

## BAB II

### TINJAUAN TEORI TENTANG *CHILD ABUSE* DAN KECERDASAN EMOSI

#### A. *Child abuse* (Kekerasan pada anak)

##### 1. Pengertian *child abuse* (kekerasan pada anak)

Secara harfiah kekerasan diartikan sebagai "sifat atau suatu hal yang keras; kekuatan; paksaan".<sup>1</sup> Sedangkan secara terminologi kekerasan berarti "perbuatan seseorang atau sekelompok orang yang menyebabkan cedera atau matinya orang lain atau menyebabkan kerusakan fisik atau barang orang lain."<sup>2</sup> Segala macam perbuatan yang menimbulkan penderitaan baik itu berupa fisik atau menyebabkan kerusakan bagi orang lain dapat diartikan sebagai kekerasan.

Menurut WHO (World Health Organization) kekerasan adalah menggunakan kekuatan fisik atau kekuasaan, ancaman atau perlakuan kasar dengan mengakibatkan kematian, trauma, meninggalkan kerusakan, menyebabkan luka, atau pengambilan hak. Kekuatan fisik dan penggunaan kekuasaan termasuk kekerasan meliputi penyiksaan fisik, penelantaran, dan seksual.<sup>3</sup>

Fontana pada tahun 1971 menyatakan bahwa termasuk *child abuse* yaitu malnutrisi dan menelantarkan anak merupakan awal dari gejala perlakuan salah dan penganiayaan fisik berada pada stadium akhir yang paling berat dari tingkatan perlakuan salah oleh orang tuanya atau pengasuhnya. Yang dimaksud dengan *child abuse* dan *neglect* adalah perlakuan salah terhadap fisik dan emosi anak, menelantarkan pendidikan dan kesehatannya dan terjadinya kekerasan seksual pada anak.<sup>4</sup> Kekerasan dalam keluarga,

---

<sup>1</sup> Abdul Qadir Shaleh, *Agama Kekerasan*, (Yogyakarta: PRISMASHOPIE Press, 2003), h. 59

<sup>2</sup> *Ibid.*

<sup>3</sup> Ferry Efendi dan Makhfudi, *Keperawatan Kesehatan Komunitas*, (Jakarta: Salemba Medika, 2009) h. 40.

<sup>4</sup> Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Anak*, (Jakarta: EGC, 1995), h. 156.

kasus bullying di sekolah dan di lingkungan masyarakat bukanlah hal yang baru, karena sering terjadi kasus kekerasan dan korbannya pun bisa siapa saja. Anak-anak yang dianggap lemah sehingga sering menjadi korban kekerasan.

Masa kanak-kanak dibagi menjadi dua periode, yaitu awal masa kanak-kanak, sekitar umur 2-6 tahun dan akhir masa kanak-kanak sekitar umur 6-12 tahun. Sedangkan Menurut UU no.4/1979 tentang kesejahteraan anak, UU no. 23/2002 tentang Perlindungan anak, UU no.3/1997 tentang Pengadilan anak, definisi anak menurut undang-undang tersebut adalah seseorang yang belum berusia 18 tahun, termasuk bayi dalam kandungan.<sup>5</sup>

*Abuse* (kekerasan) seringkali terjadi dalam keluarga. Hal ini terjadi disebabkan akibat dari keluarga tidak bisa berfungsi sebagaimana mestinya. Kriteria keluarga yang tidak sehat adalah :

- a. Keluarga tidak utuh, *broken home by death* (kematian), *divorce* (perceraian).
- b. Kesibukan orang tua sehingga jarang berada di rumah, ketidakberadaan dan ketidakbersamaan orang tua dan anak di rumah sehingga anak hampir tidak diperhatikan oleh orang tua.
- c. Hubungan interpersonal antar anggota keluarga (ayah-ibu-anak) yang tidak baik. Suami istri yang sering bertengkar, ketidak-akuran saudara satu dengan yang lain, hubungan orang tua dan anak yang juga tidak saling berbicara.
- d. Substitusi ungkapan kasih sayang orang tua kepada anak, dalam bentuk materi daripada kejiwaan (psikologis). Orang tua lebih banyak memberikan harta yang berlimpah dari pada memberikan sedikit perhatian. Anak tercukupi kebutuhan materinya tetapi dia tidak pernah

---

<sup>5</sup> Panduan Bantuan Hukum di Indonesia, (Jakarta: YLBHI, 2007) , h. 105.

diberi perhatian mengenai perkembangan sekolahnya atau sekedar bertanya sudah makan atau belum.<sup>6</sup>

Ciri-ciri keluarga yang beresiko melakukan *child abuse* adalah :

- a. Kekerasan lain dalam rumah, seperti *abuse* (kekerasan) terhadap pasangan. Suami bersikap kasar dan juga memukul istri.
- b. Orang tua atau pengasuh yang menggunakan alkohol atau penyalahgunaan obat-obatan lainnya.
- c. Orang tua yang depresi atau mengalami gangguan mental.
- d. Menjadi orang tua tiri.
- e. Tekanan atau stres keluarga berkaitan dengan kehilangan pekerjaan, banyak tugas dan beban kerja, masalah keuangan, kemiskinan, penyakit, kematian, perpisahan atau perceraian.
- f. Anggota keluarga dewasa ada yang mengalami *abuse* (kekerasan) ketika masih anak-anak.

Terjadinya kekerasan disebabkan juga oleh berbagai faktor, yaitu :

- a. Faktor anak

Kekerasan fisik pada anak berhubungan dengan perilaku menyimpang termasuk kenakalan anak. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa anak nakal dilaporkan mengalami kekerasan fisik dibanding teman sebayanya yang tidak nakal. Yang disebut perilaku menyimpang adalah semua tingkah laku yang menyimpang dari ketentuan yang berlaku dalam masyarakat (norma agama, etika, peraturan sekolah dan keluarga dan lain-lain). Jika penyimpangan ini terjadi terhadap norma-norma hukum pidana maka disebut kenakalan seperti perkelahian, perampokan, pencurian, pemerasan, perusakan

---

<sup>6</sup> Dadang Hawari, *Our Children Our Future*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2007), h. 89.

dan lain-lain. Menurut Graham, faktor yang dapat menyebabkan perilaku menyimpang adalah :

- 1) Faktor lingkungan: malnutrisi, kemiskinan, migrasi karena urbanisasi, masalah sekolah, problem keluarga, kematian orang tua, orang tua sakit berat atau cacat, hubungan antar anggota keluarga tidak harmonis.
- 2) Faktor pribadi seperti faktor bakat yang mempengaruhi temperamen (menjadi pemarah, hiperaktif) cacat tubuh, ketidakmampuan menyesuaikan diri.

