

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Kecerdasan Emosional

##### 1. Pengertian Kecerdasan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kecerdasan memiliki akar kata "cerdas" yang berarti sempurna perkembangan akal budinya (berpikir, mengerti), dan tajam pikiran. Kecerdasan diartikan sebagai perihal cerdas, perbuatan mencerdaskan, kesempurnaan akal budi (kepandaian dan ketajaman pikiran).<sup>Q</sup>

Kecerdasan (intelligensi) menggambarkan perilaku manusia yang berhubungan dengan kemampuan intelektualnya. John W. Santrock mengemukakan bahwa:

Kecerdasan adalah kemampuan menyelesaikan masalah dan beradaptasi serta belajar dari pengalaman hidup sehari-hari. Intelligensi hanya dapat dievaluasi secara tidak langsung dengan cara mempelajari dan membandingkan tindakan kecerdasan yang ditunjukkan oleh orang-orang.

Intelligensi menurut David Wechsler, sebagaimana yang dikutip oleh Nana Syaodih Sukmadinata adalah kemampuan untuk bertindak secara terarah, berpikir secara rasional, dan menghadapi lingkungannya secara efektif.\*<sup>9 10</sup>

---

<sup>Q</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai

<sup>9</sup>John W. Santrock, *Perkembangan Anak* (Jakarta: Erlangga, 2011), h.317.

<sup>10</sup>Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), h.94.

Selain itu William Stem mengemukakan bahwa inteligensi ialah kesanggupan untuk menyesuaikan diri kepada kebutuhan baru dengan menggunakan alat-alat berpikir yang sesuai dengan tujuannya.<sup>11</sup>

Dari beberapa defenisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu yang melibatkan proses berpikir secara rasional yang tidak dapat diamati secara langsung tetapi dirangkumkan dari berbagai tindakan yang dialami melalui penyesuaian diri dan belajar melalui pengalaman hidup sehari-hari agar dapat menghadapi keadaan secara efektif.

## 2. Pengertian Emosi

Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk dapat bertindak yang mengacu pada perilaku, tanggapan fisik, dan perasaan seseorang. Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, emosi merupakan luapan perasaan yang berkembang dan surut diwaktu singkat, keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis (kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan), keberanian yang bersifat subjektif.<sup>12</sup>

Emosi berasal dari bahasa Latin, dari akar kata "*movere*" yang berarti menggerakkan, bergerak yang kemudian ditambah dengan awalan "e" untuk memberi arti "bergerak menjauh", yang menyiratkan bahwa kecenderungan

---

<sup>11</sup> <http://bknpsikologi.blogspot.com/2010/11/pengertian-intelegensi.html>, diakses pada hari minggu tanggal 21 April 2013.

<sup>12</sup>Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, h.298.

bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi.<sup>13</sup> Ketika manusia mampu mengendalikan emosi secara baik, maka manusia dapat meraih apa yang terbaik, karena pada dasarnya emosi adalah suatu kekuatan yang luar biasa jika dapat dikendalikan untuk tujuan yang positif dan membangun secara efektif dan efisien. *Oxford English Dictionary*, sebagaimana yang dikutip oleh Goleman, mendefinisikan emosi sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, dan setiap keadaan yang hebat dan meluap-luap.<sup>14</sup> Emosi dapat merujuk kepada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Patricia Patton mengemukakan bahwa:

Emosi adalah keadaan yang berlangsung lebih mendalam yang menggerakkan kita untuk memperingatkan kita apakah kita sadar tentang hal itu atau tidak. Perasaan adalah kondisi jasmani yang mengikuti pengalaman emosi.<sup>15</sup>

Pengertian di atas berarti bahwa perasaan yang dimiliki seseorang diikuti oleh emosi yang berkembang dan terjadi dalam diri manusia yang berwujud dalam berbagai bentuk seperti sedih, marah, gembira, kecewa, semangat, benci, cinta dan lain sebagainya. Hal tersebut mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir mengenai perasaan yang sedang dialami dan bagaimana untuk bertindak akan hal tersebut.

---

<sup>13</sup>Daniel Goleman, *Emotional Intelligence* (Jakarta: Gramedia Pustaka, 1996), h.7.

<sup>14</sup>*ibid*, h.411.

<sup>15</sup>Patricia Patton, *EQ Kecerdasan Emosional Landasan dalam Meraih Sukses Pribadi dan Karier* (Jakarta: Mitra Media, 2002), h.61.



Menurut Huffman, dkk, yang dikutip oleh Jason Lase, menyatakan emosi secara umum menunjuk kepada perasaan atau reaksi afektif dan masing-masing emosi mempunyai 3 komponen dasar yaitu *Pertama*, komponen kognitif atau pikiran, dan pengharapan yang menentukan bentuk dan intensitas tanggapan emosional. *Kedua*, komponen fisik yang meliputi perubahan fisik dalam tubuh secara emosional meningkat oleh karena ketakutan atau kemarahan, maka detak jantung meningkat, pupil mata melotot dan pemapasan meningkat. *Ketiga*, komponen perilaku yang dapat diungkapkan melalui ekspresi wajah, postur dan gerak tubuh dan nada suara.<sup>16</sup> Melalui komponen-komponen tersebut di atas, dapat dikatakan bahwa komponen kognitif atau pikiran menghasilkan tanggapan emosional seseorang yang kemudian mempengaruhi fisik yang disebabkan oleh hal-hal yang membuat perasaan emosi meningkat yang kemudian dinampakkan melalui ekspresi wajah, gerak tubuh seseorang dan bahkan nada suara pun memberikan petunjuk bahwa orang tersebut dalam keadaan emosi. Seperti halnya yang diungkapkan oleh Robert K. Cooper dan Ayman Sawaf mendefenisikan emosi secara sederhana yakni:

Menerapkan „gerakan”, baik secara metafora maupun harfiah, untuk mengeluarkan perasaan. Emosi bukanlah sesuatu yang bersifat positif dan negatif namun emosi berlaku sebagai sumber energi, autentisitas dan semangat manusia paling kuat, dan dapat memberikan kita sumber kebijakan intuitif.<sup>17</sup>

---

<sup>16</sup>Jason Lase, *Motivasi Berprestasi, Kecerdasan Emosional, Percaya Diri dan Kinerja* (Jakarta: Program Pascasarjana Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UK1, 2003), h.61.

<sup>17</sup>Robert K. Cooper dan Ayman Sawaf, *Executive EQ Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001), h.xiv.

Emosi secara harfiah berarti yang menggerakkan seseorang untuk meraih sasaran; emosi menjadi bahan bakar untuk memotivasi seseorang, dan motivasi itu yang kemudian menggerakkan persepsi dan membentuk tindakan-tindakan. Dari perspektif tersebut Cooper dan Sawaf melihat bahwa emosi merupakan sumber energi untuk dapat membuat individu bertindak sebagai luapan perasaan yang dijadikan sebagai motivasi untuk melakukan suatu tindakan.

Perspektif para ahli ini memberikan suatu kesimpulan bahwa emosi menunjuk kepada suatu reaksi yang disebabkan oleh pergolakan pikiran, perilaku, tanggapan fisik serta menyangkut perasaan yang diwujudkan dalam berbagai tindakan dari reaksi gerak tubuh seseorang yang dapat dijadikan motivasi untuk mengambil suatu tindakan. Emosi merupakan suatu kekuatan jika seseorang mampu mengendalikannya, namun emosi pun bisa merusak jika menguasai diri. Ketidakmampuan mengendalikan emosi bisa membuat kebanyakan orang melakukan perbuatan negatif yang muncul akibat apa yang dilakukan tidak menghasilkan apapun yang diinginkan. Realitas hidup yang dipenuhi oleh emosi sangat mempengaruhi diri sendiri dan bahkan mempengaruhi hubungan dengan orang lain.

## 2.1. Bentuk-Bentuk Emosi

Manusia terkadang suka mengungkapkan emosi melalui kata-kata dan ada pula yang cenderung untuk menyembunyikan emosinya kepada orang lain. Berbagai macam bentuk emosi muncul, dialami dan diungkapkan melalui tanggapan fisik dan ekspresi wajah seseorang. Hijelle dan Ziegler,

sebagaimana yang dikutip oleh Jason Lase, menyatakan bahwa ada 4 bentuk emosi yakni:<sup>18</sup>

- a. Kegelisahan, adalah sebuah kesadaran tentang peristiwa yang mengancam kenyamanan seseorang yang telah menjadi sebuah sistem dirinya.
- b. Rasa bersalah muncul ketika seseorang menjadi sadar bahwa dirinya ditinggalkan dari peran terpenting yang dimainkannya dalam hubungannya dengan orang lain.
- c. Ancaman adalah kesadaran seseorang tentang sistem dirinya secara drastis diubah dan muncul ketika sistem diri seseorang digoncangkan.
- d. Permusuhan dikenal sebagai perilaku balas dendam kepada kejahatan orang lain.

Di samping itu, Daniel Goleman mengelompokkan emosi sebagai berikut:<sup>19</sup>

- a. Amarah. Perasaan atau emosi marah ditandai dengan perasaan tersinggung, benci, menjengkelkan, kesal hati, merasa terganggu, bermusuhan dan yang paling hebat ditandai dengan tindak kekerasan atau kebencian. Kadang-kadang manusia sukar untuk mengungkapkan rasa marah. Namun dengan mengungkapkan perasaan marah, seseorang

---

<sup>18</sup>Jason Lase, h.64-65.

<sup>19</sup>Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, h.8-9.

tidak hanya melepaskan perasaannya tetapi juga menolong orang lain untuk mengerti keadaan yang sebenarnya.

- b. Kesedihan. Kesedihan menurunkan energi dan semangat hidup untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Apabila kesedihan itu semakin dalam dan mendekati depresi, kesedihan akan memperlambat metabolisme tubuh. Hal yang menyebabkan kesedihan muncul adalah adanya rasa pedih, sifat melankolis seseorang, mengasihani diri sendiri, kesepian, ditolak, putus asa dan sebagainya.
- c. Rasa takut / Ketakutan muncul karena ada rasa cemas, gugup, khawatir, was-was, waspada, sedih, tidak tenang, ngeri, panik, fobia.
- d. Kenikmatan ditandai dengan perasaan bahagia, gembira, puas, senang, terhibur, bangga, rasa terpesona dan rasa terpenuhi.
- e. Cinta. Melalui cinta seseorang mendapat penerimaan dari seseorang, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, hormat, kasmaran dan kasih.
- f. Terkejut. Perasaan terkejut disebabkan oleh perasaan takjub, terpana, dan kaget.
- g. Malu. Seseorang merasa malu ketika ia merasa bersalah, kesal, terhina dan perasaan yang hancur.
- h. Jengkel. Merasa hina, jijik, muak, mual, benci, tidak suka. \*

---

<sup>20</sup>Rochelle Semmel Albin, *Emosi: Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkannya* (Yogyakarta: Kanisius, 2010), h.55.

