ أَوْ ءَاذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا ۖ فَإِنَّهَا لَا
تَعْمَى ٱلْأَبْصَـٰرُ وَلَـٰكِن تَعْمَى ٱلْقُلُوبُ ٱلَّتِى فِى ٱلصُّدُورِ ﴿٤٦﴾

Artinya: *"Maka apakah mereka tidak berjalan di bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar? Karena sesungguhnya bukanlah mata itu yang buta, tetapi yang buta ialah hati yang didalam dada." (QS. Al Haj [22]:46).*

[26] Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru....*, hal. 68.

Kecerdasan emosional erat hubungannya dengan kecerdasan interpersonal. Menurut Goleman, faktor emosi sangat penting dan memberikan suatu warna yang kaya dalam kecerdasan antar pribadi. Ada lima wilayah kecerdasan pribadi dalam bentuk kecerdasan emosional. Lima wilayah tersebut adalah kemampuan mengenali emosi diri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan memotivasi diri, kemampuan mengenali emosi orang lain, dan kemampuan membina hubungan. Lima wilayah tersebut menjadi bagian dari Pendidikan Agama Islam. Kecerdasan emosional di dalam ajaran Islam lebih dekat dengan ajaran mengenai akhlak.

Selanjutnya Salovey dan Mayer menempatkan kecerdasan emosional dalam yang disebutnya sebagai lima wilayah utama, yaitu kemampuan untuk mengenali diri sendiri, kemampuan mengelola emosi dan mengekspresikan emosi diri sendiri dengan tepat, kemampuan memotivasi diri, kemampuan mengenali emosi orang, dan kemapuan membina hubungan dengan dengan orang lain. [27]

Dalam perspektif islam, kecerdasan emosi pada intinya adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi. Hal ini sesuai dengan ajaran Agama Islam bahwa Allah memerintahkan kita untuk menguasai emosi-emosi kita, mengendalikannya, dan juga mengontrolnya. Seperti dalam firman Allah dalam Surat Al- Hadid ayat 22-23:

---

[27] Atmaja Prawira, *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*, (jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal. 160.

مَآ أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِى ٱلْأَرْضِ وَلَا فِىٓ أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِى كِتَـٰبٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَآ ۚ
إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى ٱللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ لِّكَيْلَا تَأْسَوْا۟ عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا۟ بِمَآ ءَاتَىٰكُمْ ۗ
وَٱللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿٢٣﴾

Artinya*: Tiada suatu bencanapun yang menimpa di bumi dan (Tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan Telah tertulis dalam Kitab (Lauhul Mahfuzh) sebelum kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah. Kami jelaskan yang demikian itu supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri.*

**2. Komponen Dasar Kecerdasan Emosional**

Pertama kemampuan mengenali emosi diri sendiri merupakan kemampuan dasar dari kecerdasan emosional. Kemampuan ini mempunyai peranan untuk memamtau perasaan dari waktu ke waktu. Juga berfungsi untuk mencermati perasaan-perasaan yang muncul. Adanya komponen ini mengidikasikan anak berada dalam kekuasaan emosi manakala ia tidak memiliki kemampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya. Hal penting yang perlu dipahami dalam kemampuan mengenali emosi diri sendiri meliputi kesadaran diri, tenggelam dalam permasalan, pasarah.

Apabila anak menunjukkan sikap atau respons positif terhadap gejala-gejala ini berarti ia telah memiliki perkembangan emosional yang baik.

Kedua, mengelola emosi. Anak sering terlihat murung, jangan dibiarkan kkondisi itu berlajur secara terus menerus. Harus segera turun tangan untuk membantu mengatasi masalah yang sedang dihadapinya.

kemampuan mengelola emosi meliputi menguasai diri sendiri, termasuk menghibur dirinya sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan, dan akibat-akibat yang timbul karena kegagalan dalam mengelola ketrampilan dasar emosi

ketiga, memotivasi diri sendiri. Kemampuan dasar memotivasi diri sendiri meliputi berbagai segi, yaitu pengendalian dorongan hati, kekuatan berpikir positif, dan optimisme. Anak yang mempunyai ketrampilan memotivasi diri sendiri dengan baik cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam segala tindakan yang dikerjakannya. Jadi, kemampuan seseorang dalam menata emosi merupakan modal pokok si anak untuk mencapai tujuan atau cita-citanya.

Keempat, mengenali emosi orang lain (empati). Kemampuan yang bergantung pada kesadaran diri emosional. Orang yang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial tersembunyi yang mengisyaratkan apa yang dibutuhkan atau dikehendaki oleh orang lain. Jadi, orang dengan kemampuan yang andal dalam mengenali emosi orang lain akan mudah sukses dalam pergaulannya dengan orang lain di tengah-tengah masyarakat luas.