b. Faktor orang tua dan keluarga

Faktor-faktor yang menyebabkan orang tua melakukan kekerasan pada anak antara lain:

- 1) Praktek-praktek budaya yang merugikan anak yaitu kepatuhan anak kepada orang tua dan anak dilarang menolak.
- 2) Saat masih kecil, orang tua juga mengalami kekerasan, sehingga nantinya dia juga akan melakukan kekerasan terhadap anak-anaknya.
- 3) Orang tua mengalami gangguan mental, sehingga dia juga mudah melakukan kekerasan.
- 4) Belum mencapai kematangan fisik, emosi maupun sosial, terutama sekali mereka yang mempunyai anak sebelum berusia 20 tahun.
- 5) Orang tua merupakan pecandu minuman keras dan narkoba.

c. Faktor lingkungan sosial/komunitas

Faktor lingkungan sosial yang dapat menyebabkan kekerasan diantaranya :

- 1) Kemiskinan dalam masyarakat dan tekanan materialistis

- 2) Kondisi sosial ekonomi yang rendah
- 3) Adanya nilai dalam masyarakat bahwa anak adalah milik orang tua sendiri. Sehingga jika ada orang tua yang melakukan kekerasan pada anaknya, masyarakat membiarkan karena itu adalah hak orang tua dalam mendidik anaknya.
- 4) Status wanita yang dipandang rendah
- 5) Nilai masyarakat yang terlalu individualistis (tidak memeperdulikan lingkungan sekitar) dan sebagainya.

Berbagai perilaku menyimpang dan faktor-faktor resiko tersebut harus secepatnya dikenali sehingga dapat dilakukan tindakan preventif dan menyelesaikan masalah segera agar tidak terjadi problem lebih lanjut yang dapat merusak proses tumbuh kembangnya.

Kekerasan tidak lah hanya diartikan sebagai perlakuan fisik saja, berikut ini kategori *child abuse*, yaitu :

- a. ***Physical abuse*** (perlakuan salah secara fisik), adalah ketika anak mengalami pukulan, tamparan, gigitan, pembakaran, atau kekerasan fisik lainnya. Seperti bentuk abuse lainnya, physical abuse biasanya berlangsung dalam waktu yang lama. Atau tindakan yang dilakukan dengan niat untuk menyakiti fisik anak seperti: memukul, menendang, melempar, menggigit, menggoyang-goyang, memukul dengan sebuah obyek, menyulut tubuh anak dengan rokok, korek api, menyiram anak dengan air panas, mengikatnya, tidak memberi makanan yang layak untuk anak dan sebagainya.
- b. ***Sexual abuse*** (perlakuan salah secara seksual), adalah ketika anak diikutsertakan dalam situasi seksual dengan orang dewasa atau anak

yang lebih tua. Kadang ini berarti adanya kontak seksual secara langsung seperti persetubuhan, atau sentuhan atau kontak genital lainnya. Tetapi itu juga bisa berarti anak dibuat untuk melihat tindakan seksual, melihat kelamin orang dewasa, melihat pornografi, atau menjadi bagian dari produksi pornografi. Anak biasanya tidak dipaksa ke dalam situasi seksual, sebaliknya mereka dibujuk, disogok, ditipu, atau dipaksa. Atau tindakan-tindakan yang menyangkut masalah seksual, seperti mencium atau menyentuh organ kemaluan anak, menyuruh anak menyentuh alat vital orang lain, bersenggama dengan anak, memperlihatkan alat vital kepada anak, memaksa anak untuk membuka pakaiannya, memaksa anak untuk berhubungan seks dengan orang lain, menjadikan anak objek pornografi seperti di dalam internet atau video, menceritakan anak cerita jorok.

- c. *Neglect* (diabaikan/dilalaikan) adalah ketika kebutuhan-kebutuhan dasar anak tidak dipenuhi. Kebutuhan-kebutuhan tersebut meliputi kebutuhan makanan bergizi, tempat tinggal yang memadai, pakaian, kebersihan, dukungan emosional, cinta dan afeksi, pendidikan, keamanan. Atau tindakan yang bersangkutan masalah tumbuh kembang anak, seperti tidak menyenangkan rumah dan memberi pakaian yang layak, mengunci anak di dalam kamar atau kamar mandi, meninggalkan anak di dalam periode waktu yang lama, menempatkan anak di dalam situasi yang membahayakannya. Apabila orang tua tidak dapat memenuhi kebutuhan baik dalam hal kebutuhan fisik, psikis ataupun emosi, tidak memberikan perhatian dan sarana untuk berkembang merupakan tindakan penelantaran.

Termasuk di dalam penelantaran anak adalah:

1. Penelantaran untuk mendapatkan perawatan kesehatan misalnya mengingkari adanya penyakit serius pada anak.

2. Penelantaran untuk mendapatkan keamanan, misalnya cedera yang disebabkan kurangnya pengawasan dan situasi rumah yang membahayakan.
3. Penelantaran emosi, yaitu tidak memberikan perhatian kepada anak, menolak kehadiran anak.
4. Penelantaran pendidikan. Anak tidak mendapatkan pendidikan seusia usianya, tidak membawa anak ke sarana pendidikan atau menyuruh anak mencari nafkah untuk keluarga sehingga terpaksa putus sekolah.
5. Penelantaran fisik, yaitu bila anak tidak terpenuhi kebutuhan makan, pakaian atau tempat tinggal yang layak untuk mendapat sarana tumbuh kembang yang optimal.<sup>7</sup>

**d. *Emotional abuse***, (perlakuan salah secara emosi) adalah ketika anak secara teratur diancam, diteriaki, dipermalukan, diabaikan, disalahkan, atau salah penanganan secara emosional lainnya, seperti membuat anak menjadi lucu dan ditertawakan, memanggil namanya dengan sebutan tidak layak, dan selalu dicari-cari kesalahannya. Atau terjadi bila orang dewasa mengacuhkan, meneror, menyalahkan, mengecilkan, dan sebagainya yang membuat anak merasa inkonsisten dan tidak berharga. Perlakuan memermalukan, mencaci, memaki dan memanggil dengan sebutan negatif dilakukan terus menerus sehingga anak merasa bahwa dirinya adalah apa yang diucapkan kepadanya. Anak yang terus dimaki merasa dirinya tidak berguna dan menganggap memang dirinya buruk.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*, (Jakarta: Sagung Seto, 2004), h. 257.

<sup>8</sup> Siswanto, *Kesehatan Mental*, (Yogyakarta: ANDI, 2007), h. 124-125.