## 2.2. Elemen-Element Emosi

### 1. Tubuh Manusia

Aspek-aspek fisiologis dari manusia menunjukkan bahwa di manapun manusia berada, sebenarnya manusia telah memiliki dasar-dasar emosi atau biasa juga disebut sebagai emosi primer. Emosi primer merupakan emosi-emosi yang sepertinya dibawa semenjak lahir dan berlaku secara umum serta diikuti oleh pola-pola fisiologis dan ekspresi wajah yang umumnya meliputi rasa takut, marah, sedih, senang, terkejut, jijik dan rasa tidak suka. Selain emosi primer, dikenal juga istilah emosi sekunder yang merupakan emosi-emosi yang berkembang sejalan dengan penambahan kedewasaan kognitif seseorang dan berbeda-beda untuk tiap individu dan kebudayaan.<sup>21 22</sup> Berbagai macam ekspresi wajah berkembang untuk membangun sebuah relasi dan komunikasi dengan orang lain, meningkatkan kemampuan bertahan hidup dan memberi gambaran kepada orang lain mengenai maksud dan tujuan yang diinginkan.

Bila seseorang mengalami perasaan takut atau marah, seseorang akan menyadari adanya sejumlah perubahan badani yang terjadi seperti detak jantung dan napas yang cepat, tenggorokan dan mulut yang kering, ketegangan otot yang meningkat, keringat yang mengucur, kaki dan tangan yang gemetar serta perasaan tertekan pada perut. Hal lain yang nampak

---

<sup>21</sup>Carole Wade dan Carol Tavris, *Psikologi Edisi Kesembilan* (Jakarta: Erlangga, 2007), h. 106-107.

<sup>22</sup>Rita L. Atkinson, Richard C. Atkinson, Ernest R. Hilgard, *Pengantar Psikologi* (Jakarta: Erlangga, 2004), h.74.

ketika seseorang sedang dalam keadaan emosi seperti yang diungkapkan oleh Robert J. Stein dalam bukunya *Tes EQ*, adalah melalui ekspresi wajah (mata, mulut dan kening dengan ekspresi khusus), kontak mata, intonasi suara, postur tubuh (tangan bersilang, punggung miring), keadaan psikologis (telapak tangan berkeringat, otot-otot tegang, rahang menutup rapat), menjadi tiba-tiba banyak argumen atau diam, dan terlihat tidak tertarik atau menghiraukan.

## 2. Pikiran

Orang yang mengaggap bahwa keberhasilan akan membawa kebahagiaan dan begitupun sebaliknya, kegagalan hanya akan membawa ketidakbahagiaan. Emosi melibatkan perasaan yang berkaitan erat dengan pikiran, karena pada saat memikirkan sesuatu, akan muncul berbagai emosi positif dan negatif dalam diri seseorang.<sup>23 24</sup> Emosi positif mencakup kekaguman, kegembiraan, kelembutan hati, sukacita, dan kejutan. Sedangkan emosi negatif meliputi ketakutan, kejengkelan, kemarahan, kesedihan, kekhawatiran, dan depresi. Kekuatan pikiran seseorang dapat mempengaruhi kinerja dari apa yang dilakukan. Ketika seseorang berada dalam kondisi emosi yang tidak menyenangkan, kondisi tersebut dapat mengubah perasaan tersebut dengan menganalisa ulang apa yang telah terjadi.

---

<sup>23</sup>Robert J. Stein, *Tes EQ* (Jakarta: Prestasi Pustakarya, 2010), h.147-148.

<sup>24</sup>Paul D. Meier, dkk, *Pengantar Psikologi dan Konseling Kristen* (Yogyakarta: Andi, 2009), h.69.

### 3. Budaya

Budaya sangat berpengaruh dalam tumbuh kembang seseorang termasuk mempengaruhi semua aspek pengalaman emosional. Budaya sangat mempengaruhi aturan menampilkan emosi (*display rules*), yaitu suatu peraturan yang mengatur seseorang untuk mengekspresikan perasaannya dan cara pengungkapan emosi tersebut. Kerja emosi (*emotion work*) merupakan usaha yang dilakukan seseorang untuk menunjukkan perasaan yang sesungguhnya tidak ia rasakan dan merupakan tuntutan dari situasi. Orang juga mengkomunikasikan emosi melalui isyarat dan ekspresi nonverbal dari bahasa tubuh.<sup>s</sup>

### 4. Emosi dan Gender

Pria dan wanita memiliki kemampuan yang sama untuk merasakan emosi yang muncul dalam dirinya. Namun dari kedua gender tersebut terkadang mengekspresikan emosi secara berbeda-beda. Wanita lebih sering menangis, menunjukkan perasaan takut, sedih, bersalah dan kesepian dibandingkan dengan pria yang terkadang menyembunyikan perasaannya karena merasa bahwa perasaan-perasaan tersebut hanya memperlihatkan sisi kelemahannya saja. Perbedaan kedua gender dalam kemampuan mengekspresikan emosi bergantung pada peran gender, norma-norma yang berlaku dalam budaya dan situasi yang spesifik. \*\*

---

<sup>25</sup>Carole Wade dan Carol Tavris, h. 140.

<sup>26</sup>*Ibid.*

### 2.3. Teori-Teori Emosi

Adapun beberapa ahli yang menjelaskan bagaimana emosi itu terjadi yang dikutip oleh Rita L. Atkinson yakni:<sup>27</sup>

#### a. Teori James-Lang

Teori William James dan Cari Lange menyatakan bahwa emosi menghasilkan suatu keadaan yang mendatangkan seperangkat tanggapan fisik, seperti gemetar, berkeringat, dan meningkatnya detak jantung. William James, Seorang pakar psikologis yang terkenal di Harvard pada tahun 1800-an yakin bahwa faktor yang terpenting dalam emosi yang dirasakan adalah otak menerima umpan balik dari perubahan badani yang terjadi sebagai respons terhadap situasi yang menakutkan atau membingungkan sehingga mendatangkan perilaku seperti mengepalkan tangan. Otak menerima umpan balik sensoris dan dari organ tubuh yang menghasilkan tanggapan dan umpan baliknya berupa perasaan emosi.

#### b. Teori Cannon-Bard

Teori Cannon-Bard menyatakan bahwa seluruh emosi adalah kemiripan dari fisik. Cannon menyatakan bahwa peranan utama emosi berada di *thalamus* yang merupakan bagian dari inti pusat otak. Ia berpendapat bahwa thalamus memberikan respons terhadap stimulus yang membangkitkan emosi dengan mengirimkan impuls secara serentak ke korteks dan ke bagian tubuh yang lain. Pengalaman emosi

---

<sup>27</sup>Rita L. Atkinson, dkk, h.83-84.

terjadi segera setelah korteks menerima pesan dari thalmus dan pengalaman ini tidak tergantung pada umpan balik dari organ internal dan respons rangka.

c. Teori Hipotesis Umpan Balik Wajah

Teori ini menegaskan bahwa gerak wajah merupakan hasil dari emosi secara khusus, sehingga ungkapan wajah memberikan informasi tentang emosi apa yang sedang dirasa. Perubahan wajah tidak hanya berhubungan dengan emosi tetapi juga penyebab dari emosi itu sendiri. Adanya kontraksi pada otot wajah akan mengirimkan pesan khusus kepada otak yang mengidentifikasi masing-masing emosi dasar.<sup>28</sup>

#### 2.4. Manfaat Emosi

Emosi sangatlah penting dalam kehidupan seseorang, sehingga dibutuhkan pengendalian diri yang kuat agar individu mampu menempatkan emosinya secara baik dan benar. Ada beberapa manfaat emosi dalam kehidupan yakni:<sup>29</sup>

a. Emosi manusia berfungsi sebagai *energizer* atau pembangkit energi.

Pengertian tersebut mengandung makna bahwa emosi memberikan kegairahan dalam kehidupan manusia. Ini dapat terlihat ketika seseorang sering mendapatkan pujian, maka ia akan menjadi semangat dalam

---

<sup>90</sup> Jason Lase, *Motivasi Berprestasi, Kecerdasan Emosional, Percaya Diri dan Kinerja*, h.64.

<sup>29</sup>Anthony Dio Martin, *Emotional Quality Management* (Jakarta: HR Excellency, 2008), h.93-94.

mengerjakan sesuatu. Sebaliknya, tatkala seseorang merasa jengkel, seperti halnya tidak ada gairah untuk melakukan sesuatu.

- b. Emosi merupakan *messenger*. Perasaan seseorang terkadang digambarkan melalui ekspresi wajah dan gerakan tubuh yang membuat orang lain mampu mengidentifikasi apa yang dirasakan oleh orang tersebut. Misalnya, ketika seorang anak pulang dengan senyuman lebar di hari penarikan kelas, maka secara tidak sadar, kita mampu menyatakan bahwa anak tersebut naik kelas.
- c. Emosi adalah *reinforcement* atau memperkuat informasi yang disampaikan. Misalnya, ketika tidak bisa menerima suatu keputusan, maka tentu saja seseorang mengatakannya dengan suara yang lantang dan keras serta biasa diikuti dengan reaksi memukul meja. Ini menggambarkan bahwa orang tersebut benar-benar marah dan tidak menerima keputusan tersebut.
- d. Emosi adalah *balancer* atau penyeimbang kehidupan kita. Keadaan tersebut dapat dilihat pada saat kehilangan seseorang yang sangat disayangi. Seseorang cenderung untuk menangis, sehingga tangis tersebut akan membuat hati terasa lega. Seperti halnya ketika merasa capek dan kemudian saat itu juga menonton adegan yang lucu membuat seseorang tertawa terbahak-bahak, gelak tawa tersebut akan memberikan rasa lega.

### 3. Pengertian Kecerdasan Emosional

Istilah "kecerdasan emosional" pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari

University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan.<sup>30</sup> Patricia Patton mengemukakan bahwa kecerdasan emosi merupakan sebuah kekuatan dibalik singgasana kemampuan intelektual seseorang. Ini menandakan bahwa ukuran kecerdasan seseorang tidak dapat dinilai dari IQ yang tinggi, namun EQ dan IQ berjalan bersama untuk bisa mencapai suatu titik yang menyatakan bahwa individu tersebut memiliki kecerdasan yang tinggi. EQ berperan membantu IQ ketika memecahkan masalah-masalah penting atau membuat keputusan penting, dan memungkinkan seseorang merencanakan tindakan-tindakan yang akan dilakukan. Daniel Goleman pun mendefinisikan EQ sebagai berikut:

EQ 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.<sup>31</sup>

Dengan kecerdasan tersebut, seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, dan mengatur suasana hati. Kecerdasan ini pun bukan hanya berorientasi kepada diri sendiri namun hal itu dinyatakan juga melalui hubungan individu, mengelola atau mengembangkan emosinya dalam relasinya dengan orang lain yang ada di sekitarnya melalui motivasi pada diri sendiri dan juga orang lain. Selanjutnya Cooper dan Sawaf mengartikan kecerdasan emosional adalah

---

<sup>30</sup><http://aguswuryanto.wordpress.com/2010/10/09/kecerdasan-emosi-untuk-guru/>, diakses pada hari senin tanggal 22 April.

<sup>31</sup>6/6/2012, h. 512.