Kelima, membina hubungan dengan orang lain merupakan ketrampilan mengelola emosi orang lain yang meliputi ketrampilan sosial yang menunjang popularitas, kepemoimpinan, dan keberhasilan hubungan antar pribadi. [28]

Menurut L. Crow, emosi adalah pengalaman yang afektif yang disertai oleh penyesuaian batin secara menyeluruh, dimana keadaan mental dan fisiologi sedang dalam kondisi yang meluap-luap, juga dapat diperlihatkan dengan tingkah laku yang jelas dan nyata. Menurut Kaplan dan Saddock, emosi adalah keadaan perasaan yang kompleks yang mengandung komponen kejiwaan, badan, dan perilaku yang berkaitan dengan *affect* dan *mood. Affect* merupakan ekspresi sebagai tampak oleh orang lain dan *affect* dapat bervariasi sebagai respons terhadap perubahan emosi, sedangkan *mood* adalah suatu perasaan yang meluas, meresap dan terus-menerus yang secara subjektif dialami dan dikatakan oleh individu dan juga dilihat oleh orang lai. Menurut Goleman, emosi adalah perasaan dan pikiran khasnya; suatu keadaan biologis dan psikologis, suatu rentangan dari kecenderungan untuk bertindak. Menurut kamus *The American College Dictionary,* emosi adalah suatu keadaan afektif yang disadari dimana dialami perasaan seperti kegembiraan (*joy*), kesedihan, takut, benci, dan cinta (dibedakan dari keadaan kognitif dan keinginan yang disadari); dan juga perasaan seperti kegembiraan (*joy*) , kesedihan, takut, benci, dan cinta. [29]

---

[28] *Ibid*,. hal. 160-162.
[29] Djaali, *Psikologi Pendidikan* , (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 37.

**3. Bentuk-Bentuk Emosional**

1. Amarah, didalamnya meliputi brutal, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, rasa pahit, berang, tersinggung, bermusuhan, tindak kekerasan, dan kebencian patalogis
2. Kesedihan, didalamnya meliputi pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihani diri, kesepian, ditolak, putus asa, dan depresi.
3. Rasa takut, didalamnya meliputi cemas, takut, gugup, khawatir, waswas, perasaan takut sekai, sedih, waspada, tidak tenang, ngeri, kecut, panik, dan fobia.
4. Kenikmatan. Didalamnya meliputi bahagia, gembira, ringan puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan indrawi, takjub, terpesona, puas, rasa terpenuhi, girang, senang sekali, dan mania.
5. Cinta, didalamnya meliputi penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran, dan kasih sayang.
6. Terkejut, didalamnya meliputi terkesiap, takjub, dan terpana.
7. Jengkel, didalamnya meliputi hina, jijik, muak, mual, benci, tidak suka, dan mau muntah.
8. Malu, didalamnya meliputi rasa bersalah, malu hati, kesal hati, menyesal, hina, aib, dan hati hancur lebur. [30]

[30] Mohammad Ali, dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hal. 63.

Menurut Daniel Goleman pengembangan kecerdasan emosional, orang-orang sukses selain memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi tetapi juga memiliki stabilitas emosi, motivasi kerja yang tinggi, mampu mengendalikan stres, tidak mudah putus asa, dll. Orang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi adalah mereka yang mampu mengendalikan diri (mengendalikan gejolak emosi), memelihara dan memacu motivasi untuk terus berupaya dan tidak mudah menyerah, mampu menerima kenyataan, dapat merasakan kesenangan meskipun dalam kesulitan, dll. [31]Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kecerdasan emosi dalam pembelajarn adalah sebagai berikut.

1. Menyediakan lingkungan yang kondusif.
2. Menciptakan iklim pembelajaran yang demokratis.
3. Mengembangkan sikap emapati, dan merasakan apa yang sedang dirasakan oleh peserta didik.
4. Membantu peserta didik menemukan solusi dalam setiap masalah yang dihadapi nya.
5. Melibatkan peserta didik secara optimal dalam pembelajan, baik secara fisik, sosial, maupun emosional.
6. Merespon setiap perilaku peserta didik secara positif, dan menghindari respon yang negatif.

[31] Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), hal. 97.

7. Menjadi teladan dalam menegakkan aturan dan disiplin dalam pembelajaran. [32]

"Kecerdasan emosional" atau emotional intelligence merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda tetapi saling melengkapi, dengan kecerdasan akademik.

kecerdasan emosional sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. [33]

**4. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional**

a. Kesadaran diri

Kesadaran diri yakni kemampuan untuk mengenal dan memilah-milah perasaan, memahami hal yang sedang kita rasakan dan mengapa hal yang sedang kita rasakan dan mengapa hal itu kita rasakan, dan mengetahui penyebab munculnya perasaan tersebut, serta pengaruh perilaku kita terhadap orang lain. [34]

b. Pengaturan diri

---

[32] E. Mulyasa, *MENJADI GURU PROFESIONAL Menciptakan pembelajaran Kreatif dan* Menyenangkan, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hal. 162-163.

[33] Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2005), hal. 512-513.

[34] Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru...*, hal. 77.

Pengaturan diri ialah menangani emosi sedemikian rupa sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya satu gagasan, maupun pulih kembali dari tekanan emosi.

c. Motivasi

Motivasi ialah menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntut kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efekif, serta untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustasi.

d. Empati

Empati ialah merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang. [35]

e. ketrampilan sosial

ketrampilan sosial ialah menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, menggunakan ketrampilan-ketrampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisisihan, serta untuk bekerja sama dan bekerja dalam team. [36]

---

[35] *Ibid.*, hal. 85.

[36] Baharuddin dan Esa Nur Wahyuni, *Teori Belajar Dan Pembelajaran*, ( Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), hal. 160.