Kekerasan pada anak atau perlakuan salah pada anak adalah suatu tindakan semena-mena yang dilakukan oleh seseorang yang seharusnya menjaga dan melindungi anak (*caretaker*). Pelaku kekerasan di sini, karena bertindak sebagai *caretaker*, umumnya merupakan orang terdekat di sekitar anak. Menurut dr. Lukas Mangindaan, Sp.KJ(K), Staf Pengajar Departemen Psikiatri FKUI/RSUCPM bahwa bentuk kekerasan dapat berupa :

- a. Kekerasan fisik
- b. Pelecehan atau kekerasan seksual
- c. Pelecehan verbal berulang
- d. Penelantaran anak yang dilakukan secara sengaja sehingga menimbulkan cedera fisik, emosional, ataupun kombinasi dari keduanya, entah itu berjangka pendek ataupun panjang.

Sementara itu, Dadang Hawari menyatakan bahwa bentuk-bentuk penyiksaan ialah :

- a. Penyiksaan fisik, baik kekerasan langsung atau kekerasan tidak langsung seperti lebam-lebam pada muka, memar pada kepala akibat jambakan rambut, melakukan kekerasan pada anak.
- b. Penyiksaan mental adalah kekerasan yang bersifat psikologis dan moral misalnya menelantarkan anak, mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas dan makian misalnya setan, anjing, babi dan lain-lain.
- c. Pelecehan seksual. Semua pencabulan yang dilakukan oleh remaja dan orang dewasa (14 tahun ke atas) terhadap anak di bawah umur (13 tahun ke bawah) adalah termasuk tindak pidana perkosaan/penyerangan seksual. Ruang lingkungnya demikian luas, mulai dari kata-kata lisan maupun tulisan yang tidak senonoh,



memperlihatkan alat kelamin, memegang bagian tubuh yang dilarang, hingga hubungan kelamin.<sup>9</sup>

Beberapa masalah yang timbul pada anak sebagai korban kekerasan di berbagai segi kehidupan antara lain :

1. Masalah relasional, meliputi :
  - a. Kesulitan untuk menjalin hubungan atau pun persahabatan.
  - b. Merasa kesepian
  - c. Kesulitan dalam membentuk hubungan yang harmonis.
  - d. Sulit mempercayai diri sendiri dan orang lain.
  - e. Menjalinkan hubungan yang tidak sehat, misalnya terlalu tergantung atau terlalu mandiri.
  - f. Sulit membagi perhatian antara mengurus diri sendiri dan orang lain.
  - g. Mudah curiga dan terlalu hati-hati terhadap orang lain.
  - h. Perilakunya tidak spontan
  - i. Kesulitan menyesuaikan diri
  - j. Lebih suka menyendiri
  - k. Merasa takut menjalin hubungan dengan orang lain.
  - l. Sulit membuat komitmen.
  - m. Menghindar dari tanggung jawab.
2. Masalah emosional
  - a. Merasa bersalah, malu.
  - b. Depresi.
  - c. Merasa takut masalah dirinya diketahui orang lain.
  - d. Tidak mampu mengekspresikan kemarahan secara konstruktif atau positif.

---

<sup>9</sup> Dadang Hawari, *Penyiksaan Fisik dan Mental dalam Rumah Tangga*, (Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2009), h. 78-81.

- e. Tidak mampu menghadapi tuntunan kehidupan dengan segala masalahnya.
3. Masalah kognisi
- a. Punya persepsi yang negatif terhadap kehidupan.
  - b. Timbul pikiran negatif tentang diri sendiri yang diikuti oleh tindakan cenderung merugikan diri sendiri.
  - c. Memberikan penilaian rendah terhadap kemampuan atau prestasi diri sendiri.
  - d. Sulit berkonsentrasi dan menurunnya prestasi di sekolah.
  - e. Memiliki citra diri yang negatif.
4. Masalah perilaku
- a. Muncul perilaku berbohong, mencuri, bolos sekolah.
  - b. Perbuatan kriminal atau kenakalan.
  - c. Tidak mengurus diri sendiri dengan baik.
  - d. Menunjukkan sikap dan perilaku tidak wajar dan dibuat-buat untuk mencari perhatian.
  - e. Muncul perilaku seksual yang tidak wajar.
  - f. Kecanduan obat bius, minuman keras dan sebagainya.
  - g. Muncul perilaku yang tidak normal seperti anaroxia atau bulimia dan sebagainya.

## **2. *Child Abuse* Menurut Islam**

Anak adalah makhluk hidup yang ibarat seperti kertas putih yang akan ditulis oleh orang tua dan lingkungan dengan bermacam warna. Anak akan tumbuh hitam jika dia diwarnai dengan hitam dan akan putih jika dihiasi dengan hal yang putih bersih. Dalam Islam, anak dianggap bagian dari kehidupan dunia dan perhiasannya. Allah berfirman :

الْمَالُ وَالْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَالْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ  
 ثَوَابًا وَخَيْرٌ أَمَلًا ﴿٤٦﴾

Artinya : "Harta dan anak-anak adalah perhiasan dunia, tetapi amal kebajikan yang terus menerus adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan." (Al-kahfi[18]: 46)

Islam juga menjadikan anak sebagai karunia yang membuat bahagia. Allah berfirman :

فَبَشِّرْنَاهُ بِغُلَامٍ حَلِيمٍ ﴿١١﴾

Artinya: "Dan Kami gembirakan dia dengan anak yang santun" (Ash-shaffat[37]:101)

يٰۤاٰزَكَرِيَّا اِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلَامٍ اَسْمُهُ يَحْيٰى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيًّا ﴿٧﴾

Artinya: "Wahai Zakariya, sesungguhnya Aku gembirakan engkau dengan anak yang bernama Yahya, yang belum kujadikan sebagai nama seseorang sebelumnya" (Matyam [19]: 7).

