



PROFIL Kecerdasan Emosional Remaja Akhir Pada Tingkat Mahasiswa

Dina Ervina¹, Nurhandayani²

^{1,2}Universitas Islam Nusantara Al-Azhaar Lubuklinggau

¹dinaervina94@gmail.com, ²nurhandayani@uin-al-azhaar.ac.id

Abstract: *A single paragraph of about 200 words maximum. For research articles, abstracts should give a pertinent overview of the work. We strongly encourage authors to use the following style of structured abstracts, but without headings: Background: Place the question addressed in a broad context and highlight the purpose of the study; Purpose of the study: Identify the purpose and objective of the study; Method: Describe briefly the main methods or theoretical framework applied; Result: Summarize the article's main findings; and Conclusions: Indicate the main conclusions or interpretations*

Keywords: *Emotional Intelligence, Profile Of Late Adolescents, At Student Level*

Abstrak: *Perkembangan emosional ini telah berkembang sejak anak-anak. Kemampuan untuk bereaksi secara emosional sudah ada pada bayi, gejala pertama perilaku emosional ialah keterangsangan umum terhadap stimulus yang kuat. Namun, sering meningkatnya usia, maka reaksi emosional seseorang anak akan menjadi kurang menyebar. Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengatur kehidupan dan memahami emosi atau emosi orang lain, motivasi dan kemampuan sosial-pribadi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran profil kecerdasan emosional yang ada pada mahasiswa. Remaja akhir yang memiliki kemampuan emosi yang baik mampu merasakan, menerima, memahami dan membangun emosi dengan baik, serta dapat memotivasi diri sendiri dan orang lain. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa yang ada di prodi BKI LAI Al Azhaar berada pada kategori sedang yaitu dengan persentase 72%. Sedangkan yang berada pada kategori tinggi hanya sedikit dengan persentase 20% dan yang berada pada kategori rendah hanya 8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa remaja yang berada pada kategori tinggi, sedang, dan rendah harus dapat lebih mengembangkan dalam kecerdasan emosional dalam kehidupan pribadi maupun dalam kehidupan sosial.*

Kata Kunci: *Kecerdasan Emosional, Tingkat Remaja Akhir, Motivasi Stimulus*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pengembang kemampuan peserta didik secara optimal merupakan tanggung jawab besar dari kegiatan pendidikan, oleh karena itu penyelenggara pendidikan yang bermutu sangat penting untuk pengembangan peserta didik sebagai

manusia yang maju, mandiri, dan bertanggung jawab. Pendidikan juga dapat diartikan sebagai proses sosial, dimana seseorang dihadapkan pada kondisi dan pengaruh lingkungan sehingga peserta didik dapat mengalami perkembangan secara optimal (T. Sulistyono, 2003).

Menurut Sunaryo (2011:11) pendidikan berfungsi untuk pengembangan, peragaman, dan integrasi. Dari ketiga fungsi tersebut memiliki arti bahwa pendidikan berfungsi untuk membantu manusia dalam pengembangan diri sesuai dengan keunikannya dimana keragaman perkembangan diri tersebut disesuaikan dengan potensi yang dimiliki individu agar menjadi manusia yang utuh. Sedangkan menurut Makmun (2005:22) pendidikan mencakup seluruh proses hidup dan termasuk interaksi individu dengan lingkungannya yang berlangsung secara formal, non formal, maupun informal agar peserta didik dapat mewujudkan dirinya sesuai dengan tahapan tugas perkembangan secara optimal sehingga mencapai suatu taraf kedewasaan tertentu.

Sekolah sebagai lembaga penyelenggara pendidikan formal memiliki tanggung jawab yang besar dalam upaya pengembangan peserta didik secara maksimal yang nantinya dapat bermanfaat bukan saja bagi diri sendiri tapi juga bagi masyarakat yang luas. Peserta didik adalah individu yang memiliki perbedaan antara satu dengan yang lainnya. Dalam perkembangannya, setiap diri siswa dapat dipastikan memiliki masalah-masalah individu yang berbeda pula baik masalah pribadi, sosial maupun akademiknya.

Pada dasarnya manusia memiliki tiga potensi yang harus dikembangkan dalam menjalankan eksistensi kehidupannya di muka bumi. Ketiga potensi tersebut adalah kecerdasan intelektual, kecerdasan spiritual, dan kecerdasan emosional. Perkembangan emosional ini telah berkembang sejak anak-anak. Hurlock (1978:210) menyatakan bahwa kemampuan untuk bereaksi secara emosional sudah ada pada bayi, gejala pertama perilaku emosional ialah keterangsangan umum terhadap stimulus yang kuat. Namun, sering meningkatnya usia, maka reaksi emosional seseorang anak akan menjadi kurang menyebar.