**5. Langkah-Langkah Mengembangkan Kecerdasan Emosional**

Dalam mengembangkan emosi siswa, seorang guru agar melatih anak-anak agar dapat mengendalikan emosi secara sehat. Menyarankan langkah-langkah sebagai berikut:

a. Membiasakan mereka mengungkapkan perasaan mereka secara sehat, bukan dengan marah yang ditahan, tetapi menunjukan marah yang perlu dipelajari pengendaliannya.
b. Melatih untuk bisa mengekspresikan perasaannya dengan baik.
c. Melatih anak mengenali perasaan orang lain dan dampak perasaan orang lain jika pelampiasan perasaan dalam bentuk emosi yang terarah.
d. Melatih anak bersabar dan tidak selalu mengikuti dorongan emosi

**6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional**

Terdapat berbagai jenis faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya emosi yang dimiliki oleh seseorang. Ary Ginanjar Agustian menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang, diantaranya adalah:

a. Faktor keluarga

Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi anak. Perawatan orang tua yang penuh kasih sayang dan pendidikan tentang nilai-nilai kehidupan, baik agama maupun sosial budaya yang diberikannya merupakan faktor yang kondusif untuk

mempersiapkan anak menjadi pribadi dan anggota masyarakat yang sehat.[37]

b. Faktor psikologis

Faktor psikologis merupakan faktor yang berasal dari dalam diri seseorang. Faktor internal ini akan membantu setiap orang dalam mengelola, mengontrol, mengendalikan dan mengkoordinasikan keadaan emosi agar terbentuk dalam perilaku secara efektif.

c. Faktor otak

La Doux mengungkapkan bagaimana arsitektur otak memberi tempat istimewa bagi amigdala sebagai penjaga emosi, penjaga yang mampu membajak otak. Amigdala adalah spesialis masalah-masalah emosional. Apabila Amigdala dipisahkan dari bagian-bagian otak lainnya, hasilnya adalah ketidakmampuan yang sangat mencolok dalam menangkap makna emosi awal suatu peristiwa, tanpa amigdala tampaknya ia kehilangan semua pemahaman tentang perasaan, juga setiap kemampuan merasakan perasaan. Amigdala berfungsi sebagai semacam gudang ingatan emosional.

d. Faktor pelatihan emosi

Kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang akan menciptakan kebiasaan, dan kebiasaan rutin tersebut akan menghasilkan pengalaman yang berujung pada pembentukan nilai. Reaksi emosional apabila diulang-

[37] Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000), hal. 37.

ulang pun akan berkembang menjadi suatu kebiasaan. Pengendalian diri dan kebiasaan tidak muncul begitu saja tanpa dilatih.

e. Faktor pendidikan

Pendidikan dapat menjadi salah satu sarana belajar seseorang untuk mengembangkan kecerdasan emosional. Seseorang mulai dikenalkan dengan berbagai bentuk emosi dan bagaimana mengelolanya melalui pendidikan, pendidikan tidak hanyaberlangsung disekolah, tetapi juga dilingkungan keluarga dan masyarakat. Sistem pendidikan disekolah tidak boleh hanya menekankan pada kecerdasan akademik saja, memisahkan kehidupan dunia dan akhirat, serta menjadaikan ajaran agama sebagai ritual saja.

f. Temperamen yang dimiliki seseorang

Temperamen dapat dirumuskan sebagai suasana hati yang mencirikan kehidupan emosional seseorang. Temperamen merupakan bawaan sejak lahir dan setiap orang memiliki kisaran emosi berbeda dengan yang lainnya. Setiap orang memiliki perbedaan dalam hal seberapa sering emosi itu muncul.[38]

Selanjutnya ada juga faktor penting yang memengaruhi perkembangan emosi seseorang, ada dua yaitu; kematangan perilaku emosional dan belajar**,** pertama, kematangan perilaku emosional. Perkembangan intelektual seseorang nantinya menghasilkan kemampuan untuk memahami makna yang sebelumnya tidak dimengerti,

[38] Ary Ginanjar Agustian, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi* , 2005, hal. 71-74.

memerhatikan suatu rangsangan dalam jangka waktu lebih lama, dan memutuskan ketegangan emosi pada satu objek. Kemampuan mengingat dan menduga memengaruhi reaksi emosional sehingga anak menjadi reaktif terhadap rangsangan yang semula kurang atau tidak memengaruhi dirinya. Kematangan perilaku emosional secara fisiologi dipengaruhi oleh kelenjar endoktrin yang menghasilkan hormon adrenalin. Kelenjar endoktrin tersebut berkembang sangat pesat ketika anak berumur 5 tahun dan kemudian melambat ketika anak berumur diatas 5 tahun hingga 11 tahun. Diatas umur 11 tahun kelenjar endokrin akan membesar lagi hingga anak berumur 16 tahun.

Kedua, kegiatan belajar. Faktor belajar dinilai lebih penting karena lebih mudah dikendalikan dibanding faktor lain. Caranya adalah dengan mengendalikan positif lingkungan belajarnya guna menjamin pembinaan emosi anak. Pembinaan dengan belajar juga diupayakan dengan menghilangkan pola reaksi emosional yang tidak diinginkan. Ada lima jenis kegiatan belajar yang turut menunjang pola perkembangan emosi seseorang, yaitu, belajar coba ralat, belajar dengan cara meniru, belajar dengan cara identifikasi, belajar melalui pengondisian, dan belajar melalui pelatihan- pelatihan.[39]

Steven J. Stein dan Howard E.Book menuliskan sebuah model kecerdasan emosional dan disebutnya Bar-on. Pada model kecerdasan *Bar-on* ini digunakan istilah *ranah* untuk membatasi komponen satu dengan

[39] Purwa Atmaja , *Psikologi Pendidikan Dalam Perspektif Baru*, ( Jogjakarta: Ar-Ruzz Media: 2012), hal. 163-164.

komponen yang lainnya sehingga masing-masing komponen yang menyusun kecerdasan emosional seperti diuraikan berikut ini.