Agama Islam memberikan perhatian besar terhadap anak. Mulai dari anak sebelum lahir hingga ia tumbuh dewasa. Islam juga mengatur tentang pengasuhan anak,

وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلَادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةَ وَعَلَى  
 الْمَوْلُودِ لَهُ رِزْقُهُنَّ وَكِسْوَتُهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ لَا تُكَلَّفُ نَفْسٌ إِلَّا وُسْعَهَا لَا تُضَارَّ  
 وَالِدَةٌ بَوْلِدِهَا وَلَا مَوْلُودٌ لَهُ بَوْلِدِهِ وَعَلَى الْوَارِثِ مِثْلُ ذَلِكَ فَإِنْ أَرَادَا  
 فِصَالًا عَنْ تَرَاضٍ مِّنْهُمَا وَتَشَاوُرٍ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا وَإِنْ أَرَدْتُمْ أَنْ تَسْتَرْضِعُوْا

أَوْلَادِكُمْ فَلَا جُنَاحَ عَلَيْكُمْ إِذَا سَلَّمْتُمْ مَا آتَيْتُمْ بِالْمَعْرُوفِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا

أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿٢٣٣﴾

Artinya: “Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang menyempurnakan penyusuan. Dan kewajiban ayah member makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara yang baik. Seseorang tidak dibebani menurut kadar kesanggupannya. Jangan lah seorang ibu menderita kesengsaraan karena anaknya, dan demikian juga seorang ayah karena anaknya, dan waris pun berkewajiban demikian. Apabila keduanya ingin menyapih (ebelum dua tahun) dengan kerelaan keduanya dan permusyawaratan maka tiada dosa atas keduanya. Dan jika kamu ingin anakmu kamu susukan kepada orang lainmka tidak ada dosa bagimu apabila kamu memberikan pembayaran sepatutnya.bertakwalah kamu kepada Allah dan ketahuilah bahwa Allah Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.” (Al-baqarah [2]: 233).

Contoh nyata mengenai perhatian terhadap anak adalah Rasulullah Saw. Beliau memperlakukan anak dengan lembut dan kasih sayang, senang bermain bersama dan menjaga anak-anak dengan baik. Imam meriwayatkan bahwa menurut cerita Anas, Rasulullah pernah menyatakan bahwa akan menyegerakan shalat jika ada suara anak kecil menangis, karena hati ibunya tersentuh sehingga ingin segera menenangkannya. Contoh lainnya, Rasulullah sangat menyayangi cucunya yakni Hasan dan Husain. Rasul “*Husain bagian diriku dan aku sebagian dari dirinya. Semoga Allah menganugerahkan cinta kepada orang yang mencintainya. Hasan dan Husain adalah dua dari sekian keturunanku.*”<sup>10</sup>

Anak yang diberi dengan pendidikan baik akan tumbuh menjadi anak yang baik pula, menjadi anak yang sholih dan berbakti kepada orangtuanya. Oleh karena itu, orang tua harus memperlakukan anak dengan baik sehingga pengetahuan agamanya juga baik. Anak begitu wulanngnya karena doa’anya

---

<sup>10</sup> Hasan Baryaquis, *Mendidik Anak dengan Cinta*, (Yogyakarta: Nuun), h. 16.

bisa mengalirkan pahala ke orangtuanya meskipun telah meninggal, seperti sabda Nabi :

إذا مات الإنسان انقطع عمله إلا من ثلاث من صدقة جارية وعلم ينتفع به وولد صالح يدعو له (رواه مسلم)

“Apabila seseorang meninggal dunia maka terputuslah segala amalnya kecuali tiga hal yaitu amal jariyah, ilmu yang bermanfaat dan anak sholeh yang mendoakannya”. (HR. Muslim)

Al-ghazali mengistilahkan Psikologi Pendidikan anak, dengan konsep metode pendidikan antara lain :

a. Metode pendidikan keteladanan

Orang tua dalam mendidik anaknya bisa melalui contoh perilakunya sehari-hari. Contoh perilaku ayah yang kasar, dan suka memukul istrinya di hadapan anak-anak mereka bisa menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan psikis mereka. Kemungkinan besar jika mereka dewasa nanti akan meniru sikap kasar dari ayah mereka. Kalau orang tua mencontohkan dalam perkataannya sering menggunakan kata-kata kasar atau jorok, maka anak pasti akan meniru kata-kata jorok dan kasar saat dia berhadapan baik kepada orang tuanya sendiri atau bisa saja saat bersama teman-temannya.

Al-Ghazali menjelaskan dalam pendidikan keteladanan ini, bahwa seorang pendidik itu adalah seorang yang disertai untuk memperbaiki akhlak yang buruk dan menggantinya dengan akhlak yang baik agar anaknya mudah menuju jalan akhirat yang dapat mendekatkan kepada Allah.

b. Metode pendidikan pembiasaan

Metode pembiasaan mempunyai peranan wulanng dalam pembinaan pribadi anak, sebab masa anak-anak adalah masa paling baik menanamkan pendidikan agama dan akhirat. Menurut Al-Ghazali, ”Anak

kecil harus dijaga dari bergaul dengan anak-anak yang biasanya dirinya bersenang-senang, bermewah-mewahan dan memakai pakaian yang membanggakan. Karena anak itu apabila dibiarkan dan disia-siakan pada awal pertumbuhan, niscaya menurut kebiasaannya/kebanyakan anak itu tumbuh dengan akhlak yang buruk, pendusta, pendengki, pencuri, adu domba, suka minta-minta, banyak berkata sia-sia, suka tertawa, menipu dan banyak senda-gurau, sesungguhnya yang demikian itu dapat dijaga dengan pendidikan yang baik”.

Menurut al-Ghazali dalam menanamkan agama hendaklah dengan pendidikan membiasakan ibadah, yakni; “anak dibiasakan untuk tidak mudah meninggalkan kesucian dan shalat. Demikian pula hendaknya ia disuruh melaksanakan ibadah puasa pada bulan ramadhan, mengkaji ilmu-ilmu syariat yang diperlukan, serta dididik untuk takut mencuri, mengkonsumsi makanan yang haram, berkhianat, berdusta dan berbuat keji”.

Jika orang tua membiarkan anak dan memberinya pendidikan agama, anak yang belum bisa shalat dan mengaji dibiarkan saja dan tidak diajari atau dimasukkan ke tempat mengaji, berarti orang tua secara tidak langsung telah menumbuhkan akhlak-akhlak tercela dan tidak mengerti kewajibannya untuk beribadah sebagai orang Islam.

c. Metode pendidikan nasehat

Al-Ghazali sangat memberikan perhatian terhadap wulanngnya penggunaan metode nasehat dalam pendidikan anak, dengan pernyataannya ”bila seorang anak pada permulaan pertumbuhannya terabaikan dari pendidikan, niscaya akan tampak padanya berbagai akhlak yang buruk. Satu-satunya yang dapat mencegah dia dari sifat-sifat buruk adalah pendidikan yang baik dengan mengharuskan kesibukan mempelajari nasehat dari al-Quran, hadis, serta kisah-kisah orang-orang shalih.