Salah satu tugas perkembangan yang penting pada masa remaja adalah mencapai kemandirian emosional, namun terkadang pada masa remaja merupakan masa yang paling labil, masa dimana remaja dihadapkan pada badai dan tekanan, yaitu masa dimana ketegangan emosi meningkat sehingga remaja mengalami ketidak stabilan emosi yang menyebabkan emosi tidak terkontrol (Hurlock, 1980).

Dalam Prias, 2013 (Goleman 2009 : 273) sebuah laporan dari *National Center For Clinical Infant Program* menyatakan bahwa keberhasilan individu disekolah bukan diramalkan berdasarkan kumpulan fakta tentang kemampuan diri untuk membaca, melainkan juga oleh ukuran-ukuran emosional dan sosial pada dirinya. Hal ini ditandai oleh suatu kemampuan dimana individu yakin pada diri sendiri dan mempunyai minat serta mengetahui pola pikir yang diharapkan orang lain. Menurut laporan tersebut, hampir semua individu yang prestasi sekolahnya buruk, tidak memiliki satu atau lebih unsur aspek-aspek kecakapan emosional.

Menurut Goleman (2002:45) kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali perasaan orang lain dan perasaan kita sendiri, serta kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosional merupakan sisi kecerdasan kognitif yang berperan dalam aktivitas manusia. Kecerdasan emosional juga merupakan tipe dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan untuk memonitor

emosi diri dan orang lain, membedakan jenis emosi tersebut dan menggunakannya untuk mengarahkan pikiran dan kemampuan dirinya sendiri.

Goleman (Shapiro, 2003: 4) mengatakan bahwa kecerdasan emosional, bukan didasarkan pada kepandaian intelektual seseorang, melainkan pada karakteristik pribadi atau karakter oleh karenanya keterampilan sosial dan emosional lebih penting bagi keberhasilan hidup daripada keterampilan intelektual. Apabila seseorang pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, orang tersebut akan memiliki tingkat emosionalitas yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya

Salovey dan Mayer (Goleman, 2001: 27), menyebut kecerdasan emosional merupakan kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. Individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai masalah atau tantangan yang muncul dalam hidupnya. Individu yang cerdas emosinya akan bersikap optimis, bahwa segala sesuatu dalam kehidupan dapat teratasi kendati ditimpa kemunduran atau frustrasi.

Goleman (2016: 56-57), membagi ciri-ciri kecerdasan emosional kedalam lima komponen kecerdasan emosional yang dapat menjadi pedoman bagi individu untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan, yakni: (a) Mengenali emosi diri, merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan (b) Mengelola emosi, merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat. (c) Memotivasi diri sendiri, sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri, dan untuk berkreasi. (d) Empati, merupakan kemampuan untuk merasakan dan mengenali emosi orang lain. (e) Membina merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan berinteraksi antar sesama.

Goleman (2009:273) dalam sebuah laporan dari *National Center For Clinical Infant Program* menyatakan bahwa keberhasilan individu di sekolah bukan diramalkan berdasarkan kumpulan fakta tentang kemampuan diri untuk membaca, melainkan juga oleh ukuran-ukuran emosional dan sosial pada dirinya. Hal ini ditandai oleh suatu kemampuan di mana individu yakin pada diri sendiri dan mempunyai minat serta mengetahui pola pikir yang diharapkan orang lain. Menurut laporan tersebut, hampir semua individu yang prestasi sekolahnya buruk, tidak memiliki satu atau lebih unsur aspek-aspek kecakapan emosional.

Munculnya mengenai pentingnya pengembangan kecerdasan emosional merupakan pandangan baru yang mendorong aktualisasi diri peserta didik. Melihat dari beberapa penelitian Kecerdasan emosional memiliki peran penting bagi kehidupan seseorang. Goelman (2009:44) mengungkapkan bahwa kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang setinggi-tingginya 20% bagi kesuksesan kehidupan seseorang, sisanya 80% lainnya diisi dengan kecerdasan emosional. Jadi untuk menjadi pribadi yang sukses harus memiliki kecerdasan emosional, jangan hanya mengandalkan kecerdasan intelektual saja.