Ranah intrapribadi, terkait dengan kemampuan seseorang untuk mengenal dan mengendalikan dirinya sendiri. Ranah intrapribadi ini meliputi kesadaran diri, sikap asertif, kemandirian, penghargaan diri, dan aktualisasi diri. Kesadaran diri, suatu kemampuan untuk mengenali perasaan dan mengapa dirinya merasakannya seperti itu dan pengaruh perilakunya terhadap orang lain, sikap asertif, suatu kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaannya, membela diri dan mempertahankan pendapatnya; kemandirian, suatu kemampuan untuk mengarahkan dan mengendalikan diri , berdiri dengan kaki sendiri; penghargaan diri, suatu kemampuan untuk mengenali kekuatan dan kelemahan kita dan menyenangi diri sendiri meskipun dirinya memiliki kelemahan; aktualisasi diri, suatu kemmapuan mewujudkan potensi yang dimilikinya dan merasakan kesenangan (kepuasan) dengan prestasi yang diraihnya dalam karya maupun dalam kehidupan pribadinya.

Ranah antar pribadi, berkaitan dengan ketrampilan bergaul dan berinteraksi dengan orang lain yang dimiliki seseorang. Wilayah terdiri atas tiga skala, yaitu empati, tanggungjawab dan hubungan antar pribadi. empati, kemampuan untuk memahami perasaan dan pikiran orang lain, kemampuan untuk melihat dunia dari sudut pandang orang lain; tanggung awab sosial, kemampuan untuk menjadi anggota masyarakat yang dapat bekerja sama dan yang bermanfaat bagi kelompok masyarakat; hubungan

antarpribadi, mengacu pada kemampuan untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan yang saling menguntungkan, dan ditandai oleh saling memberi dan menerima dan rasa kedekatan emosional.

Ranah penyesuaian diri, berkaitan dengan kemampuan untuk bersikap lentur dan realistis dan untuk memecahkan aneka masalah yang muncul. Ketiga skalanya adalah uji realitas, sikap fleksibel, dan pemecahan masalah. Uji realitas, suatu kemampuan untuk melihat sesuatu sesuai dengan kenyataan, bukan seperti yang kita inginkan atau takuti; sikap fleksibel, suatu kemampuan untuk menyesuaikan perasaan, pikiran, dan tindakan kita dengan keadaan yang berubah-ubah; pemecahan masalah, suatu kemampuan untuk mendefinisikan permasalahn, kemudian bertindak untuk mencari dan menerapkan pemecahan yangjitu dan tepat.[40]

Ranah pengendalian stres, terkait dengan kemampuan seseorang untuk bertahan menghadapi stres dan mengendalikan impuls. Kedua skalanya adalah ketahanan menanggung stres dan pengendalian implus: ketahanan menanggung stres adalah suatu kemampuan untuk tetap tenang dan berkonsentrasi dan secara konstruktif bertahan menghadapi kejadian yang gawat dan tetap tegar menghadapi konflik emosi; pengendalian impuls adalah suatu kemampuan untuk menahan atau menunda keinginan untuk bertindak.

Ranah suasana hati umum, juga memiliki dua skala, yaitu optimisme dan kebahagiaan: optimisme adalah kemampuan untuk mempertahankan

[40] *Ibid.*, hal. 164-165.

sikap positif yang realistis terutama dalam menghadapi masa-masa sulit;kebahagiaan adalah kemampuan untuk mensyukuri kehidupan, menyukai diri sendiri dan orang lain, dan untuk bersemangat serta bergairah dalam melakukan sikap kegiatan.

Dari uraian d,iatas , kita dapat menarik kesimpulan bahwa pada prinsipnya setiap komponen pembangun kecerdasan emosional dan keseluruhan bangunannya dapat diperbaiki dengan pendidikan, pelatih dan pengalaman. [41]

**7. Mengembangkan Sikap Empati**

Salah satu unsur dari emosional adalah adanya empati. Empati merupakan suatu sikap kepribadian seseorang dimana seseorang mampumenempatkan diri dalam posisi orang lain. Para psikolog perkembangan menegakan bahwa sesungguhnya ada dua komponen empati, yaitu (1) reaksi emosi kepada orang lain yang normalnya berkembang dalam enam tahun pertama kehidupan anak-anak, dan (2) reaksi kognitif yang menentukan sampai seberapa jauh anak-anak atau siswa dari sudut pandang atau perspektif orang lain.

Kita dapat melihat empati emosi pada kebanyakan anak (siswa). Melihat temannya yang sedang menangis , kebanyakan dirinya juga sering ikut menangis Empati ini sebagai “empati global’ karena ketidakmampan

[41] Purwa Atmaja, *Psikologi Pendidikan*...,.hal. 165-166.

anak untuk membedakan antara diri sendiri dan dunianya, sehingga ia menafsirkan rasa tertekannya sendiri.

Lawrence E. Shapiro, menawarkan beberapa kegiatan yang melibatkan anak-anak dalam mengajarkan empati sebagai bagian dari mengajarkan emosi kepada anak. Kegiatan yang melibatkan anak tersebut meliputi: (1) bekerja didapur umum dalam suatu kegiatan sosial, (2) bergabung dengan organisasi yang berusaha menyelamatkan spesies yang terancam punah, (3) ikut dalam kerja bakti dilingkungan sekitar rumah, (4) menghibur orangjompo di panti werda, (5) membantu mengajari anak-anak lebih kecil, (6) membuat boneka bagi anak-anak yang sedang sakit.