Tugas orang tua adalah memberikan nasihat yang baik kepada anak-anaknya dengan cara baik pula, anak diberikan motivasi positif agar perilakunya bisa terarah ke perbuatan yang baik.

d. Metode pendidikan ganjaran dan hukuman

Al-Ghazali memaparkan bahwa “jika anak melakukan perbuatan baik dan akhlak yang terpuji hendaknya ia mulyakan dan dipuji. Jika mungkin, ia diberi hadiah yang baik, dipuji dihadapan orang-orang wulanng dan berkedudukan sebagai motivasi baginya”. Sedangkan dalam menerapkan hukuman menurut al-Ghazali yakni; agar seorang guru tidak cepat-cepat menjatuhkan hukuman dan celaan, sebab akan meremehkn celaan itu dan ia akan mudah melakukn kejelekan dan membuang pengaruh perkataan hatinya. Oleh karena itu ayah harus menjaga wibawanya ketika berbicara dengannya dan jangan sering-sering mencela. demikian pula ibu, hendaknya menakut-nakuti anaknya kepada ayahnya dan waktu-waktu boleh mencelanya.<sup>11</sup>

Anak ketika dia melakukan perbuatan baik, hendaklah dipuji karena dia akan merasa diapresiasi, sehingga dia termotivasi untuk melakukan perbuatan baik lainnya karena dia merasa orang tuanya sangat perhatian dengannya. Tapi sebaliknya, jika anak melakukan kesalahan seharusnya diberi peringatan terlebih dahulu, dijelaskan bahwa perbuatannya itu tidak baik dan menjelaskan bagaimana yang baik itu. Jika anak langsung dicela, dipermalukan, dimarahi, dipukul, dihajar akan berdampak pada perasaannya, hatinya akan terluka, bahkan dia bisa menyimpan dendam. Dengan begitu, jelas lah bahwa Islam sangat menghargai anak, memerintahkan orang tua untuk mendidik anak dengan baik sesuai dengan apa yang telah diajarkan Rasulullah.

---

<sup>11</sup> Diambil dari makalah Nasokah (Dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UNSIQ Wonosobo) berjudul Konsep Pemikiran Al-Ghazali Tentang Pendidikan Anak Dalam Islam (Studi Kitab Ihya' Ulumuddin).

## B. Emotional Quotient (Kecerdasan Emosi)

Kecerdasan emosi terdiri dari dua kata yakni kecerdasan dan emosi. terlebih dahulu kita membahas tentang kecerdasan. Thorndike adalah tokoh yang membagi kecerdasan manusia menjadi tiga yaitu: (1) kecerdasan abstrak ialah kemampuan memahami simbol matematis atau bahasa (2) kecerdasan konkret ialah kemampuan memahami objek nyata (3) kecerdasan sosial yaitu kemampuan untuk memahami dan mengelola hubungan antar manusia yang menjadi asal istilah kecerdasan emosional (*emotional intelligence*).<sup>12</sup>

Menurut John Carrol definisi kecerdasan adalah kemampuan mental umum yang meliputi kemampuan menalar, merencanakan, memecahkan masalah, berpikir secara abstrak, memahami ide yang susah, belajar secara cepat, belajar dari pengalaman, dan sebagainya. Kecerdasan itu bukan sekedar (kemampuan) mempelajari dan memahami buku, keahlian akademis yang sempit, ataupun kecerdasan menjawab tes. Alih-alih, kecerdasan itu menggambarkan kemampuan yang lebih luas dan mendalam untuk memahami keadaan di sekitar kita: ‘memahami’, ‘mengerti’ mengenai benda-benda atau sesuatu hal, ataupun memperhitungkan apa yang harus dilakukan.<sup>13</sup>

JP Chaplin merumuskan tiga definisi kecerdasan, yaitu (1) kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara cepat dan efektif, (2) kemampuan menggunakan konsep abstrak secara efektif, yang meliputi empat unsur seperti memahami, berpendapat, mengontrol, dan mengkritik, dan (3) kemampuan memahami pertalian-pertalian dan belajar dengan cepat sekali.<sup>14</sup>

---

<sup>12</sup> Moch. Masykur dan Abd Halim, *mathematical intelligence*, (Jogjakarta: Ar-ruz media, 2007), h. 104.

<sup>13</sup> M. Shodiq Mustika, *Pelatihan S-M-A-R-T*, (Jakarta: Hikmah, 2007), h. 25

<sup>14</sup> Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2001), h. 318.



Menurut David Wechsler, kecerdasan adalah kemampuan sempurna (komprehensif) seseorang untuk berperilaku terarah, berpikir logis, dan berinteraksi secara baik dengan lingkungannya.<sup>15</sup>

Alfred Binet, dikenal sebagai pelopor dalam menyusun tes intelegensi, mengemukakan bahwa intelegensi mempunyai tiga aspek, yaitu:

- a. *Direction*, kemampuan untuk memusatkan pada suatu masalah yang harus dipecahkan.
- b. *Adaption*, kemampuan untuk mengadakan adaptasi terhadap masalah yang dihadapinya atau fleksibel dalam menghadapi masalah.
- c. *Criticism*, kemampuan untuk mengadakan kritik, baik terhadap masalah yang dihadapinya maupun masalah terhadap dirinya sendiri.<sup>16</sup>

Secara etimologi (asal kata) kata emosi berasal dari bahasa Prancis *emotion* dari kata *emouvoir* yang berarti kegembiraan. Selain itu emosi juga berasal dari bahasa latin *emovere*, dari *e* (varian eks) yang berarti “luar” dan *movere* “bergerak”. Dengan demikian, secara etimologi emosi berarti “bergerak keluar”.<sup>17</sup> Emosi berasal dari kata *e* yang berarti energi dan *motion* yang berarti getaran. Emosi kemudian bisa dikatakan sebagai sebuah energi yang terus bergerak dan bergetar. Menurut James, emosi adalah keadaan jiwa yang menampakkan diri dengan sesuatu perubahan yang jelas pada tubuh. Emosi setiap orang adalah mencerminkan keadaan jiwanya, yang akan tampak secara nyata pada perubahan jasmaninya. Sebagai contoh ketika seseorang diliputi emosi marah, wajahnya memerah, napasnya menjadi sesak, otot-otot tangannya akan menegang, dan energi tubuhnya memuncak.<sup>18</sup>

---

<sup>15</sup> Makmun Mubayidh, *Ad-Dzaka' Al-Athifi wa Ash-Shihhah Al-Athifiyah*, diterj. Muhammad Muchson Anasy, (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2006), h. 13.

<sup>16</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2013), h. 156-157.

<sup>17</sup> Coky Aditya Z, *Terapi Beragam Masalah Emosi Harian*, (Jogjakarta: Sabil, 2013), h. 11.

<sup>18</sup> Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), h. 11- 12.