Kemampuan merasakan, memahami dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh yang manusiawi.<sup>32</sup>

Kecerdasan emosi menuntut pemilikan perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari.<sup>33</sup> Senada dengan pengertian tersebut, menurut Salovey dan Mayer, sebagaimana yang dikutip oleh Goleman, mengartikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan.<sup>34</sup>

Dari beberapa uraian pendapat di atas, dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan suatu kecerdasan atau kemampuan mengelolah dan menggunakan perasaan yang menuntut diri untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain, menerima setiap keadaan dan kelemahan orang lain serta menerapkan dengan efektif energi emosi sesuai situasi dan kondisi diri dan orang lain secara tepat.

#### 4. Komponen-Komponen Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosi menentukan potensi untuk mampu mempelajari keterampilan praktis yang didasarkan pada unsur-unsur sebagai berikut:

---

<sup>32</sup> Robert K. Cooner dan Avman Sawaf, h. xv

<sup>33</sup> Zaim Elmubarak, *Membumikan Pendidikan Nilai* (Bandung: Alfabeta, 2009), h. 121

<sup>34</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, h.513.

a. Kesadaran diri

Dasar kecerdasan emosional adalah melalui kesadaran diri dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat diri berada dalam kekuasaan perasaan, sehingga tidak peka akan perasaan yang sesungguhnya berakibat buruk bagi pengambilan keputusan. Manusia dalam menjalani kehidupan ini, tidak terlepas dari adanya gelombang amarah yang terkadang membuat seseorang lepas kontrol yang mengakibatkan perasaan tidak dihargai, direndahkan, diremehkan dan sebagainya. Perasaan tersebut membutuhkan kesadaran diri yang tinggi melalui pengenalan akan diri sendiri seperti yang diutarakan oleh ajaran Socrates, yang dikutip oleh Goleman, mengatakan bahwa "Kenalilah dirimu". Ini menunjukkan bahwa inti dari kecerdasan emosional adalah kesadaran akan perasaan diri sendiri ketika perasaan tersebut muncul.<sup>35</sup> Oleh karena itu, manusia di dalam menggunakan perasaannya harus memahami bagaimana dirinya sendiri dan kemudian bertindak akan keadaan yang terjadi. Ketika seseorang memiliki kesadaran diri yang tinggi, maka orang tersebut dapat terampil dalam menangani setiap permasalahan dan perilaku-perilaku negatif diri sendiri. Menurut Patricia Patton, kesadaran diri adalah

---

<sup>35</sup>Daniel Goleman, h.62.

Mengetahui diri sendiri serta menyadari emosi-emosi dan pikiran-pikiran seseorang. Kesadaran diri adalah mampu memahami mengapa seseorang merasa seperti itu.<sup>36</sup>

Kemampuan untuk menyadari diri sendiri dapat membantu untuk menemukan sumber masalah dan bagaimana mengatasi masalah yang terjadi, memberikan pikiran yang rasional untuk menyingkirkan suasana hati yang sangat tidak menyenangkan dalam mengelola diri dan hubungan dengan orang lain.

Kesadaran diri, sebagaimana yang dituliskan oleh Goleman, mencakup *Pertama*, kesadaran emosi yakni kemampuan menggunakan nilai-nilai diri untuk memandu membuat keputusan. Kemampuan ini merupakan kemampuan untuk mengenali emosi sendiri dan bagaimana pengaruhnya terhadap diri sendiri. Kurangnya kemampuan dalam hal ini akan membawa diri untuk terperosok dalam ledakan emosi yang meluap-luap sehingga menimbulkan sikap negatif seseorang muncul. Kesadaran emosi dimulai dengan bagaimana menyalurkan atau menyeimbangkan perasaan yang terus ada dalam diri individu, yang akan membantu untuk mengenali bagaimana emosi-emosi membentuk persepsi, pikiran dan tindakan seseorang. Dari sinilah muncul kesadaran yang lain bahwa perasaan juga sangat berpengaruh dalam hubungan antar pribadi. Dapat dikatakan bahwa orang yang tidak mampu mengenal perasaannya dapat menghalangi kesuksesan dalam hidupnya sendiri. Menurut Cooper dan Sawaf, kesadaran emosi berasal bukan dari perenungan intelektual yang

---

<sup>36</sup>Patricia Patton, h.50.

jarang digunakan namun dari hati manusia, yang merupakan sumber energi, menjadikan seseorang nyata dan memotivasi untuk mengenali dan mengejar potensi serta tujuan hidup yang unik. Pengertian ini pun bertujuan untuk membangun hidup yang dibangun atas dasar kejujuran emosi yakni jujur dan tulus kepada diri sendiri, membangun kekuatan pribadi, mendengarkan suara hati, ada rasa tanggung jawab, dan koneksi.<sup>37</sup> Dari hal ini dapatlah dikatakan bahwa kesadaran emosi diri sendiri akan memberikan dampak yang luar biasa jika didasarkan atas pengertian dari diri akan situasi dan kondisi dalam mengenali emosi.

*Kedua*, pengukuran diri yang akurat adalah mengetahui sumber daya batiniah, kemampuan, dan keterbatasan diri. Orang yang memiliki kemampuan dalam hal ini ditandai dengan kesadaran akan kelebihan dan kelemahan-kelemahan yang dimilikinya, menyempatkan diri untuk belajar dari pengalaman, terbuka dan menerima setiap perspektif baru, mau terus belajar untuk mengembangkan diri, mampu menunjukkan rasa humor serta bersedia memandang diri sendiri dengan perspektif yang lebih luas. Oleh karena itu, akan lebih baik lagi jika kelemahan yang dimiliki itu mampu dijadikan sebagai tolak ukur untuk meningkatkan kemampuan diri sendiri.

*Ketiga*, percaya diri yang merupakan keberanian yang datang dari kepastian tentang kemampuan, nilai-nilai, dan tujuan hidup seseorang. Dengan adanya kepercayaan diri yang tinggi, seseorang dapat berani tampil dengan keyakinan diri sendiri. Berbeda halnya dengan orang yang kurang

---

<sup>37</sup>Robert K. Cooper dan Ayman Sawaf, h.l.

percaya diri, setiap kegagalan mempertegas rasa tidak mampu yang dapat berwujud dalam bentuk putus asa, rasa tidak berdaya, dan meningkatnya keraguan dalam diri sendiri. Namun dilain pihak, orang yang percaya dirinya berlebihan akan membuat orang tersebut tinggi hati. John Fereira, konsultan dari Deloitte dan Touche Consulting, yang dikutip oleh Ary Ginanjar Agustian, mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri, di samping mampu untuk mengendalikan serta menjaga keyakinan diri tersebut, akan mampu pula membuat perubahan di lingkungannya.<sup>38</sup> Kesadaran diri memang belum menjamin penguasaan emosi, namun merupakan salah satu prasyarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga individu mudah menguasai emosi.

b. Pengaturan diri

Pengaturan diri berarti menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat. Emosi dikatakan berhasil dikelola apabila mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat dari semua itu. Sebaliknya, orang yang buruk kemampuannya dalam mengelolah emosi akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya sendiri. Pengaturan diri ini mencakup bagaimana pengendalian diri seseorang,

---

<sup>38</sup>Ary Ginanjar Agustian, *ESQ Emotional Spiritual Quotient* (Jakarta: Arga Tilanta, 2001), h. 116.

dapat dipercaya, dapat diandalkan dan bertanggung jawab, mampu

menangani perubahan yang terjadi, dan inovatif atau bersikap terbuka.

Pengendalian diri, menurut Patricia Patton, merupakan benteng pertahanan yang mencegah seseorang dari kesalahan-kesalahan dan terlibat dalam masalah. Sifat ini mampu mengendalikan kemarahan dan ketergesa-gesaan yang memungkinkan seseorang berpikir sebelum mengambil sebuah tindakan.<sup>39</sup> Pengendalian diri ini membantu seseorang untuk menjaga agar emosinya tetap terkontrol atau terkendali sehingga emosi-emosi yang timbul dapat ditekan, tetap teguh dan goyah walau berada dalam situasi yang sangat berat, mampu berpikir jernih dan tetap fokus meski berada dalam tekanan.

Pengaturan diri, seperti yang dijelaskan Daniel Goleman, dalam bukunya *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, mencakup pula adanya sifat yang dapat dipercaya dan bersungguh-sungguh yang ditandai dengan tindakan yang sesuai dengan etika, membangun kepercayaan lewat keandalan diri, mengakui kesalahan dan memiliki keberanian menegur perbuatan orang lain yang tidak etis, berpegang kepada prinsip yang dipegang teguh. Pengendalian diri ini berhubungan erat dengan kesabaran. Berlaku sabar merupakan sebuah tuntutan bagi individu dalam melakukan atau mengerjakan sesuatu. Tidak dapat dipungkiri bahwa manusia hidup dalam lingkungan yang dikelilingi oleh berbagai sikap manusia diantaranya orang yang tidak bersikap sabar, ingin

---

<sup>39</sup> Patricia Patton h 33

menang sendiri, tidak bersikap toleran dan sikap-sikap lainnya di mana individu membutuhkan kesabaran. Kunci untuk membangun kesabaran adalah mengakui bahwa diri sendiri tidak sabar, mengukur sejauh mana kesabaran seseorang, berpikir dan merasakan bagaimana suara hati sendiri, belajar untuk tidak mengambil keputusan dengan terburu-buru. Seperti halnya dalam proses belajar mengajar, guru yang memiliki kesabaran dalam menghadapi situasi dan kondisi sekolah membawa diri untuk bisa bertahan dalam keadaan yang dijalani.

Bertindak sabar dalam menghadapi anak didik merupakan kunci keberhasilan untuk mengontrol diri akan setiap perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri anak didik. Kesulitan-kesulitan akan muncul jika emosi guru tidak dapat dikendalikan yang mengeluarkan ekspresi negatif dari seorang guru, sehingga kesabaran adalah dasar pemahaman terhadap karakteristik anak didik. Dari semua aspek yang diuraikan di atas menyangkut pengaturan diri, sangat dibutuhkan pengendalian diri yang kuat yang didukung dengan kesabaran dalam menghadapi dan menangani masalah yang menerjang kehidupan setiap pribadi.

c. Motivasi

Motivasi menurut Jason Lase, merupakan seperangkat proses dorongan, arahan, dan pemeliharaan perilaku ke arah suatu sasaran.<sup>40</sup> Selanjutnya Lase mengatakan bahwa motivasi itu terdiri dari tiga elemen yakni kebutuhan, dorongan, dan sasaran. Jadi untuk mencapai sebuah

---

<sup>40</sup>Jason Lase, h.33.

sasaran yang diinginkan itu, perlu adanya motivasi yang tinggi yang di gerakkan oleh adanya kebutuhan yang menyebabkan terbentuknya dorongan untuk mencapai sasaran tersebut.

Motivasi yang ada dalam diri seseorang mendorong hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. Pengembangan motivasi menurut Goleman, umumnya mencakup empat hal yakni<sup>41</sup> dorongan untuk berprestasi atau upaya untuk meningkatkan kualitas diri, adanya komitmen yang dipegang teguh melalui visi dan sasaran pencapaian serta inisiatif atau optimisme yang dapat menggerakkan seseorang dalam menunjukkan ketekunan dalam menjalankan suatu tugas yang diemban. Memotivasi diri sendiri harus memiliki ketekunan untuk mampu menahan diri terhadap dorongan hati dan juga mempunyai perasaan motivasi yang bersifat positif yaitu antusiasme, gairah, optimis, dan keyakinan diri.