Tahapan emapati kognitif kemampuan memandang sesuatu dari sudut pandang orang lain dan berbuat sesuai dengan itu. Ketrampilan memahami sesuatu dengan perspektif orang lain ini memungkinkan seorang anak mengetahui kapan bisa mendekati teman yang sedih dan kapan ia ia harus membiarkannya sendirian. Empati kognitif tidak memerlukan komunikasi emosi (misalnya, menangis), karena dalam usia ini seseorang anak mengembangkan acuan  atau model tentang bagaimana prasaan seseorang yang sedang dalam situasi yang mengusahakan, entah diperlihatkan atau tidak.

Dalam tahapan ini yang disebut empati abstrak , anak-anak mengungkapkan kepeduliannya terhadap orang-orang yang kurang beruntung dibanding mereka, entahdidaerah tempat tinggalnya sendiri atau diluar negeri.

Waktu mengajari anak didik bersikap peduli kepada orang lain, tidak ada yang dapat menggantikan pengalaman, tidak cukup apabila hanya dibicarakan. Seperti yang akan kita lihat dalam seluruh buku ini, ketrampilan khususnya yang menyangkut hubungan anak anda dengan orang lain, hanya dapat diajarkan dengan efektif melalui bagian otak emosional. Walaupun bahasa dan logika pada bagian otak untuk berpikir penting dalam mengajarkan nilai-nilai kepada anak, ini tidak akan membentuk perilaku mereka seperti rasa bangga dan rasa memiliki yang menyertai saat berbuat sesuatu untuk menolong orang lain. [42]

**8. Membantu Menemukan Solusi Dalam Setiap Masalah**

Memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi; mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir; berempati dan berdoa. Kemampuan, kompetensi, dan kecakapan nonkognitif yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan. Atau kemampuan khusus yang kita sebut "akal sehat", terkait dengan kemampuan membaca lingkungan politik dan sosial, dan menatanya kembali, kemampuan memahami dengan spontan apa yang diinginkan dan dibutuhkan orang lain, kelebihan dan kekurangan mereka; kemampuan

[42] Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 108-110.

untuk tidak terpengaruh tekanan; dan kemampuan untuk menjadi orang yang menyenangkan, kehadirannya didambakan orang lain.

Ketrampilan kecerdasan emosi bekerja secara sinergi dengan keterampilan kognitif, orang-orang yang berprestasi tinggi memiliki keduanya. Makin kompleks pekerjaan, makin penting kecerdasan emosi. Emosi yang lepas kendali dan membuat orang pandai menjadi bodoh. Tanpa kecerdasan emosi, orang tidak akan mampu menggunakan kemampuan kognitif mereka sesuai dengan potensi yang maksimum. Yang diperlukan untuk sukses dimulai dengan ketrampilan intelektual, tetapi orang juga memerlukan kecakapan emosi untuk memanfaatkan potensi bakat mereka secara penuh. Penyebab kita tidak mencapai potensi maksimum adalah ketidak terampilan emosi. [43]

Kecerdasan emosi dalam membantu menemukan solusi dalam setiap masalah: kecerdasan emosional lah yang memotivasi seseorang untuk mencari manfaat dan mengaktifkan aspirasi dan nilai-nilai yang paling dalam, mengubah apa yang dipikirkan menjadi apa yang dijalani. Kecerdasan emosional menuntun seseorang belajar mengakui dan menghargai perasaan pada dirinya dan orang lain untuk menanggapi dengan tepat, menerapkan dengan afektif informasi dan energi, emosi dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari. [44]

---

[43] Hamzah B. Uno, *Orintasi Baru dalam Psikologi* Pembelajaran, ( Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 68-69.

[44] Hamzah B. Uno, *Orintasi Baru dalam Psikologi* Pembelajaran, ( Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 71.

Kecakapan emosi yang paling sering mengantar orang ketingkat keberhasilan ini antara lain:

- Inisiatif, semangat juang, dan kemampuan menyesuaikan diri;
- Pengaruh, kemampuan memimpin tim, dan kesadaran politis;
- Empati, percaya diri, dan kemampuan mengembangkan orang lain.

Sebaliknya, dua pembawaan yang paling lazim dijumpai pada mereka yang gagal adalah:

- Bersikap kaku: mereka tidak mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan dalam budaya perusahaan, atau mereka tidak mampu menerima atau menanggapi dengan baik umpan balik tentang sikap mereka yang perlu diubah atau diperbaiki. Mereka tidak mampu mendengarkan atau belajar dari kesalahan.
- Hubungan yang buruk: faktor yang paling sering disebut, seperti terlalu mudah melancarkan kritik pedas, tidak peka, atau terlalu menuntutsehinggan mereka cenderung dikucilkan oleh rekan-rekan kerja. [45]

**9. Merespon Setiap Perilaku Positif**

Reward merupakan salah satu prinsip yang penting pafda teori-teori perilaku yang disebut istilah *reinforser*. [46]Merupakan konsekuensi positif karena konsekuensi yang menyenangkan akan memperkuat perilaku.

---

[45] Hamzah B. Uno, *Orintasi Baru dalam Psikologi* Pembelajaran, ( Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 73.

[46] Ratna Wilis Dahar, *Teori-teori Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Erlangga, 2011), hal. 20.