Menurut Sarlito Wirawan Sarwono, emosi adalah sebagai reaksi penilaian (positif atau negatif) yang kompleks dari sistem syaraf seseorang terhadap rangsangan dari luar atau dari dalam dirinya sendiri. Definisi itu menggambarkan bahwa emosi diawali dengan adanya suatu rangsangan, baik dari luar (benda, manusia, situasi, cuaca) maupun dari dalam diri (tekanan darah, kadar gula, lapar, dan lain-lain). Selanjutnya kita menafsirkan rangsangan itu sebagai suatu hal yang positif (menyenangkan, menarik) atau negatif (menakutkan, menghindari) yang selanjutnya diterjemahkan dalam respon-respon fisiologik dan motorik (jantung berdebar, mulut menganga, mata merah dan sebagainya) dan pada saat itulah terjadi emosi.<sup>19</sup>

Emosi sebagai perasaan bergolak di dalam individu disertai dengan perubahan-perubahan fisiologis tubuh, misalnya kontraksi-kontraksi otot, sekresi kelenjar-kelenjar tertentu, peredaran darah cepat, denyut jantung cepat. Lain daripada itu terjadi pula tindakan atau tingkah laku tertentu, misalnya menangis (kalau emosi sedih), tertawa terbahak-bahak (kalau gembira).<sup>20</sup> Pendek kata. Emosi itu adalah perasaan yang bergejolak, yang seakan-akan menggetarkan dan menggerakkan individu, sehingga hal itu tampak dari luar.

Kecerdasan emosional sudah berkembang sejak lama, pada tahun 1920, E.I Thorndike sudah mengungkap '*social intelligence*', kemampuan mengelola hubungan antar pribadi baik pada pria maupun wanita. Thorndike percaya bahwa kecerdasan sosial merupakan syarat wulannng bagi seseorang di berbagai aspek kehidupannya.<sup>21</sup>

Pada tahun 1940 dalam sebuah karya Wechsler membicarakan apa yang disebutnya sebagai kemampuan afektif dan konatif. Ini pada dasarnya adalah kecerdasan emosional dan sosial, yang menurutnya amat wulannng

---

<sup>19</sup> Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Psikologi Umum*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), h. 124.

<sup>20</sup> Ki Fudyartanta, *Psikologi Umum I & II*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), h. 338.

<sup>21</sup> Anthony Dio Martin, *Emotional Quality Management*, (Jakarta: Penerbit Argas, 2003), h. 22.

dalam memberikan gambaran yang menyeluruh. Kemudian pada tahun 1948 peneliti Amerika lainnya, RW Leeper memperkenalkan gagasannya tentang pemikiran emosional, yang diyakininya sebagai bagian dari pemikiran logis. Pada tahun 1955 Albert Ellis meneliti apa yang kemudian disebut *rational emotive therapy* suatu proses yang melibatkan unsur pengajaran untuk menguji emosi manusia secara logis dan mendalam.<sup>22</sup> Lalu pada tahun 1983 Howard Gardner menulis tentang adanya kecerdasan bermacam-macam, salah satunya ‘kecerdasan interpersonal’, kecerdasan yang memungkinkan kita berhubungan secara harmonis dengan orang lain.

Sebuah teori yang komprehensif tentang kecerdasan emosi diajukan dalam tahun 1990 oleh dua orang psikolog, Peter Salovey, di Yale, dan John Mayer, di University of New Hampshire. Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan.<sup>23</sup>

Selanjutnya pada tahun 1995 muncul karya Daniel Goleman, *Emotional Intelligence: Why It can Matter More Than IQ*, yang membangkitkan minat sangat besar mengenai peran kecerdasan emosional dalam kehidupan manusia. Bertahun-tahun Goleman melakukan serangkaian penelitian tentang fungsi psikologis dan kecakapan antarpribadi, menyajikannya kepada pembaca dari semua kalangan dengan cara yang jelas, masuk akal dan mudah dipahami. Goleman sendiri mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan mengenali perasaan sendiri dan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain.<sup>24</sup>

---

<sup>22</sup> Sudirman Tebba, *Kecerdasan Sufistik*, (Jakarta: Prenada Media, 2004), h. 14-15.

<sup>23</sup> Daniel Goleman, *Working with Emotions Intelligence*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama), h. 61

<sup>24</sup> Daniel Goleman, *Working with Emotions Intelligence*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama), h. 61.

Davies dan rekan-rekannya menjelaskan bahwa intellegensi emosi adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi pada dirinya dan orang lain, membedakan satu emosi dengan emosi lainnya, dan menggunakan informasi tersebut untuk menuntun proses berpikir serta berperilaku.<sup>25</sup>

Riana Mashar berpendapat bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenali, mengolah, dan mengontrol emosi agar anak mampu merespons secara positif setiap kondisi yang merangsang munculnya emosi-emosi ini.<sup>26</sup>

Sedangkan menurut Ary Ginanjar, kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami secara efektif, menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh manusia.<sup>27</sup>

Menurut Amaryllia, kecerdasan emosi terdiri dari dua kata, yaitu kecerdasan dan emosi. Pemahaman mengenai kecerdasan itu sendiri berkaitan dengan unsur kognitif yang berkaitan dengan daya ingat, reasoning (mencari unsur sebab akibat) judgement (proses pengambilan keputusan), dan pemahaman abstraksi. Pemahaman mengenai emosi berkaitan dengan fungsi mental, perasaan hati (mood), pemahaman diri dan evaluasi, serta kondisi perasaan lain. Apabila kedua pemahaman tersebut digabungkan dan menjadi kecerdasan emosi, pengertian yang muncul adalah keterkaitan antara emosi dengan kecerdasan atau sebaliknya. Di mana orang motivasi atau perasaan hati yang positif akan berusaha mengembangkan pengaruh positif dalam pengembangan kognitif pada diri seseorang. Anak dengan emosi positif tentu akan melihat kondisi sekelilingnya dengan cara yang positif juga, melihat

---

<sup>25</sup> Monty P. Satiadarma dan Fidelis E. Waruwu, *Mendidik Kecerdasan*, (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003), h. 27.

<sup>26</sup> Riana Mashar, *Emosi Anak Usia Dini dan Strategi Pengembangannya*, (Jakarta: Kencana, 2011), h. 60.