Selain itu dalam hal motivasi ini, bukan hanya merujuk pada diri sendiri tetapi juga mengarah kepada kemampuan untuk menjadi motivator bagi orang lain. Motivasi diri yang positif disertai semangat dan kepercayaan pada diri sendiri. Memotivasi diri sendiri akan menimbulkan gairah berkarya, gairah bekerja ditambah dengan visi yang jelas tindakan untuk mewujudkan rumusan keberhasilan, gairah dan visi tanpa tindakan

---

<sup>41</sup>Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, h.42.

juga tidak mungkin mewujudkan kesuksesan, punya visi dan aksi tetapi tanpa gairah atau motivasi, keberhasilan yang diperoleh tidak mungkin optimal.

Hambatan yang paling besar untuk mewujudkan motivasi diri adalah adanya sikap pesimis untuk melakukan sesuatu akan mempengaruhi tindakan. Proses pendidikan bagi seseorang agar terbiasa timbul dalam dirinya motivasi adalah proses pendidikan yang bernuansa toleransi, ada penerimaan, dukungan, pujian, dorongan dan pengakuan, dan penuh rasa aman ketentraman bagi seorang anak.

#### d. Empati

Empati dibangun berdasarkan pada kesadaran diri. Jika seseorang terbuka pada emosi sendiri, maka dapat dikatakan bahwa ia akan terampil membaca perasaan orang lain. Namun sebaliknya, orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri, dapat dipastikan tidak akan mampu menghormati perasaan orang lain. Empati memberi dampak bagi seseorang untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Memahami perspektif orang lain, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang. Empati yang tinggi kepada orang lain ditandai pemahaman akan diri orang lain dan juga memperhatikannya yang akan mempererat hubungan dengan orang lain. Orang yang tidak mau mengetahui perasaan orang lain menunjukkan bahwa ia tidak memiliki kepekaan dalam membangun suatu hubungan sosial dalam kehidupan bermasyarakat. Kunci utama untuk memahami

perasaan orang lain adalah mampu membaca non verbal melalui nada bicara, gerak-gerik, ekspresi wajah dan sebagainya.

Adapun kecakapan-kecakapan yang berhubungan dengan empati yang dikemukakan oleh Goleman yakni<sup>42</sup> *Pertama*, memahami orang lain. *Kedua*, mengembangkan orang lain. Hal ini berarti bahwa seseorang mampu melihat kebutuhan orang lain untuk berkembang dan meningkatkan kemampuannya. *Ketiga*, orientasi pelayanan. Pelayanan yang dimaksudkan di sini adalah bagaimana mengantisipasi, mengakui dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan pelanggan, yang dalam artian bahwa dalam memberikan pelayanan hendaknya memahami kebutuhannya, meningkatkan kepuasan, menawarkan bantuan dengan senang hati, dan bertindak sebagai penasihat yang dapat dipercaya. *Keempat*, memandang keragaman dengan berani menentang sikap membeda-bedakan. Dari beberapa uraian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa empati seseorang yang tinggi akan mampu membaca emosi orang lain dan juga memiliki kesadaran diri yang tinggi, semakin mampu terbuka pada emosinya sendiri, mampu mengenal dan mengakui emosinya sendiri, maka orang tersebut mempunyai kemampuan membaca perasaan orang lain.

e. Keterampilan Sosial.

Tanpa memiliki keterampilan sosial, seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulannya. Keterampilan ini menunjukkan penanganan emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan

---

<sup>42</sup>Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, h.219.

cermat membaca situasi, berinteraksi dengan lancar, bermusyawarah dan menyelesaikan permasalahan. Mampu menangani emosi orang lain merupakan inti dari membina hubungan yang merupakan salah satu aspek dari kecerdasan emosi. Untuk mengatasi emosi orang lain dibutuhkan dua keterampilan emosi yaitu manajemen diri dan empati. Dengan landasan ini, keterampilan berhubungan dengan orang lain akan menjadi matang. Kemampuan seperti ini memungkinkan seseorang membentuk suatu hubungan untuk menggerakkan orang lain, membina kedekatan hubungan, meyakinkan, mempengaruhi dan membuatnya akan merasa nyaman. Keterampilan dalam berkomunikasi merupakan suatu kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan.

Kemampuan menjalin relasi dengan kehidupan sosial membuat seseorang tahu menempatkan emosinya sesuai dengan keadaan. Pergaulan dalam masyarakat membutuhkan integritas kejujuran yang tinggi agar mampu dipercaya oleh semua kalangan. Selain itu empati dengan orang lain akan membantu seseorang menjalin hubungan dengan orang lain. Sedapat mungkin dalam hubungan itu seseorang menjaga kelakuannya bersih dan dapat menjadi contoh dalam segi kehidupannya terutama bagi guru PAK, yang bukan hanya berbaur di sekolah namun juga di dalam masyarakat. Orang yang hebat dalam keterampilan membina hubungan ini akan sukses dalam bidang apapun. Guru pun akan mampu berhasil dalam pembelajaran dan juga pergaulannya jika mampu berkomunikasi dengan baik dengan orang lain yang ada di sekitarnya.

f. Menjadi pemimpin.

Pemimpin yang dimaksud adalah pemimpin yang sukses yang berusaha untuk memegang kendali dengan tidak ragu-ragu, senang bergaul dan mampu menunjukkan kinerjanya secara efektif.

Kepemimpinan merupakan suatu proses dengan berbagai cara mempengaruhi orang atau sekelompok orang untuk mencapai tujuan bersama. Berhasil atau tidaknya sebuah kepemimpinan sangat tergantung pada yang memimpinnya. Oleh karena itu, tugas dan tanggung jawab seorang pemimpin tidaklah mudah dan tidak semua orang bisa menjadi seorang pemimpin.

Kepemimpinan baru merupakan kepemimpinan yang sejati jika dirasakan sebagai kepemimpinan oleh orang-orang yang dipimpin. Agar kepemimpinannya efektif maka sesungguhnya pemimpin harus mengetahui bagaimana orang lain yang dipimpin memandang dirinya. Dalam sebuah organisasi dibutuhkan kerjasama yang baik antara pemimpin dan anggota-anggotanya agar tercapai tujuan yang diharapkan. Di dalam usaha apapun pemimpinnya yang bertanggung jawab atas keberhasilan atau kegagalan misi organisasi, tetapi begitu sulitnya bagi sebagian besar para pemimpin untuk bertanggungjawab atas apa yang terjadi dalam organisasi mereka. Dalam mengemban tugas sebagai seorang pemimpin, ada beberapa sikap yang harus dimiliki antara lain rendah hati dan sederhana, suka menolong, sabar, memiliki kestabilan emosi, percaya diri, jujur, adil, dapat dipercaya, dan sanggup bertindak tegas dalam mengambil suatu keputusan yang

terbaik. Kepemimpinan ini dalam hubungannya dengan pendidikan di

sekolah menjadi dasar oleh seorang guru untuk menjadi pemimpin atau atasan bagi anak didik yang dijadikan tokoh yang memberikan dan menjamin apa kebutuhan anak didiknya dalam pembelajaran. Apa yang ditanamkan oleh guru menjadi pondasi untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki anak didiknya.

#### 5. Prinsip Karakter Kecerdasan Emosional

Ada beberapa prinsip kecerdasan emosional yang mampu memberikan kekuatan dalam mengatasi emosi seseorang seperti yang diungkapkan oleh Patricia Patton yakni:<sup>43</sup>

- a. Kesabaran. Mengatasi berbagai masalah dan kemungkinan yang terjadi dalam hidup sangat membutuhkan kesabaran yang tinggi agar tidak mempengaruhi hubungan diri sendiri, dan orang lain.
- b. Keefektifan merupakan kecenderungan mental dan emosional untuk menghasilkan hasil yang diinginkan. Keefektifan akan menghasilkan sikap mampu, berpengaruh, dan berdaya guna, yang kesemuanya itu dibutuhkan pada saat menghadapi sebuah tantangan.
- c. Pengendalian dorongan, menyangkut kemampuan menyadari diri pada saat tidak dapat bersikap produktif, mengetahui emosi apa yang diperlukan untuk mengatasi masalah yang sulit. Hal ini akan memberikan

---

<sup>43</sup>Patricia Patton, h. 107-127.

pengaruh bagaimana cara untuk mengendalikan dorongan untuk bertindak.

- d. Paradigma. Mengubah paradigma yang lama dengan cara bertanya kepada diri sendiri, apakah selama ini sudah melakukan yang terbaik, ataukah apakah sudah cukup realistis dalam memilih cara-cara dalam menyikapi masalah hidup.
- e. Ketetapan hati. Hal ini berkaitan dengan kemampuan seseorang menghadapi tantangan dan menganalisa komponen-komponennya untuk menentukan keputusan mana yang terbaik yang dapat diambil.
- f. Pusat jiwa. Dalam kenyataannya, manusia tidak dapat lepas dari rasa nafsu dan amarah yang dapat meluap-luap. Oleh karenanya itu salah satu cara untuk menahan hal tersebut adalah memohon dan berharap kepadanya untuk mengarahkan kita mengambil keputusan yang tepat dan menahan diri dari segala cobaan.
- g. Tempramen, merupakan hal yang memang sudah ada dalam diri manusia sejak lahir. Tempramen seseorang dapat menghancurkan hidupnya. Namun untuk mengubah tempramen yang buruk, maka seseorang memerlukan keinginan untuk berubah, ada kemauan dan disiplin.
- h. Kelengkapan, berarti menyeimbangkan kemampuan emosi dengan kompetensi intelektual untuk memberikan hasil yang optimal.

Dari beberapa prinsip tersebut di atas memungkinkan seseorang untuk mengetahui bagaimana tingkat kesabaran, efektifitas emosi, motivasi diri dan orang lain, mengubah pandangan yang seharusnya diubah, ada ketetapan hati,

mendalami temperamen atau sifat diri dan orang lain serta bagaimana menyeimbangkan seluruh aspek yang terkait agar menjadikan hidup cerdas dalam segi emosional dalam hubungannya dengan orang lain. Bukan hanya itu prinsip tersebut harus diimplementasikan oleh pihak sekolah yang secara khusus oleh guru yang berhadapan langsung dengan anak didik.

## B. Guru dan Anak Didik

### 1. Profil guru PAK

#### 1.1. Pengertian Guru PAK

Menurut KBBI, secara sederhana guru dapat diartikan sebagai orang yang pekerjaannya atau mata pencahariannya, profesinya adalah mengajar. Dengan kata lain sebagai orang yang memberikan ilmu pengetahuan atau mentransfer ilmunya kepada anak didik.<sup>44</sup> Guru bertanggungjawab terhadap pendidikan murid-murid baik secara individual maupun klasikal, baik di dalam maupun di luar kelas.

Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 39 ayat 2 menyatakan bahwa pendidik merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, melakukan pembimbingan dan pelatihan, serta melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, terutama bagi pendidikan pada Perguruan Tinggi.<sup>45</sup> Pengertian tersebut

---

<sup>44</sup>Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, h.377.

<sup>45</sup>E. Mulyasa, *Menjadi Guru Profesional*, h.197.

mengandung makna bahwa kedudukan seorang guru sebagai tenaga pendidik profesional mempunyai visi untuk mewujudkan penyelenggaraan pembelajaran sesuai dengan ketentuan yang berlaku agar setiap warga negara memperoleh hak yang sama dalam menempuh pendidikan yang bermutu. Demikian juga halnya UU No.14 tahun 2005 tentang guru dan dosen pasal 1 butir 1 menyatakan bahwa guru mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar dan pendidikan menengah.<sup>46</sup>

Ahmad Tafsir mendefinisikan guru, sebagaimana yang dikutip oleh Salman Rusydie, adalah orang-orang yang bertanggung jawab terhadap seluruh potensi anak didik, baik potensi afektif, kognitif maupun psikomotorik.<sup>47</sup> Seluruh aspek kehidupan anak didik membutuhkan kemampuan dari seorang guru untuk dapat memahami dirinya sendiri, memahami karakteristik anak didiknya serta mampu merealisasikan ilmu yang dipelajari dengan perilaku dan kehidupan mereka. Lain lagi yang dikemukakan oleh Hadari Nawawi, sebagaimana yang dikutip oleh Salman Rusydie, guru dapat dilihat dari 2 sisi, yakni, pertama, secara sempit, guru adalah orang yang berkewajiban mewujudkan program kelas, yakni orang yang kerjanya mengajar dan memberikan pelajaran di kelas. Kedua, secara luas, guru adalah orang yang bekerja dalam bidang pendidikan dan

---

<sup>46</sup>Lidia Yulianti, *Profesional, Standar Kompetensi dan Pengembangan Profesi Guru PAK*, h.l.

<sup>47</sup>Salman Rusydie, *Tuntutan Menjadi Guru Favorit* (FlashBooks: Jogjakarta, 2012), h.8.

pengajaran yang ikut membantu anak-anak dalam mencapai kedewasaan

masing-masing.<sup>48</sup> Menurut Pullias dan Young (1968), sebagaimana yang dikutip oleh Sidjabat, mengungkapkan bahwa guru adalah segala-galanya. Murid sangat berharap banyak atas peran dan fungsi yang dilakukan oleh guru dan murid khususnya dalam pendidikan dasar.<sup>49</sup>

Guru profesional adalah guru yang mampu mengenali dirinya sendiri dan menggunakan kompetensinya dengan penuh tanggung jawab serta mampu mencapai tujuan Pendidikan Nasional. Oleh karena itu, dibutuhkan guru agama Kristen yang profesional dan terus berkembang sesuai kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK).

Dapat disimpulkan bahwa guru PAK adalah sosok guru yang memiliki kompetensi dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya melalui keahlian yang ada dalam bidangnya melalui penanaman nilai-nilai kristiani bagi peserta didiknya agar mereka dapat bertumbuh kearah kedewasaan iman dan kepribadian untuk dapat berperilaku, berfikir, berkata sesuai dengan Iman Kristen. Menjadi guru PAK yang profesional, membutuhkan pengalaman, pengetahuan, keterampilan, memiliki kemampuan atau keahlian tertentu serta tanggung jawab profesional dalam menjelaskan tugasnya sesuai dengan tuntutan profesinya sebagai guru agama Kristen. Selain itu, guru PAK tentunya harus memiliki kompetensi-kompetensi yang menjadi acuan untuk mengembangkan diri dalam

---

<sup>48</sup>*Ibid.*, h.9.

<sup>49</sup>B. Sidjabat, *Mengajar Secara Profesional* (Bandung: Yayasan Kalam Hidup, h.68.

melaksanakan proses belajar mengajar yang efektif dengan mengandalkan kemampuan dan karakter yang tinggi dan secara khusus meneladani Yesus sebagai guru Agung.

## 1.2. Kompetensi Dasar Guru PAK

Kompetensi merupakan pengetahuan, keterampilan dan kemampuan yang dikuasai oleh seorang guru yang telah menjadi bagian dari dirinya sehingga ia dapat melakukan perilaku-perilaku kognitif, afektif dan psikomotorik dengan sebaik-baiknya.<sup>50</sup> Namun ada juga yang mendefinisikan bahwa kompetensi itu merupakan kebulatan penguasaan, pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang ditampilkan melalui unjuk rasa yang diharapkan bisa dicapai seseorang setelah menyelesaikan suatu program pendidikan.<sup>51</sup>

Dari pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kompetensi guru itu menyangkut pengetahuan, kemampuan, keterampilan dan sikap dasar yang harus dimiliki dan dikuasai oleh seorang guru agar dapat menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya itu sesuai dengan tujuan yang akan dicapai dalam proses belajar mengajar.

---

<sup>50</sup>Kunandar, *Guru Profesional* (Jakarta: Rajawali Pers,2009) h.52.

<sup>51</sup>Lidia Yulianti, *Profesional, Standar Kompetensi & Pengembangan Profesi Guru PAK*, h.38.

Setelah melihat uraian akan kompetensi dasar dari seorang guru maka adapun beberapa hal yang dapat dituliskan menyangkut hal-hal yang berkaitan dengan kompetensi guru PAK antara lain :<sup>52</sup>

I. Mampu memahami isi Alkitab secara baik dan benar

Hal ini berarti bahwa guru PAK dalam menafsirkan Alkitab tidak dengan sembarang namun harus mempertimbangkan latar belakang teks dan konteksnya (latar balakang Alkitab ditulis, situasi, sosial, budaya dan keagamaan katika teks ditulis, tujuan penulis serta isinya).

2. Mampu menjembatani antara persoalan sehari-hari yang dihadapi oleh peserta didik dengan berita Alkitab. Banyak persoalan yang terjadi dalam kehidupan anak didik. Olehnya itu guru PAK mendapat peranan untuk memposisikan diri sebagai pembimbing yang dapat mengarahkan dan memberikan nasehat dan juga arahan positif yang dikaitkan dengan nilai-nilai dalam Alkitab.

3. Menguasai bahan ajar

Apa yang akan disampaikan oleh guru, sebaiknya harus dikuasai dan dihayati terlebih dulu agar apa yang disampaikan dapat dipahami betul-betul oleh peserta didik.

4. Mampu mengolah program belajar mengajar.

Guru harus menguasai program belajar mengajar agar guru mampu mengolah kelas dengan baik.

---

52

Jansen Belandina Non-Serrano. *Profesionalisme Guru & Bingkai Materi* (Bandung.

BMI) h.47-52.

5. Mampu menggunakan beragam media dan sumber belajar dalam rangka keberhasilan proses belajar mengajar.

6. Mampu mengelolah kelas.

Mampu membangun interaksi positif antara pengajar dengan peserta didik. Intraksi sangat diperlukan dalam proses belajar mengajar karena tanpa interaksi, guru kurang terbantu untuk melihat sejauh mana perubahan-perubahan yang terjadi.

7. Mampu menggunakan berbagai hasil penelitian demi peningkatan visi dan kemampuan pengembangan metodologi dalam mengajar.

8. Mampu menguasai prinsip-prinsip evaluasi belajar.

Mencakup konsep evaluasi belajar, memilih dan mengembangkan metode evaluasi yang sesuai dengan kompetensi, indikator dan materi, melaksanakan serta menganalisa hasil evaluasi.

9. Mampu membangun karakter dan integritas yang baik.

Guru PAK harus mampu membangun karakter siswanya serta memotivasi peserta didiknya.

Dari beberapa kompetensi yang penulis paparkan diatas, keberhasilan dalam melaksanakan proses belajar mengajar menjadi tugas dan tanggung jawab semua pihak terlebih bagi guru PAK. Karena itu, sedapat mungkin guru-guru PAK memiliki kriteria tersebut agar proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik, penuh kreatifitas, kondusif serta menyenangkan. Kompetensi dasar seorang guru PAK berkaitan erat

dengan bagaimana guru membangun kecerdasan emosionalnya dalam proses belajar mengajar.

Kompetensi yang dimiliki menjadi wadah untuk mengaplikasikan kecerdasannya dari berbagai segi pengetahuan dan secara khusus mengenai kecerdasannya dalam mengatur emosi, mengendalikan diri, mengenali emosi anak didik, memberikan motivasi dalam pembelajaran serta bertindak sebagai motivator. Hal yang lebih penting lagi adalah bagaimana guru menerapkan dan meramu sebaik mungkin mengenai penguasaan bahan ajar, penggunaan media, pendampingan anak didik, evaluasi serta melalui kecerdasannya mengelolah emosi. Dengan demikian guru mampu memberikan dampak positif untuk membangun relasi yang baik antara guru dengan anak didik serta menciptakan suasana kondusif dalam proses belajar mengajar di sekolah.

### 1.3. Peranan Guru PAK

Seorang guru yang profesional tentunya memiliki kompetensi dan juga persyaratan-persyaratan yang harus ada pada dirinya. Ketika guru PAK mampu menjalani syarat-syarat menjadi guru maka dengan sendirinya akan mampu mengangkat tugas dan tanggung jawabnya sebagai guru. Ada beberapa tugas seorang guru PAK yaitu :

- a. Guru menjadi penafsir iman Kristen

Secara khusus guru akan menguraikan dan menerangkan bagaimana kepercayaan Kristen itu. Banyak hal yang harus dimengerti oleh guru menyangkut Firman Allah yang dari waktu ke waktu. Guru bertugas

- untuk menafsirkan hal-hal tersebut kemudian akan membagikannya kepada peserta didik dan apa yang disampaikan itu harus benar-benar menyangkut Firman yang hidup itu.<sup>53</sup> Pengalaman diri melalui iman harus dinyatakan dalam sikap hidup dan keteladanannya.
- b. Guru menjadi seorang gembala  
Guru hendaknya bercermin kepada Yesus Kristus. Di mana Ia seperti seorang gembala yang mengenal domba-dombanya demikian pun guru seharusnya mampu mengenal muridnya dari berbagai segi kehidupan.
  - c. Guru menjadi seorang pengajar  
Guru harusnya memiliki minat dan keahlian dalam mengajar dan dalam hal ini guru mengajar dengan profesional.
  - d. Guru menjadi pemimpin  
Ini berarti bahwa seorang guru harus menjadi panutan bagi siswanya dan mampu membimbingnya untuk lebih dekat kepada Tuhan.
  - e. Guru menjadi teladan  
Seorang guru harus memiliki karakter yang menunjukkan bahwa ia adalah guru yang baik dari segi luar dan dalam yang patut untuk dicontoh oleh anak didiknya dan orang lain yang ada di sekitarnya.
  - f. Guru seorang penginjil

---

<sup>53</sup>Homrighausen & Enklaar, *Pendidikan Agama Kristen* (Jakarta, Gunung Mulia, h. 164.