Merespon setiap perilaku positif siswa dengan memberikan reward, reward adalah salah satu alat untuk mendidik siswa agar merasa senang karena perbuatan atau pekerjaannya dalam mengerjakan tugas mendapat penghargaan.[47] Reward usaha pendidik untuk memperbaiki perilaku dan budi pekerti sebagai sebuah konsekuensi sesuai dengan perbuatan siswa. Reward diberikan atas konsekuensi perbuatan baik. [48]

Berdasarkan bahasa, *reward* merupakan kata yang berasal dari bahasa inggris yang berarti ganjaran, upahh, hadiah. [49]

Macam-macam Reward

*Reward* sebagai suatu konsekuensi positif bagi perbuatan seorang siswa memiliki beberapa macam yang diantaranya sebagai berikut:

a. *Reward* (*Reinforser*) Sosial

*Reinforser* sosial yaitu pemberian penghargaan berupa pujian, senyuman atau perhatian.[50] Pujian merupakan bentuk motivasi yang positif. Namun dalam pemberiannya harus tepat agar dapat memupuk suasana yang menyenangkan dan mempertinggi keinginan belajar sekaligus akan membangkitkan harga diri. Pujian dapat diberikan dengan dua bentuk, yaitu verbal dan non verbal. Pujian dengan menggunakan bentuk verbal contohnya adalah “jika hasil ulanganmu selalu bagus seperti ini, kamu pasti bias menjadi juara kelas”. Kata sederhana yang juga dapat

---

[47] Ngalim Purwo, *Ilmu Pendidikan Teoritis dan Praktis,* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), hal. 182.

[48] *Ibid.*, hal. 185.

[49] Priyo Darmanto, Pujo Wiyoto, *Kamus Inggris-Indonesia Indonesia-Inggris,* (Surabaya Arkola), hal. 332.

[50] Ratna Wilis Dahar, *op. cit.*, hal. 20.

dijadikan pujian seperti kata pintar, hebat, luar biasa, cerdas dan kata positif lainnya. Sedangkan pujian dalam bentuk non verbal diberikan dengan acungan jempol, tepuk tangan dan anggukan.

Senyuman dapat dibeikan sebagai suatu *reward*, karena senyum adalah ekspresi kegembiraan. Senyum yang diberikan oleh guru secara ikhlas akan diterima siswa dengan senang sebagai persepsi kegembiraan dan kepuasan guru terhadap sikap atau hasil belajar siswa. Perhatian dalam suatu pemberian *reward* dapat dilakukanseorang guru dengan memperhatikan siswa dengan seksama. Seperti siswa yang memiliki nilai rendah, guru sebaiknya memberikan perhatian akan perkembangan proses dan hasil belajarnya sehingga siswa tersebut selalu memiliki keinginan untuk terus meningkatkan prestasinya.

b. *Reward* (*Reinforser*)

AktivitasPemberian *reward* aktivitas yaitu dengan pemberian mainan, melakukan permainan, *outbond* atau kegiatan menyenangkan lainnya.[51] Kegiatan menyenangkan yang dimaksud adalah berbagai kegiatan atau aktivitas positif yang menimbulkan rasa senang dan bahagia pada anak, seperti *outbound*, piknik atau permainan. Kegiatan tersebut dianggap menyenangkan karena bersifat kreatif, membuat pikiran menjadi segar, serta melibatkan aspek fisik, kecerdasan pikiran dan kekuatan mental.[52]

---

[51] *Ibid*, hal. 163.

[52] Mulyono, Baidatul Muchlisin Asti, *Smart Games for Outbond Training*, (Yogyakarta: Diva Press, 2008), hal. 5.

Selain itu kegiatan yang dilaksanakan juga memliki filosofi dan esensi materi yang penting. *Reward* dengan kegiatan menyenangkan ini dapat dilaksanakan secara kelompok atau perorangan sehingga diharapkan dapat meningkatkan kekompakan dan prestasi yang baik bagi siswa.

c. *Reward* (*Reinforser*) Simbolik

*Reward* dengan simbolik yaitu dengan memberikan penghargaan berupa tanda atau benda sebagai sebuah hadiah, seperti uang, alat tulis, piala, makanan dan sebagainya.[53] Tujuan dalam pemberian hadiah adalah mendorong siswa agar memiliki semangat belajar dan berprestasi. Namun dalam pemberian *reward* dengan cara ini guru harus sangat berhati-hati dan bijaksana agar tidak mengubah pikiran siswa hadiah sebagai upah. Setelah memeperhatikan uraian dari macam-macam *reward*, guru juga harus memperhatian beberapa syarat sebagai berikut:[54]

Setiap pemberian *reward* yang pedagogis guru perlu mengenal secara seksama pada setiap siswa dan mengetahui cara menghargai secara tepat. Karena *reward* yang salah dan tidak tepat dapat membawa akibat yang tidak diinginkan.

*Reward* yang diberikan kepada seorang siswa sebaiknya dilakukan dengan sportif sehingga tidak menimbulkan rasa cemburu atau iri hati bagi siswa lain yang merasa pekerjaannya lebih baik namun tidak mendapat hadiah.

---

[53] Ratna Dahar wilis, *op. cit.*, hal. 20.
[54] Ngalim Purwanto, *op. cit.*, hal. 184.

Pemberian *reward* sebaiknya dilakukan dengan hemat. Guru diharapkan tidak terlalu sering atau terus menerus memberikan hadiah agar tidak menghilangkan arti *reward* sebagai alat pendidikan.

Pemberian *reward* sebaiknya tidak dijanjikan terlebih dahulu sebelum siswa menunjukkan prestasi belajarnya apalagi *reward* yang diberikan kepada seluruh kelas. Ganjaran atau *reward* yang diberikan terlebih dahulu akan membuat siswa terburu-buru dalam belajar dan mengerjakan tugas, serta akan membawa kesukaran bagi siswa yang kurang pandai.