Kenyataan bahwa manusia lebih sering bertindak berdasarkan bahasa emosi daripada bahasa logika yang membangkitkan kesadaran kita akan pentingnya memanfaatkan bahasa emosi untuk kemajuan diri sendiri dan orang lain. Fenomena yang terjadi dilapangan masih banyak peserta didik di kalangan remaja yang masih

rendah kecerdasan emosionalnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sumarlin (2013) dari 304 siswa di SMA Negeri 1 Lohia 44,40% masih memiliki kecerdasan emosional yang rendah atau kurang baik. Hal tersebut dilatarbelakangi oleh emosi yang belum matang sehingga menimbulkan reaksi emosional yang tidak stabil, selalu berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain. Untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sukmadinata (2012:53) pendekatan kuantitatif adalah pendekatan yang dirancang untuk menjawab hipotesis secara akurat menggunakan angka-angka dan pengolahan statistik, sehingga memudahkan proses analisis dan penafsirannya. Pendekatan kuantitatif digunakan dalam pemaparan tentang gambaran profil kecerdasan emosional. Sehingga pendekatan ini dapat menjawab hipotesis penelitian secara spesifik.

Populasi dalam penelitian ini seluruh mahasiswa semester I di prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI). Menurut Sugiyono, (2016: 55) Populasi adalah wilayah yang terdiri atas objek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemungkinan ditarik kesimpulan. Sedangkan sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.

Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposivesampling*, Menurut Ridwan (2006:33) *purposivesampling* yaitu teknik penentuan subjek penelitian yang digunakan atas pertimbangan-pertimbangan tertentu dengan tujuan tertentu. Dimana pemilihan kelompok subjek didasarkan pada karakteristik yang sudah ditentukan dan diketahui terlebih dahulu berdasarkan ciri atau sifatnya. Adapun langkah-langkah untuk menarik sampel dalam penelitian ini yaitu memberikan Pretest kepada mahasiswa BKPI semester I yang bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional yang ada pada diri mahasiswa. Dalam penelitian ini sampel yang dipilih adalah mahasiswa yang berada pada kategori tinggi, sedang, dan rendah.

Perhitungan pernyataan validitas item dilakukan dengan bantuan program komputer *Microsoft Excel*. Uji validitas dalam penelitian terdiri dari uji kelayakan instrument, uji keterbatasan instrument, dan uji coba butir item instrument. Keandalan instrumen dinyatakan secara operasional sebagai koefisien korelasi (r) (Azwar, 2008). Untuk menentukan tingkat keandalan instrumen, pengujian dilakukan menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* (α). Berdasarkan perhitungan uji reliabilitas instrumen menggunakan SPSS, nilai alpha adalah 0,734 dari 45 item. Benchmark koefisien reliabilitas alpha dengan nilai 0,734 adalah derajat keterandalan tinggi.

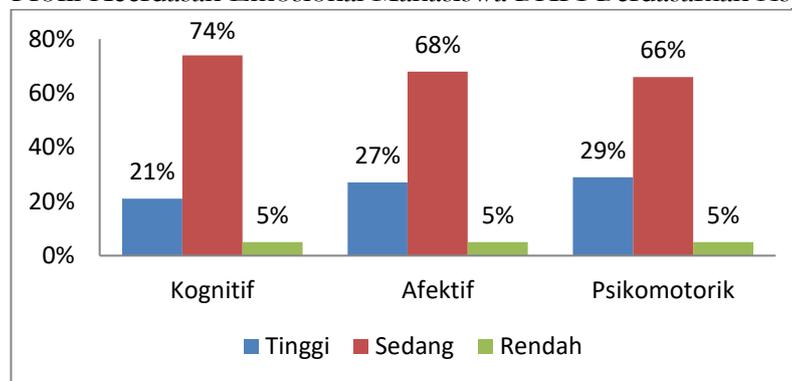
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan mahasiswa dalam mengatur kehidupan di perguruan tinggi maupun di masyarakat agar dapat memahami perasaan orang lain dan perasaan diri sendiri serta dapat memotivasi dan mampu membangun hubungan dalam kehidupan personal maupun kehidupan sosial. Aspek dalam pencapaian kecerdasan emosional meliputi aspek kognitif, aspek afektif, aspek psikomotorik. Aspek kognitif adalah kemampuan peserta didik dalam orientasi berpikir yang ditandai dengan memahami perasaan, mengenal perasaan, dan mengatur

perasaan. Aspek afektif adalah kemampuan peserta didik yang berorientasi pada sikap dan nilai yang ditandai dengan bersikap optimis, memotivasi diri dan berempati, dan Aspek psikomotorik adalah kemampuan peserta didik dalam orientasi kemampuan yang ditandai dengan keterampilan dalam bertindak, menyelesaikan masalah dan kemampuan membina hubungan.