Tugas ini adalah yang paling utama karena tujuan utama seorang guru PAK adalah memperkenalkan Injil itu dan mereka sungguh-sungguh menjadi murid Tuhan Yesus yang setia.

Dari uraian-uraian tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa tugas dan tanggung jawab guru PAK memegang peranan yang sangat besar karena secara khusus melalui pengembangan EQ yang mengajarkan bukan dari segi kognitif saja melainkan menyangkut moral, sikap atau perilaku serta bagaimana meningkatkan kualitas hidup yang bermakna dan sesuai dengan nilai-nilai kristiani. Keteladanan guru PAK menjadi dasar yang kuat dalam memberikan pengajaran agama yang akan dicontoh oleh anak didiknya maupun orang lain. Olehnya itu dalam menerapkan peranannya sebagai guru PAK, dibutuhkan kesadaran diri, pengendalian diri, kemampuan bersosialisasi di lingkungan sekolah dan mengamalkan setiap ajaran agama yang menuntut keteladanan akan Yesus dalam kehidupan.

## 2. Anak Didik

### 2.1. Karakteristik Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar (SD)

Berhadapan dengan dunia yang begitu kompleks, membuat anak berhadapan dengan pertanyaan-pertanyaan, pergeseran nilai-nilai, dan memunculkan kekhawatiran serta ketakutan-ketakutan.<sup>54</sup> Menghadapi situasi ini, orang tua memiliki peran utama dalam membangun pemikiran yang positif dan membangun karakter anak sejak dari kecil dan kemudian menjadi

---

<sup>54</sup>Anne Neufeld Rupp, *Tumbuh Kembang Bersama Anak* (Jakarta: Gunung Mulia, 2009), h. 94.

tugas guru di sekolah memberikan pemahaman dan pengajaran yang cukup. Seiring berjalannya waktu, anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Berbagai karakter muncul dan mempengaruhi kehidupan anak, apalagi setelah memasuki dunia sekolah. Dari sini pemahaman akan karakter dan perkembangan anak perlu dipelajari dan dipahami oleh orangtua, guru dan bahkan semua pihak. Secara khusus, anak usia sekolah dasar di Indonesia mulai dari umur 6-12 tahun. Namun melalui tahap perkembangan anak, maka dapat dibagi dalam 2 masa perkembangan, yaitu masa kanak-kanak tengah (6-9 tahun) dan masa kanak-kanak akhir (10-12 tahun).<sup>55</sup>

a. Anak usia 6-9 tahun<sup>56</sup>

Secara fisik, pada masa ini anak mulai bertumbuh cepat, mempunyai banyak energi dan ingin aktif untuk melakukan sesuatu. Mereka mengalami pertumbuhan yang tidak merata dengan rekan sebayanya sehingga ukuran tubuh mereka sebaiknya tidak dibandingkan. Pada usia ini otot-otot halusnyanya tidak terkoordinasi.

Secara mental, mereka senang melihat bagaimana sesuatu bekerja dan memperlihatkan minat yang besar terhadap proses daripada hasil. Anak senang membongkar-bongkar barang tetapi biasanya menyerah ketika mengembalikannya pada keadaan semula, mulai berpikir secara verbal dan mengungkapkan diri lebih lancar. Kosa kata, baca-tulis dan

---

<sup>55</sup>*Ibid*, h.35.

<sup>56</sup>Paulus Lilik Kristianto, *Prinsip dan Praktik Pendidikan Agama Kristen* (Yogyakarta: ANDI, 2010), h.91.

berhitung berkembang dengan cepat. Pada tahap ini, anak membutuhkan konsentrasi yang lama, belum mengerti hal yang abstrak, belum mempunyai pendapat sendiri, melihat kebelakang namun mereka terkadang membesar-besarkan sesuatu, mudah gelisah dan sudah dapat bertanggung jawab.

Dari segi emosionalnya, anak simpatik dan tergerak atau menangis jika mengidentifikasi diri dengan anak yang terluka, sakit atau teraniaya serta mempunyai belas kasih yang lembut dan ingin menunjukkannya secara nyata. Pada usia ini, mereka sulit untuk mengendalikan emosinya. Waktunya pun diisi dengan tertawa gembira, ribut dan tidak peduli dengan sekitarnya. Secara sosial, mereka biasanya mudah berteman bahkan dengan orang asing namun jarang berkawan dengan lawan jenisnya. Pada tahap ini, anak selalu berada pada pemikiran yang berfokus kepada diri sendiri dan melakukan sesuatu yang benar untuk menghindari konsekuensi-konsekuensi yang akan ditanggung.<sup>57</sup> Anak akan merasa rendah diri dan menganggap salah apa yang menurut anak salah untuk dilakukan. Pada usia ini pula anak senang mendapat pujian, memiliki motivasi diri yang sangat kuat, ambisius dan jujur serta sudah bisa untuk membedakan mana yang baik dan mana yang tidak baik untuk dilakukan.

---

<sup>57</sup>Anne Neufeld Rupp, h.94.

b. Anak usia (10-12 tahun)<sup>58</sup>

Usia anak pada masa ini berada pada kelas 4-6 SD. Secara fisik, aktif dan tidak pernah lelah, memiliki kesehatan yang luar biasa dan senang berada di luar rumah. Anak suka berpetualang, pertumbuhannya lambat dan mempunyai koordinasi otot besar maupun otot halus. Secara mental, mereka bergairah untuk diajar, berpikir tajam dan kritis. Konsep tentang waktu, ruang, dan angka bertumbuh dengan cepat. Kadang-kadang anak dapat mengingat dengan cepat dan mudah jika ditantang, mulai memahami simbolisme dan hal-hal abstrak tetapi memiliki keterbatasan dalam proses berpikir. Secara emosional, mempunyai sedikit rasa takut, senang jika banyak orang terkesan keberaniannya, kadang-kadang menutupi perasaan mereka karena teman sebaya, suka menceritakan lelucon dan memiliki selera humor yang kuat, cepat emosi dan terburu-buru dalam situasi terdesak. Anak suka ribut, riuh dan menjengkelkan namun dapat mengendalikan emosinya jika diajar dengan benar. Secara sosial, anak memiliki kesadaran akan teman-teman sebayanya dan ingin menjadi bagian dari mereka. Dari segi spiritualnya, anak mampu menyelidiki dan mencari sendiri kebenaran-kebenaran yang dinyatakan dalam Alkitab, dapat membedakan antara benar dengan salah dan memiliki nurani yang lembut.

Pada umumnya, kelakuan anak SD yang dapat diamati berupa 1) perbuatan yang menunjukkan adanya ketegangan, rasa cemas yang

<sup>58</sup>Paulus Lilik Kristianto, h.91.

nampak melalui tindakan mengisap jari, menarik-narik rambut, 2) perbuatan yang tidak berhubungan dengan pelajaran seperti melihat-lihat ke depan, kiri dan kanan 3) bercakap-cakap atau berbisik-bisik dengan anak yang lain 4) sibuk bermain dengan sesuatu 5) tidak mematuhi perintah guru, dan juga melakukan sesuatu yang mengganggu pelajaran, kurang perhatian.<sup>59</sup> Kelakuan mereka membuat guru bersikap otoriter agar dapat didengarkan oleh anak didiknya agar tidak mengganggu proses belajar yang sedang berlangsung.

## 2.2. Perbedaan Individual Peserta Didik

Dalam kegiatan belajar mengajar, sangatlah perlu bagi para guru untuk mengetahui setiap perbedaan antara anak didik yang satu dengan yang lainnya. Perbedaan-perbedaan tersebut dapat dilihat dari segi:

### 1. Perbedaan Fisik

Perbedaan-perbedaan fisik pada setiap anak akan menjadikannya berbeda antara yang satu dengan yang lainnya. Guru dalam pembelajaran sebaik mungkin mengetahui perkembangan-perkembangan fisik anak didiknya oleh karena dari perbedaan ini pun akan memunculkan persoalan diri anak didik terhadap perubahan yang terjadi. Perbedaan ini tidak hanya terbatas pada aspek-aspek yang terlihat oleh panca indra, seperti bentuk atau tinggi badan, warna kulit, mata atau rambut, jenis kelamin, nada suara atau bau keringat, namun

---

<sup>59</sup>S. Nasution, *Sosiologi Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 2010), h. 119.

juga mencakup usia, kekuatan badan atau kecepatan lari, golongan darah, pendengaran, penglihatan dan sebagainya. Aspek biologis lainnya adalah yang menyangkut kesehatan anak didik seperti mata dan telinga yang langsung berkaitan dengan penerimaan bahan pelajaran di kelas.<sup>60</sup>

## 2. Perbedaan Intelligensi

Intelligensi merupakan salah satu aspek yang selalu aktual untuk dibicarakan dalam dunia pendidikan karena ikut mempengaruhi keberhasilan belajar anak didik. Intelligensi merupakan kemampuan untuk memahami dan beradaptasi dengan situasi baru dengan cepat dan efektif, kemampuan menggunakan konsep yang abstrak secara efektif, dan kemampuan untuk memahami hubungan dan mempelajarinya dengan cepat. Setiap anak didik memiliki inteligensi yang berbeda oleh karena itu sangat perlu untuk mengadakan pendekatan yang sesuai dalam pembelajaran.<sup>61</sup>

## 3. Perbedaan Kecakapan Berbahasa

Kemampuan berbahasa membuat seseorang mampu menyatakan apa yang ia pikirkan dan diungkapkan dalam kata dan kalimat yang bermakna. Kemampuan anak dalam berbahasa berbeda-beda. Ada anak

---

<sup>60</sup>Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), h.53.

<sup>61</sup>Syaifiil Bahri Djamarah, *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005),h.58.

yang dapat berbicara dengan lancar, singkat dan jelas, namun ada juga yang gagap, berbicara berbelit-belit, dan tidak jelas.<sup>62 63</sup>

#### 4. Perbedaan Psikologis

Dari aspek psikologis peserta didik, hal ini sangat berkaitan erat dengan keadaan emosional seorang anak. Ada anak yang mudah tersenyum, ada yang gampang marah, ada yang berjiwa sosial, egoistis, cengeng, pemalas, rajin, pemurung dan lain sebagainya. Hal ini berkaitan erat dengan penyajian materi dari guru. Salah satu cara agar guru mampu memahami aspek psikologis peserta didik adalah dengan mengadakan pendekatan secara pribadi kepada peserta didik agar ia mau mengungkapkan isi hatinya secara terbuka.

Dari semua aspek-aspek yang diuraikan di atas, dapat disimpulkan bahwa anak didik pada dasarnya memiliki perbedaan-perbedaan yang dapat merubah cara pandang mereka untuk berpikir, berkata, dan juga bertindak. Perbedaan-perbedaan tersebut menjadikan guru berusaha semaksimal mungkin untuk menyesuaikan pembelajaran dengan perbedaan yang anak didik miliki.

#### C. Mengapa Kecerdasan Emosional Guru PAK Penting?

Kecerdasan emosional adalah gabungan kecerdasan emosional dan sosial. Seseorang yang mempunyai kecerdasan emosional akan mampu untuk menghadapi masalah yang terjadi dalam kehidupan karena biasanya orang yang

---

<sup>62</sup>Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, h.55.