Guru harus berhati-hati dalam memberikan *reward* dengan tujuan agar siswa tidak beranggapan *reward* sebagai upah dari jerih payah yang telah dilakukan.[55]

## C. Penelitian Terdahulu

Hasil penelitian terdahulu merupakan hasil penelitian yang sudah teruji kebenarannya yang dalam penelitian ini dapat dipergunakan sebagai acuan atau pendamping hasil peneletian terdahulu.

Sebelum adanya penelitian ini, sudah ada beberapa penelitian atau tulisan yang telah dilakukan oleh beberapa peneliti yang meneliti tentang usaha guru untuk mengembangkan kecerdasan emosi dalam pembelajaran PAI siswa SMPN 3 Kedungwaru Tulungagung pada beberapa mata pelajaran yang berbeda-beda. Berbagai penelitian tersebut dapat

[55] *Ibid.*, hal. 186.

membuktikan bahwa usaha guru sangat penting untuk mengembangkan kecerdasan emosi siswa.

Penelitian yang mengenai usaha guru mengembangkan kecerdasan emosi dalam pembelajaran PAI siswa pada dasarnya sudah pernah diteliti dalam penelitian sebelumnya yaitu skripsi Tika Apriani. Pada tahun 2017 yang berjudul "Peran Guru Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Kecerdasa Emosional Peserta Didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih luas peran guru pendidikan agama islam dalam meningkatkan kecerdasan emosional, dan untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat guru dalam meningkatkan kecerdasan emosional didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Analisis data yang menekankan pada makna penalaran, definisi suatu situasi tertentu serta menggambarkan apa adanya mengenai perilaku obyek yang sedang diteliti.

Tilam Sari Dewi, pada tahun 2016 yang berjudul Upaya Guru PAI dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa di SMP Negeri 1 Kecamatan Karanggede Kabupaten Boyolali. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui upaya Guru PAI untuk mengenali dan memahami emosi siswa, metode yang digunakan guru PAI, dan faktor pendukung dan penghambat yang dihadapi dalam menerapkan/ mengimplementasikan metode pengembangan kecerdasan emosional pada siswa SMP N 1 Kecamatan Karanggede Kabupaten Boyolali. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) Upaya yang dilakukan oleh guru PAI dalam

mengenali dan memahami emosi siswa di SMP Negeri 1 Karanggede dilakukan melalui berbagai cara yang secara bersamaan telah mengembangkan unsur-unsur kecerdasan emosional yang meliputi kesadaran diri, motivasi diri, pengaturan diri, empati, dan kecakapan dalam membina hubungan dengan orang lain. 2) Metode pengembangan kecerdasan emosional siswa yang dilakukan guru PAI yaitu menghubungkan mata pelajaran dengan pengalaman pribadi, pengarahan, sosiodrama, bercerita, *sharing* (belajar berbagi), dan *Peer teaching method* (metode tutor teman sebaya). 3) Faktor yang mendukung dalam mengembangkan kecerdasan emosional: Dukungan dari dewan guru, kesadaran anak, dan kegiatan siswa.

Siti Robiatul Adawiyah pada tahun 2010, yang berjudul "Peran Guru dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak-anak Pra Sekolah di TKIT Bina Anak Sholeh Yogyakarta" penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui peran guru dalam menigkatkan kecerdasan Emosional Anak-anak Pra Sekolah di TKIT Bina Anak Sholeh Yogyakarta dan untuk mengetahui faktor-faktor pendukung dan penghambat. Hasil penelitian ini dengan membina dan memberikan pelatihan sehingga anak-anak dapat mengendalikan emosinya dengan baik.

Sutri Yenti pada tahun 2011, yang berjudul Upaya Guru Pembimbing dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa di SMKN 02 Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Upaya

Guru Pembimbing dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa, dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa.

**Tabel 2.1**

**Persamaan atau perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu.**

| **Persamaan atau Perbedaan Penelitian** | **Penelitian Tika Apriani** | **Penelitian Tilam Sari Dewi** | **Penelitian Siti Robiatul Adawiyah** | **Penelitian Sutri Yenti** |
|---|---|---|---|---|
| Judul | Peran Guru Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung | Upaya Guru PAI dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa di SMP Negeri 1 Kecamatan Karanggede Kabupaten Boyolali | Peran Guru dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Anak-anak Pra Sekolah di TKIT Bina Anak Sholeh Yogyakarta | Upaya Guru Pembimbing dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa di SMKN 02 Teluk Kuantan Kecamatan Kuantan Tengah Kabupaten Kuantan Singingi |
| Tujuan Penelitian | Untuk mengetahui lebih luas peran guru pendidikan agama islam dalam meningkatkan kecerdasan emosional, dan untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat | Untuk mengetahui upaya Guru PAI untuk mengenali dan memahami emosi siswa, metode yang digunakan guru PAI, dan faktor pendukung dan penghambat yang dihadapi dalam menerapkan/ | Untuk mengetahui peran guru dalam menigkatkan kecerdasan Emosional Anak-anak Pra Sekolah di TKIT Bina Anak Sholeh Yogyakarta dan untuk mengetahui faktor-faktor pendukung dan penghambat | Untuk mengetahui Upaya Guru Pembimbing dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa, dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi |

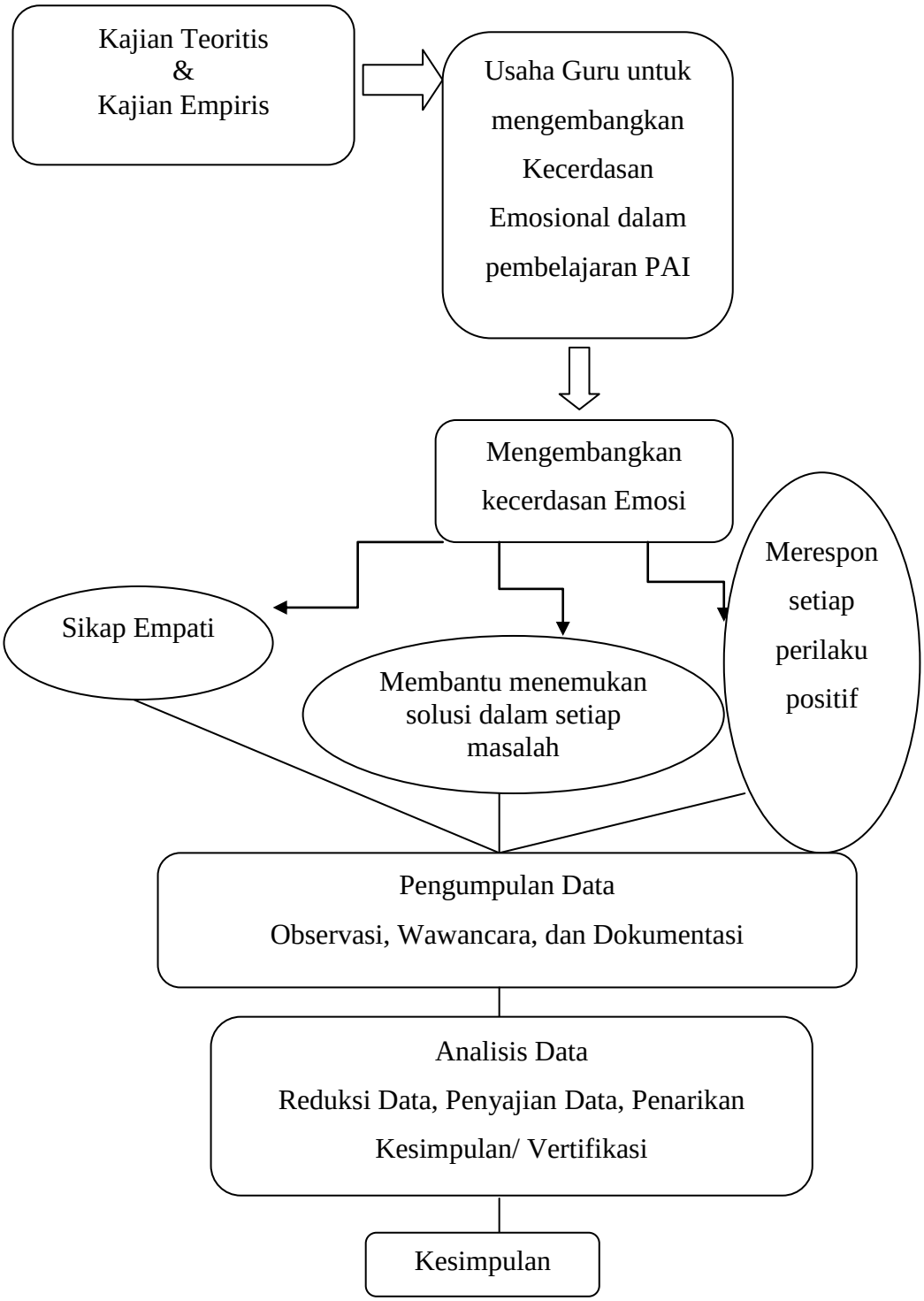
| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | guru dalam meningkatkan kecerdasan emosional | mengimplementasikan metode pengembangan kecerdasan emosional pada siswa SMP N 1 Kecamatan Karanggede Kabupaten Boyolali | | dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa. |
| Jenis Penelitian | Kualitatif | Kualitatif | Kualitatif | kualitatif |
| Subjek Penelitian | Kepala Sekolah,Guru, staf karyawan dan Peserta Didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung | Guru dan siswa di SMP Negeri 1 Karanggede Boyolali | Guru dan anak-anak pra sekolah di TKIT Bina Anak Sholeh Yogyakarta | Guru dan siswa smkn 02 teluk kuantan kecamatan kuantan kabupaten kuantan singingi |

## D. Paradigma Penelitian

Paradigma merupakan pola atau model tentang bagaimana sesuatu distruktur atau bagaimana bagian-bagian berfungsi. Harmon mendefinisikan bahwa paradigma merupakan cara mendasar untuk mempersepsi, berpikir, menilai, dan melakukan yang berkaitan dengan sesuatu secara khusus tentang visi realitas. Sedangkan menurut Beker paradigma sebagai seperangkat aturan (tertulis maupun tidak tertulis) yang mencakup dua hal: *pertama*, membangun atau mendefinisikan batas-batas, dan *kedua*, menceritakan kepada Anda

bagaimana seharusnya melakukan sesuatu di dalam batas-batas itu agar berhasil.[56]

Merujuk dari penjelasan di atas maka paradigma penelitian Usaha Guru untuk Mengembangkan Kecerdasan Emosional dalam Pembelajaran PAI Siswa SMPN 3 Kedungwaru Tulungagung sebagai berikut:

[56] Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling Cet. Ke-2*, (Jakarta: Rajawali pers. 2012), hal. 16

**Bagan 2.1 Usaha Guru untuk Mengembangkan Kecerdasan Emosional dalam Pembelajaran PAI Siswa SMPN 3 Kedungwaru Tulungagung**