<sup>27</sup> Ginanjar, Ary Agustian, *ESQ The ESQ Way 165 1 Ihsan, 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Arga Publishing, 2008), h. 285.

temannya mendukung dirinya, memandang ucapan orang tuanya sebagai masukan yang baik dalam pengembangan dirinya. Bandingkan dengan anak yang selalu memiliki emosi negatif, tentu ia akan memiliki praduga negatif terhadap sahabatnya, memberikan pandangan buruk terhadap orang lain dan lingkungannya.<sup>28</sup>

Perkembangan emosional anak mempunyai satu arah yaitu keseimbangan emosional diartikan sebagai suatu keadaan pengendalian emosi yang menyenangkan dan yang tidak menyenangkan. Keseimbangan emosional ini merupakan hal yang wulannng sekali karena merupakan salah satu ciri perkembangan yang lebih sehat, artinya individu dapat mengungkapkan emosinya dengan bebas tanpa merugikan lingkungan sosial. Keseimbangan emosional yaitu pengendalian emosi yang diartikan sebagai pengarah energi emosional ke dalam saluran ekspresi yang berguna dan dapat diterima oleh lingkungan sosial. Bila seseorang telah berhasil mengendalikan emosinya, maka dikatakan bahwa dia telah mencapai kematangan emosional.<sup>29</sup>

Emosi pada anak sangat kuat, ditandai oleh ledakan marah, ketakutan yang hebat, iri hati yang tidak masuk akal. Tampaknya proses perkembangan emosi anak pada umur 5 tahun mencapai puncaknya, tetapi masih ada penajaman dan penghalusan fungsi yang terus meningkat pada masa akhir kanak-kanak. Pola emosi umum yang terjadi pada masa kanak-kanak antara lain :

1. Marah

Penyebab marah, paling umum ialah pertengkaran karena berebut mainan, tidak tercapainya keinginan, dan serangan dari anak lain.

Ungkapan marah lah menangis, berteriak, mengertak,

---

<sup>28</sup> Amaryllia Puspasari, *Emotional Intelligent Parenting*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2009), h. 9.

<sup>29</sup> T. Sutjihati Somantri, *Psikologi Anak Luar Biasa*, (Bandung: Refika Aditama, 2006), h. 34.

menendang, melompat dan memukul. Respon marah dibedakan menjadi :

- a. Respon yang impulsif biasa disebut agresif, yang diarahkan pada orang, binatang, atau benda baik secara verbal maupun fisik. Biasanya dijumpai respon *temper-tantrum*, menendang, memukul, menggigit, menjambak, dan sesudah usia ini anak menunjukkan reaksi verbal. Respon impulse impulsif dapat diarahkan pada orang lain (ekstrapunitif) atau diarahkan pada dirinya sendiri (intrapunitif).
- b. Respon yang terhambat yaitu respon yang ditahan atau yang dikendalikan. Anak mungkin menjadi apatis, menarik diri. Respon seperti ini mungkin bersifat impulsif atau masa bodoh.

## 2. Takut

Anak takut mendengar cerita, melihat gambar, melihat TV, mendengarkan radio, melihat orang marah-marrah. Reaksi anak terhadap takut ialah panik, lari, menghindar, bersembunyi, menangis. Takut merupakan proses belajar yang dapat terjadi melalui proses imitasi (misalnya takut terhadap Guntur), melalui kondisioning (misalnya takut kepada dokter), atau mungkin melalui pengalaman yang menakutkan (misalnya takut kepada tokoh-tokoh dalam film yang menakutkan). Takut pada anak-anak dipengaruhi oleh faktor-faktor intelegensi, status sosial, ekonomi, jenis kelamin, kondisi fisik, kontak sosial, posisi dalam urutan keluarga, dan juga kepribadian anak tersebut.

## 3. Cemburu

Anak cemburu karena perhatian orang tua beralih kepada orang lain, misalnya adik yang baru lahir. Ungkapan cemburu anak pura-

pura sakit, anak menjadi nakal, regresi yaitu melakukan hal-hal yang dulu pernah dilakukan dan menarik perhatian misalnya ngompol lagi setelah lama tidak mengompol.

#### 4. Ingin tahu

Hasrat ingin tahu merupakan keadaan emosi yang mendorong anak untuk mengadakan penjelajahan dan mempelajari arti-arti yang baru. Keurutan ingin tahu anak meningkat sesuai dengan ruang geraknya, mula-mula terbatas pada dirinya dan hal yang ada di sekelilingnya, namun sesudah dia mampu pindah tempat, maka jangkauan yang dijelajahnya pun makin meluas. Dengan bertambahnya usia anak, pengolahan informasi yang diperoleh anak akan menentukan arti-arti tersebut secara lebih intensif. Anak ingin mengetahui hal-hal yang baru, juga ingin mengetahui tubuhnya sendiri, alat-alat mekanik, misteri hidup, dan perubahan-perubahan yang terjadi secara tiba-tiba. Reaksinya, ia banyak bertanya.

#### 5. Iri hati

Anak sering iri hati mengenai kemampuan atau barang yang dimiliki orang lain. Ungkapan iri hati ialah mengeluh tentang hal-hal yang dimiliki, mengungkapkan keinginan untuk memiliki barang-barang orang lain, mengambil benda yang ingin dimilikinya.

#### 6. Gembira

Anak merasa gembira karena sehat, berhasil melakukan tugas yang dianggapnya sulit. Anak mengungkapkan kegembiraannya bervariasi mulai dari ketenangan sampai tersenyum, tertawa, bertepuk tangan, melompat-lompat, memeluk benda atau orang yang membuatnya bahagia.

#### 7. Malu

Malu merupakan bentuk takut yang ditandai dengan gejala menarik diri dari kontak atau pergaulan dengan orang lain. Malu selalu ditimbulkan oleh manusia yang tidak dikenal, lebih besar, lebih berkuasa, atau bila anak tidak tahu apa yang harus dilakukan dalam menghadapinya. Respon yang biasanya muncul akibat malu adalah memalingkan muka, menangis. Ketika anak bertambah besar, maka respon itu berubah menjadi kegiatan menjauhi objek yang menimbulkan malu. Pada anak yang lebih besar terlihat gejala muka marah, *nervous*, gagap dan sebagainya.

#### 8. Sedih

Anak sedih karena kehilangan sesuatu yang disayangnya dan merupakan emosi yang tidak menyenangkan. Ungkapan sedih pada anak ialah menangis, kehilangan gairah mengerjakan kegiatan sehari-hari. Dengan bertambahnya usia anak, maka pengalaman yang menyedihkan pun cenderung meningkat.