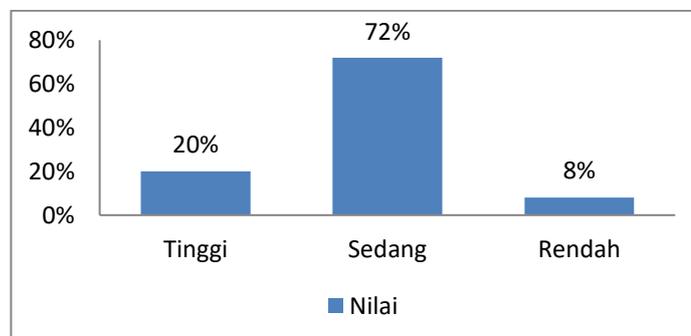
Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa BKPI berada pada kategori sedang, yang artinya mayoritas mahasiswa memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dibutuhkan terkait pemahaman emosi yang berada pada kategori sedang ditandai dengan pencapaian pada aspek kognitif, afektif dan psikomotorik yang belum optimal. Hasil ini diperoleh dari penyebaran instrumen kecerdasan emosional yang diolah sehingga diperoleh kategori tiap aspek. Adapun hasil dari instrumen kecerdasan emosional berdasarkan aspek sebagai berikut :

Gambar. 1 Profil Kecerdasan Emosional Mahasiswa BKPI Berdasarkan Aspek



Gambar.1 menunjukkan profil kecerdasan ahasiswa ditinjau dari distribusi frekuensi kecerdasan emosional pada tiap aspek. Berdasarkan diagram tersebut diperoleh gambaran bahwa sebagian besar remaja akhir yang ada di prodi BKPI semester I berada pada kateori sedang artinya, mayoritas mahasiswa memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dibutuhkan terkait pemahaman emosi yang berada pada kategori sedang ditandai dengan pencapaian pada aspek kognitif, afektif dan psikomotorik yang belum optimal. Adapun jika ditinjau secara umum grafik kecerdasan emosional sebagai berikut:

Gambar.2 Profil Kecerdasan Emosional Mahasiswa BKPI Berdasarkan Keseluruhan



Grafik.2 menunjukkan profil kecerdasan mahasiswa ditinjau dari distribusi frekuensi kecerdasan emosional pada keseluruhan mahasiswa . Berdasarkan diagram tersebut diperoleh gambaran bahwa dalam kategori tinggi sebesar 20%, dalam kategori

sedang sebesar 72%, dan dalam kategori rendah sebesar 8%. Sebagian besar mahasiswa BKPI berada pada kategori sedang artinya, mayoritas mahasiswa memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang dibutuhkan terkait pemahaman emosi yang berada pada kategori sedang ditandai dengan pencapaian pada aspek kognitif, afektif dan psikomotorik yang belum optimal.

Melihat dari hasil penyebaran instrumen kecerdasan emosional remaja yang ada di Prodi BKPI kecerdasan emosional memang perlu dikembangkan karena masih berada pada kategori sedang. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi, menjaga keselarasan emosi dan mengungkapkannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Apabila seseorang memiliki IQ tinggi namun taraf kecerdasan emosionalnya rendah maka cenderung akan terlihat sebagai orang yang keras kepala, sulit bergaul, mudah frustrasi, tidak mudah percaya pada orang lain, tidak peka dengan kondisi lingkungan dan cenderung putus asa bila mengalami stress. Kondisi sebaliknya, dialami oleh orang-orang yang memiliki taraf IQ rata-rata namun memiliki kecerdasan emosional tinggi. Siswa yang memiliki IQ tinggi cenderung lebih tertutup dengan lingkungan sekitar dan kurang bisa menerima perbedaan.

Fenomena yang terjadi di lapangan masih banyak mahasiswa kalangan remaja akhir yang masih rendah kecerdasan emosionalnya. Hal tersebut dilatarbelakangi oleh emosi yang belum matang sehingga menimbulkan reaksi emosional yang tidak stabil, selalu berubah-ubah dari satu emosi atau suasana hati ke suasana hati yang lain. Untuk mencapai kematangan emosi, remaja harus belajar memperoleh gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosional.

Penelitian Frengky (2012) mengatakan bahwa kecerdasan emosional memberikan kontribusi dalam meningkatkan kemampuan kognitif pada siswa dan mahasiswa. Elizabeth & Chirayath (2013) menyatakan bahwa meskipun hubungan antara kecakapan emosional dan gaya belajar tidak sangat kuat, namun kecakapan emosional dapat mempengaruhi gaya belajar. Dan Hidayati & Margono (2013) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif kecerdasan emosional terhadap keberhasilan akademik.