<sup>63</sup>/*ibid.*

mempunyai kecerdasan emosional mempunyai kesadaran akan emosinya, mampu menumbuhkan motivasi dalam dirinya sendiri karena tergerak melakukan aktifitas dengan baik dan juga ingin mencapai tujuan yang diinginkannya serta dapat mengungkapkan perasaan dengan baik dan kontrol dirinya sangat kuat.

Orang yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi bukan berarti ia tidak pernah marah, tetapi biasanya mereka marah pada saat yang tepat dengan disertai tujuan yang jelas, mandiri, berusaha keras dalam setiap aktivitas hidupnya, optimis, tidak pendendam dan tekun.<sup>64</sup> Mereka merupakan tipe orang yang banyak disukai orang lain karena pandai bergaul dan memahami perasaan setiap orang yang dijumpai.

Guru PAK dalam pengembangan kecerdasan emosi (EQ), memiliki peran yang besar untuk menjadi seorang gembala bagi anak didiknya, menjadi seorang penginjil, mengajar secara profesional, membantu guru agar mampu memahami serta mengelolah emosi yang dialami, mampu memotivasi diri, memahami emosi orang lain yang secara khusus bagi anak didik, mengembangkan hubungan sosialnya, menjadi pemimpin serta menjadi teladan dalam berbagi segi kehidupannya. Guru sering berhadapan dengan berbagai karakteristik serta perbedaan anak didik dalam proses pembelajaran. Suasana belajar mengajar akan sangat menyenangkan jika guru mampu membangun hubungan yang baik dengan anak didik. Guru akan merasa merasakan kebahagiaan jika anak didik mampu mendengarkannya pada saat belajar serta adanya prestasi siswa yang

---

<sup>64</sup>Nurul Zuriah, *Pendidikan Moral dan Budi Pekerti dalam Perspektif Perubahan* (Jakarta: Bumi Aksara, 2007), h.38.

membanggakan. Ketika seorang guru mencintai anak didiknya, maka guru tidak akan membiarkan anak didiknya gagal dalam proses belajar namun akan mengusahakan bagaimana supaya semua anak didiknya mencapai tujuan yang diharapkan. Namun kerap kali yang dihadapi oleh para guru adalah anak yang susah diatur, nakal, anak yang suka berulah dan sebagainya. Hal tersebut diakibatkan oleh adanya perubahan dari segi fisik, mental, sosial dan juga perkembangan emosinya. Banyak hal yang dapat dilakukan guru untuk mengembangkan kecerdasan emosinya dalam hubungannya dengan anak didik.

*Pertama*, menyadari emosi-emosi anak. Sikap anak dinyatakan dalam berbagai tindakan yang mengisyaratkan bahwa anak menginginkan sesuatu ataupun apa yang dikehendakinya tidak sesuai dengan harapannya. Di sini guru membutuhkan keterampilan pemahaman yang baik atas emosi anak yang terjadi melalui tindakan yang diperbuat. *Kedua*, mengakui emosi sebagai sebuah kesempatan untuk menjalin kedekatan dalam mengajar. Ketika anak diliputi oleh emosi, maka guru mempergunakan peluang tersebut sebagai sebuah pendekatan untuk menerapkan pengajaran yang sesuai dan berupaya memberikan nasehat yang membangun. *Ketiga*, mendengarkan dengan empati dan menjauhkan perasaan anak. Ini berarti bahwa guru menempatkan dirinya pada situasi yang dialami oleh anak didik yang kemudian guru bertindak untuk menghilangkan perasaan emosi yang sedang terjadi. *Keempat*, menentukan batas-batas sambil membantu anak memecahkan masalah. Keempat hal tersebut dilakukan dengan memakai strategi-strategi sebagai berikut yakni: Hindarkan kritik yang berlebihan, komentar yang menghina dan mengolok-ngolok anak, melakukan pujian yang wajar dan

terperinci, bersikap jujur pada anak, bersabar dengan proses yang dialami oleh anak. Selain itu, menurut Anne Neufeld Rupp, ada beberapa hal yang patut untuk direnungkan dalam membimbing dan menuntun anak ke arah kedewasaan iman yakni, a) ketika anak melakukan kesalahan, yang patut dilakukan adalah menarik napas dalam-dalam dan membawanya dengan keadaan santai, b) mengusahakan anak dapat belajar dari kesalahan-kesalahan yang sudah diperbuat, c) mencoba untuk mengerti alasan di balik perilaku anak yang tidak pantas, d) berusaha waspada terhadap ketidakstabilan yang terjadi dalam perkembangan anak, e) mendisiplinkan anak dengan penuh kasih sayang.<sup>65</sup>

#### D. Tahapan Pengembangan Kecerdasan Emosional Guru PAK

Dalam proses pembelajaran, kecerdasan emosional guru membutuhkan tahapan-tahapan yang dapat dilakukan melalui langkah-langkah sebagai berikut:

##### 1. Kesadaran diri (kemampuan mengenali emosi diri sendiri)

Seorang guru yang memiliki kesadaran diri memampukannya untuk mengetahui diri sendiri dan menyadari emosi-emosi yang terjadi.

Kemampuan ini berkaitan erat dengan 3 hal utama yang di tuliskan oleh Daniel Goleman yakni:<sup>66</sup>

- a. Kesadaran emosi yakni mengenali emosi diri yang dilakukan dengan cara : mengetahui emosi yang dirasakan dan mengapa hal tersebut terjadi, menyadari keterkaitan antara perasaan dengan yang dipikirkan,

---

<sup>65</sup>Anne Neufeld Rupp, *Tumbuh Kembang Bersama Anak*, h.208-209.

<sup>66</sup>Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, h.84-107.

mempunyai kesadaran yang menjadi pedoman untuk mencapai sasaran.

- b. Penilaian diri yang akurat yang ditandai dengan kesadaran akan kelebihan dan kelemahan-kelemahan yang dimiliki, belajar dari pengalaman, terbuka dan mau terus belajar, serta memandang diri sendiri dengan perspektif yang luas.
- c. Percaya diri yakni berani tampil dengan keyakinan diri, berani menyatakan keberadaannya, tegas dan mampu mengambil keputusan yang baik.

## 2. Pengaturan diri

Menangani perasaan yang diliputi oleh gejolak emosi yang berlebihan dapat membuat seorang guru kurang mampu menguasai emosinya. Ada beberapa hal yang bisa dilakukan oleh para guru dalam mengendalikan emosinya yakni:<sup>67</sup>

- a. Pengendalian diri : mengelolah dengan baik perasaan dan emosi yang menekan, tetap teguh, positif dan tidak goyah, berpikir dengan jernih dan tetap fokus.
- b. Sifat dapat dipercaya : bertindak menurut etika dan tidak pernah memermalukan orang, membangun kepercayaan, mengakui kesalahan sendiri dan berani menegur yang salah.
- c. Sifat kewaspadaan : memenuhi komitmen dan memenuhi janji, bertanggung jawab dan cermat dalam bekerja.

---

<sup>67</sup>*Ibid.*, h. 130-151.

- d. Terbuka dan terampil menangani beragam kebutuhan atau masalah, luwes memandang situasi.

### 3. Motivasi

Motivasi menjadi penggerak untuk mendorong seseorang meraih apa yang diinginkan. Untuk bertindak sebagai motivator hal-hal yang harus dimiliki oleh guru adalah sebagai berikut:

- Dorongan untuk berprestasi : berusaha untuk memperbaiki kesalahan, berorientasi pada hasil melalui semangat juang untuk meraih tujuan, terus belajar untuk mengembangkan diri. Ada kesiapan untuk memanfaatkan kesempatan, tekun dan bekerja dengan harapan untuk sukses.

### 4. Empati

Empati berkaitan erat dengan kehidupan bermasyarakat yang merupakan kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.

Kemampuan empati ini antara lain :

- a. Memahami orang lain atau memahami perasaan orang lain, membantu orang lain, menunjukkan kepekaan terhadap perasaan orang lain.
- b. Mau bergaul dengan orang lain yang bermacam-macam latar belakang, menerima perbedaan pendapat dengan orang lain, memandang keberagaman sebagai peluang, berani menentang sikap membedakan.

## 5. Kompetensi sosial

Kompetensi ini merupakan kemampuan pendidik sebagai bagian dari masyarakat untuk menjalin hubungan dengan peserta didik dan semua unsur yang terlibat. Hal yang berhubungan dengan kompetensi ini adalah

- Terampil berkomunikasi dengan semua orang, memiliki sifat simpatik, memiliki kemampuan bekerjasama dengan pihak sekolah, bergaul dengan masyarakat dengan intergitas, kejujuran dan rasa syukur.

## 6. Menjadi pemimpin

Kepemimpinan seorang guru dapat dilihat dalam hal-hal sebagai berikut:

- Membangkitkan semangat untuk meraih visi serta misi bersama, melangkah di depan untuk memimpin dan tetap memberikan tanggung jawab kepada anggotanya, memimpin lewat teladan yang dimilikinya, serta mampu mengambil keputusan yang tepat.

## E. Pandangan Alkitab Mengenai Kecerdasan Emosional

Emosi merupakan salah satu berkat Tuhan bagi manusia, oleh karena itu patut disyukuri. Tuhan memberikan emosi kepada manusia untuk tujuan mulia, yaitu agar manusia hidup bahagia dan memiliki hubungan antar manusia harmonis. Dalam perspektif Alkitab, PL (Perjanjian Lama) dan PB (Perjanjian Baru) banyak memberikan gambaran dari beberapa tokoh Alkitab yang mampu menggunakan emosinya dengan baik. Hal ini dapat dilihat dalam:

#### a. Perjanjian Lama (PL)

Dalam perspektif PL, ada beberapa contoh pengembangan kecerdasan emosional dalam berbagai bidang kehidupan para tokoh Alkitab yang kemudian dapat ditelusuri melalui dimensi-dimensi kecerdasan emosional. Komponen pengembangan kecerdasan emosional dalam perspektif PL dapat dilihat dari tokoh Yusuf (Kej. 43). Kisah Yusuf memperlihatkan bahwa kendatipun saudara-saudaranya membenci dirinya, ia tidak menyimpan dendam kepada mereka namun dengan penuh kasih ia memaafkan kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat oleh saudara-saudaranya terhadap dirinya. Di sini nampak bahwa Yusuf selain memiliki kecerdasan dalam mengatur pemerintahan, ia juga memiliki kecerdasan emosional yang kuat dalam hal pengendalian diri, untuk tidak membalas dan tidak menaruh dendam atas perbuatan saudara-saudaranya, serta tidak mau menyalahkan orang lain atas apa yang menimpanya. Namun pada akhirnya Yusuf dalam pengendalian diri, memampukan dirinya memiliki kesabaran yang tinggi dan juga kepemimpinannya memberikan dampak positif yang luar biasa dalam hubungannya dengan diri sendiri, keluarga bahkan orang lain. Seperti halnya kisah Musa, ia dipanggil menjadi pemimpin yang bertujuan untuk memberitahukan kehendak Allah kepada umat Israel di Mesir (Kel. 14). Musa dengan penuh semangat dan keberanian memimpin umat-Nya keluar dari tanah perbudakan walaupun bangsa Israel sering mengeluh dan bersungut-sungut mempersalahkan Musa dan juga Allah. Sikap orang Israel tersebut nampak ketika tiba di padang gurun Syur (Kel. 15:22-27) dan juga

di padang gurun Sin (Kel.16:1-20), yang suka mengeluh dan bersungut-sungut. Dari kisah ini Musa menunjukkan kecerdasan emosionalnya dari segi kepemimpinannya yang mampu mengendalikan diri menghadapi umat Israel, memiliki kesabaran yang kuat, sehingga dirinya dapat menampakkan dimensi kecerdasan emosional yang lainnya dalam hal memberikan motivasi bagi umatNya, untuk menyatakan bahwa Allah akan senantiasa menolong dan tidak akan membiarkan umat-Nya menderita.