#### 9. Kasih sayang

Kasih sayang merupakan ungkapan perhatian yang hangat, bersahabat, simpati, dan berbentuk tindakan fisik maupun bersifat verbal. Cara mengungkapkan kasih sayang pada orang yang berbeda akan berbeda pula. Anak belajar mencintai sesuatu yang ada di sekitarnya. Ungkapan kasih sayang yang dilakukan anak yaitu memeluk, menepuk, mencium, obyek yang disayangi mengajak bicara dengan mesra, mengelus-elus binatang yang disayangi dan menggendongnya.<sup>30</sup>

Dengan bertambah besarnya badan dan luasnya pergaulan anak pada akhir masa kanak-kanak, anak jarang melakukan ledakan marah seperti

---

<sup>30</sup> *Ibid*, h. 40-41.



menangis karena dianggap perilaku bayi dan tidak diterima dalam kelompok. Anak lebih sering mengungkapkan marah dengan menggerutu, murung dan ungkapan kasar. Walaupun akhir masa kanak-kanak merupakan periode yang relatif tenang, ada kalanya anak-anak pada masa tersebut mengalami tekanan emosi yang hebat karena kondisi fisik dan lingkungan. Contoh kondisi fisik seperti anak lelah, sakit menjadi rewel dan pemarah. Contoh kondisi lingkungan seperti keluarga retak, perceraian, kematian orang yang dicintai, dapat menimbulkan tekanan batin pada anak.<sup>31</sup>

Kecerdasan emosi menurut Daniel Goleman terdiri dari 5 unsur yaitu :

a) Kesadaran diri (*self awareness*)

Kesadaran diri emosional merupakan pondasi hampir semua unsur kecerdasan emosional, langkah awal yang wulanng untuk memahami diri sendiri dan untuk berubah. Sudah jelas bahwa seseorang tidak mungkin bisa mengendalikan sesuatu yang tidak ia kenal.<sup>32</sup> ada tiga kemampuan yang merupakan ciri kesadaran diri yaitu :

1. Kesadaran emosi, yaitu mengenali emosi diri sendiri dan mengetahui bagaimana pengaruh emosi tersebut pada dirinya.
2. Penilaian diri secara teliti, yaitu mengetahui kemampuan dan batas-batas diri sendiri, memiliki pandangan tentang mana yang perlu diperbaiki terlebih dahulu dan kemampuan untuk belajar dari pengalaman.
3. Percaya diri, yaitu keberanian yang datang dari keyakinan terhadap harga diri dan kemampuan diri sendiri.

Kesadaran diri dalam kecerdasan emosi yakni mampu mengenal dan memilah-milah perasaan, menyadari kehadiran eksistensi emosi, mengetahui kekuatan dan batas-batas diri sendiri. Sehingga dengan mengetahui hal

---

<sup>31</sup> Sri Rumini dan Siti Sundari, *Perkembangan Anak dan Remaja*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), h.48-50.

<sup>32</sup> Steven J. And Book, Howard E, Stein, *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*, terj. Trianda Januarsari dan Yudhi Murtanto, (Bandung: Kaifa, 2003), h. 75.

tersebut seseorang bisa mendayagunakan, mengekspresikan, mengendalikan dan juga mengkomunikasikan dengan pihak lain.

b) Pengaturan diri (*self regulation*)

Pengaturan diri adalah kemampuan mengelola kondisi, impuls, dan sumber dayanya sendiri. Tujuannya adalah keseimbangan emosi bukan menekan dan menyembunyikan gejolak perasaan dan bukan pula langsung mengungkapkannya. Ada 5 kemampuan utama pengaturan diri yang merupakan indikator kecerdasan emosi yaitu :

1. Kendali diri, yaitu menjaga agar emosi yang dirasakan bisa terkendali.
2. Dapat dipercaya, yaitu menunjukkan kejujuran dan integritas.
3. Kewaspadaan, yaitu dapat diandalkan dan bertanggungjawab dalam memenuhi kewajiban.
4. Adaptabilitas, yaitu dinamis dalam menghadapi perubahan dan tantangan.
5. Inovasi yaitu bersikap terbuka terhadap gagasan-gagasan, dan informasi baru yang muncul.

Pengaturan diri yang dimaksud di sini yakni mampu mengelola, menguasai, dan mengendalikan emosidengan baik sehingga berdampak positif bagi dirinya sendiri.

c) Motivasi (*motivation*)

Adalah kecerdasan emosi yang mengantar atau memudahkan peraihan sasaran. Ada 4 kecakapan utama dalam memotivasi diri :

1. Dorongan berprestasi, yaitu dorongan untuk menjadi lebih baik dengan berusaha memenuhi target yang telah dibuat.
2. Komitmen, yaitu menyelaraskan diri dengan sasaran kelompok atau lembaga.
3. Inisiatif, yaitu bisa memanfaatkan kesempatan dengan mempunyai ide

yang bagus.

4. Optimis yaitu selalu yakin terhadap apa yang diperjuangkan akan berhasil.

Motivasi yang dimaksud dalam kecerdasan emosi yaitu kemampuan menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun diri menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

d) Empati (*emphaty*)

Empati dapat difahami sebagai kemampuan mengindra perasaan dan perspektif orang lain. Menurut Goleman, kemampuan empati dapat dicirikan antara lain :

1. Memahami orang lain, yaitu mengindra perasaan dan perspektif orang lain dan menunjukkan minat aktif terhadap kewulanngan mereka.
2. Orientasi pelayanan, yaitu mengantisipasi, mengenali dan berusaha memenuhi kebutuhan orang lain.
3. Mengembangkan orang lain, yaitu merasakan kebutuhan orang lain untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan mereka.
4. Mengatasi keragaman yaitu menumbuhkan kesempatan melalui pergaulan dengan banyak orang.
5. Kesadaran politis yaitu mampu membaca arus-arus emosi sebuah kelompok dan hubungan dengan kekuasaan.

Empati dalam hal ini yaitu mampu menyadari, memahami dan menghargai perasaan dan pikiran orang lain, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan berbagai macam orang.

a) Ketrampilan sosial (*social skill*)

Ketrampilan sosial dapat difahami sebagai kemampuan untuk mengelola emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain. Orang dengan kecakapan ini pandai mengubah tanggapan orang lain seperti yang dikehendaknya. Tanpa memiliki ketrampilan ini, orang akan dianggap angkuh, mengganggu dan tak berperasaan yang akhirnya akan dijauhi orang lain. Ada 8 kecakapan utama yang menjadi indikator ketrampilan sosial :

1. Pengaruh yaitu trampil menggunakan prangkat persuasi secara efektif.
2. Komunikasi yaitu mendengarkan secara terbuka dan mengirim pesan secara meyakinkan.
3. Manajemen konflik yaitu merundingkan dan menyelesaikan ketidaksepakatan.
4. Kepemimpinan yaitu mengilhami dan membimbing individu atau kelompok.
5. Katalisator perubahan yaitu mengawali dan mengelola perubahan
6. Kolaborasi dan kooperasi yaitu bekerja sama dengan orang lain demi mencapai tujuan bersama
7. Pengikat jaringan yaitu menumbuhkan hubungan sebagai alat
8. Kemampuan tim yaitu menciptakan sinergi kelompok dalam memperjuangkan tujuan bersama.<sup>33</sup>

---

<sup>33</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, (Jakarta: Gramedia, 1996), h. 513-514.