Dimensi kesadaran diri merupakan salah satu komponen yang memungkinkan seseorang dalam menyadari emosi, mengetahui keadaan diri sendiri dan memiliki sikap percaya diri yang tinggi. Tokoh Alkitab yang terkenal akan hal tersebut adalah Yosua. Yosua adalah orang yang telah dipilih oleh Tuhan untuk menggantikan Musa membawa bangsa Israel masuk ke dalam tanah Kanaan. Walaupun telah dipilih oleh Tuhan, ia merasa terbatas akan kemampuannya sehingga timbullah perasaan takut, tawar hati, gentar dan gelisah. Namun Tuhan selalu mengatakan bahwa "Kuatkan dan teguhkanlah hatimu" (Yos. 1:6,7,8,9,18). Dalam mengangkat tugas dan tanggung jawab tersebut Yosua bergantung sepenuhnya kepada Tuhan agar ia melakukannya. Hal ini menunjukkan bahwa dalam keterbatasannya, ia menyadari dirinya jika ia terbatas. Oleh karena itu pertolongan Tuhan memungkinkan Yosua bisa memiliki keberanian, percaya diri yang tinggi, dan memiliki kesadaran akan dirinya sendiri.

Dimensi kecerdasan emosional yang menyangkut empati atau merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain nampak dari kisah raja

Salomo yang memiliki empati terhadap ibu kandung dari anak yang sedang diperebutkan dengan perempuan lain (1 Raj. 3:16-28) yang menuntutnya dapat mengambil keputusan yang benar atas peristiwa tersebut. Kecerdasan emosi adalah sebuah gambaran mental dari seseorang yang cerdas dalam menganalisa, merencanakan dan menyelesaikan masalah, mulai dari yang ringan hingga kompleks. Oleh karena itu, empati Salomo pada akhirnya membuatnya dapat menganalisa dan mengambil keputusan yang tepat dalam peristiwa tersebut.

Kecerdasan emosional dilihat dari sudut keterampilan sosial nampak dalam 2 Raja-raja 4:1-7, mengenai kisah nabi Elisa dengan seorang janda. Cerita janda dengan kedua anaknya ini memperlihatkan bahwa Allah memperdulikan umat-Nya yang setia yang ada dalam kesulitan dan memerlukan pertolongan. Elisa menunjukkan kepeduliannya melalui sikapnya yang memberi perhatian lebih atas masalah yang dihadapi janda tersebut sehingga Elisa memberikan pertolongan kepadanya melalui kuasa Allah yang bekerja dalam dirinya.

#### b. Perjanjian Baru (PB)

Kitab PB pun mencatat bahwa Yesus adalah seorang tokoh yang memiliki semua dimensi kecerdasan emosional dalam sepanjang kehidupannya. Hal tersebut terbukti melalui kepemimpinan-Nya yang penuh kasih bagi semua orang dan juga lewat keteladanan yang ia miliki sehingga menjadi panutan bagi semua yang percaya kepada-Nya. Tuhan Yesus sangat pandai dalam mengelola emosinya sendiri, serta memiliki kepekaan terhadap

lingkungannya. Hal ini nampak ketika Yesus tergerak hatinya oleh belas kasihan untuk mengajar banyak orang, yang dikisahkan dalam Matius 9:36 "Melihat orang banyak itu, tergeraklah hati Yesus oleh belas kasihan kepada mereka karena mereka lelah dan terlantar seperti domba yang tidak bergembala". Ini menunjukkan bahwa Yesus bukan hanya peduli pada kesejahteraan fisik orang lain, tetapi juga peduli pada kesejahteraan rohani mereka. <sup>zo</sup> Yesus merasa belas kasihan, bukan hanya pada waktu orang-orang kekurangan kebutuhan-kebutuhan dasar secara jasmani tetapi juga ketika mereka tidak mempunyai pemimpin, pengajaran, atau tujuan-tujuan. Belas kasihan Yesus bukan hanya tertuju kepada orang-orang dewasa saja, tetapi juga terhadap anak-anak kecil seperti yang dikisahkan dalam Markus 9:36. "Dia menggendong anak-anak itu serta menunjukkan cinta dan kasih sayang kepada mereka". Kecerdasan emosional dari segi keterampilan sosial juga dinampakkan oleh Yesus dalam kehidupan-Nya bergaul dengan semua orang tanpa memandang status, pekerjaan, usia, kelemahan maupun kelebihan yang dimiliki oleh orang lain. Selain itu juga Tuhan Yesus mempunyai pengendalian diri yang luar biasa saat menjalani kesengsaraan di kayu salib, menghadapi cemoohan, menghadapi hujatan, bahkan menghadapi orang yang meludai Dia. Yesus pun menyadari diri-Nya bahwa Ia hadir di dunia ini untuk menggenapi rencana Allah bagi karya penyelamatan atas dunia yang telah dirusak oleh manusia.

<sup>68</sup><http://firimantuhan.blogspot.com/2011/03/emosi-positif-yesus-wuiud-emosi-vesus.html>, diakses pada hari Selasa 14 Mei 2013.

Dimensi mengenai pemberian motivasi, dapat dilihat dalam peristiwa kenaikan Tuhan Yesus ke sorga. Setelah Yesus bangkit dari maut dan akan terangkat ke sorga, Ia tidak meninggalkan murid-murid-Nya begitu saja namun Ia memotivasi murid-murid-Nya untuk memberitakan Injil seperti yang terdapat dalam Matius 28:19-20.<sup>69</sup>

Karena itu pergilah, jadikanlah semua bangsa murid-Ku dan baptislah mereka dalam nama Bapa dan Anak dan Roh Kudus, dan ajarlah mereka melakukan segala sesuatu yang telah Kuperintahkan kepadamu. Dan ketahuilah, Aku menyertai kamu sampai kepada akhir zaman.

Ini menunjukkan bahwa Allah akan senantiasa menyertai murid-murid-Nya dalam melaksanakan tugas pelayanan untuk memberitakan Injil.

Tidak dapat disangkal bahwa Yesus juga memiliki sifat yang membuat dirinya merasakan emosi negatif dalam sepanjang pelayan-Nya di dunia ini. Emosi yang dirasakan oleh Yesus diakibatkan oleh karena ulah umat-Nya sendiri. Hal tersebut dapat dilihat dalam Lukas 19:45-49 yang menggambarkan jika Yesus sangat marah melihat Bait Allah dijadikan arena perdagangan seperti pasar. Hal tersebut menandakan bahwa Yesus memiliki kecerdasan emosional, di mana Ia tahu alasan untuk marah. Yesus tahu bahwa Ia harus marah karena ada pelanggaran prinsip yang sangat sakral yang telah diperbuat oleh manusia.

Kecerdasan emosi bukan hanya diukur dari penerimaan seseorang terhadap dirinya sendiri, tetapi juga dari penerimaannya terhadap emosi dan

---

<sup>69</sup>*Alkitab dengan Kidung Jemaat* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2005), h.40.

kehidupan orang lain. Salah satu tokoh yang terkenal yakni Saulus (Kis. 9:26-27).

Setibanya di Yerusalem Saulus mencoba menggabungkan diri kepada murid-murid, tetapi semuanya takut kepadanya, karena mereka tidak dapat percaya bahwa ia juga seorang murid. Tetapi Barnabas menerima dia dan membawanya kepada rasul-rasul dan menceritakan kepada mereka, bagaimana Saulus melihat Tuhan di tengah jalan dan bahwa Tuhan berbicara dengan dia dan bagaimana keberaniannya mengajar di Damaskus dalam nama Yesus.<sup>70</sup>

Kehidupan Saulus yang dahulu terkenal menakutkan bagi jemaat mula-mula dan menentang kekristenan membuatnya tidak segan melakukan kekerasan dalam menyingkirkan orang kristen. Namun seiring berjalannya waktu perubahan besar terjadi dalam kehidupannya sehingga Paulus mampu diterima oleh orang lain dalam tugas dan pelayanannya bahkan sampai pada kehidupan sekarang ini.

Olehnya itu, seperti halnya seorang guru, dalam menghadapi anak didik, dibutuhkan suatu penerimaan diri atas keberadaan anak yang menuntut guru untuk memiliki keberhasilan dalam mengelola pengendalian diri, kesabaran diri, mampu memberikan motivasi yang positif kepada anak didiknya, membangun relasi yang baik dengan pihak sekolah dan sebagainya.

#### F. Kerangka Berpikir

Seorang guru PAK dalam proses pembelajaran, tidak cukup jika hanya bermodalkan piawai dalam menyampaikan bahan ajar. Namun totalitas pribadi seorang guru dalam pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak

---

<sup>70</sup>*Ibid.*, h. 154.

didik yang diajar. Berdasarkan teori kecerdasan emosional yang telah di paparkan sebelumnya, dapat diketahui bahwa dalam proses belajar karakteristik anak sangat berbeda-beda yang dapat ditinjau dari segi pengetahuan, fisik, komunikasi anak, psikologis dan sikap anak dalam kelas yang sukar untuk diatur. Guru PAK secara khusus harus mampu mengendalikan dan mengembangkan emosinya agar memberi dampak yang positif bagi anak didik dalam menerapkan nilai-nilai kristiani. Kemampuan untuk mengendalikan emosinya tersebut disebut sebagai kecerdasan emosional yang terbagi atas enam dimensi yakni: kesadaran diri, pengaturan diri, empati, memotivasi, keterampilan sosial dan juga menjadi seorang pemimpin bagi anak didiknya.

Guru yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi dalam menghadapi anak didik, akan lebih disukai, mendapat simpati dan rasa sayang dari anak didiknya, suasana akrab dalam kelas terjalin, dapat membangun motivasi positif, dan memampukan guru memecahkan masalah dengan baik. Hal tersebut akan membangun suasana pembelajaran yang kondusif pelaksanaannya.

Dapat dikatakan bahwa jika seorang guru PAK memiliki kecerdasan emosional yang tinggi, yaitu memiliki kesadaran diri, pengaturan diri, empati, memotivasi, keterampilan sosial dan juga menjadi seorang pemimpin bagi anak didiknya, maka kualitas mengajar dan suasana pembelajaran yang kondusif akan tercipta sehingga penanaman nilai-nilai kristiani bagi anak didik dapat dikembangkan melalui pengembangan kecerdasan emosional guru PAK.