Dari pengertian dan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Kecerdasan emosional adalah kemampuan individu dalam mengatur kehidupan agar dapat memahami perasaan orang lain dan perasaan diri sendiri serta dapat memotivasi dan mampu membangun hubungan dalam kehidupan personal maupun kehidupan sosial. Aspek dalam pencapaian kecerdasan emosional meliputi aspek kognitif, afektif dan psikomotorik. Aspek kognitif yang ditandai dengan, memahami perasaan yang timbul, mengenal perasaan terhadap tindakan, dan mengatur perasaan. Sedangkan aspek afektif yang ditandai dengan bersikap optimis, memiliki perasaan positif, menjadi pendengar yang baik, menerima pendapat orang lain, memotivasi diri dan berempati, serta aspek psikomotorik yang ditandai dengan kemampuan pengendalian diri, menyelesaikan masalah, keterampilan dalam bertindak, kemampuan berkomunikasi, bekerja sama dan kemampuan membina hubungan.

KESIMPULAN

Kecerdasan emosional memiliki peranan yang penting dalam hidup. Setinggi apapun IQ, tidak akan dapat membantu jika tidak memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Kecerdasan emosional sangatlah mempengaruhi cara membentuk relasi dengan

orang lain. Seseorang dengan kecerdasan emosional yang rendah akan sulit membangun atau mempertahankan hubungan yang dijalin dalam kehidupan pribadi maupun kehidupan sosial. Remaja yang punya kecerdasan emosional tinggi umumnya memiliki kepribadian yang disukai, mampu mengelola emosinya dengan baik, serta mampu membina hubungan dengan orang lain. Ada beberapa tanda yang bisa menunjukkan seseorang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang rendah. Kecerdasan emosional pada remaja harus dapat dikembangkan dengan melihat hasil gambaran profil kecerdasan emosional remaja yang berada pada tingkat mahasiswa masih banyak yang berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 72% atau sebanyak 174 mahasiswa. Selanjutnya yang berada pada kategori tinggi itu sebedar 20% atau sebanyak 49 mahasiswa yang berada pada kategori rendah sebesar 8% atau sebanyak 19 mahasiswa.

REFERENSI

- Abin Syamsuddin Makmun. (2005). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Yudhistira
- Azwar, Saifuddin. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Elizabeth, G. Nancy. Chirayath, Susan. (2013). *Influence of Emotional Intelligence on Learning Styles-An Exploratory Study on Management Students*. Journal of Business Management & Social Sciences Research. Volume 2 No. 3
- Frengky, S. (2012). *Peran Moderasi Kecerdasan Emosi pada Stres Kerja*. Jurnal Dinamika Manajemen, 3(2), 155-163
- Goleman, Daniel. (2001) . *Emotional Intelligence (terjemahan)*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, Daniel. (2002). *Working With Emotional Intelligence (terjemahan)*. PT. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta
- Goleman, Daniel. (2009). *Kecerdasan Emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, Daniel. (2016). *Emotional Intelligence Kecerdasan Emosional Mengapa EI lebih penting daripada IQ. Terjemahan T Hermaya*. Jakarta : Gramedia Pustaka
- Hidayati & Margono. 2013. ” *Kecerdasan Emosional dan Kecerdasan Spiritual Pengaruhnya Terhadap Kepuasan Kerja dan Kinerja Karyawan*, ”Jurnal Aplikasi Manajemen. Vol. 11, No.4, Universitas Brawijaya
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi 5*. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. B. (1978). *Perkembangan anak. (Terjemahan: Med Meitasari Tjandrasa dan Muchichab Zarkasih)*. Jakarta: Erlangga
- Ridwan. (2006). *Aplikasi Statistika dan Metode Penelitian Untuk Administrasi dan Manajemen*. Bandung: Dewa Ruci
- Shapiro, L.E. (2003). *Mengajar Emotional Intelligence Pada Anak*. Jakarta: PT Gramedia
- Sugiyono, (2016). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

- Sukmadinata, Nana Syaodih, (2012). *Metode Penelitian Pendidika*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Sulistiyono, T. (2003). *Modul Umum Wawasan Pendidikan. Modul Pelatihan terintegrasi Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Lanjutan Pertama DEPDIKNAS.
- Sumarlin. (2013). *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai-Nilai Budaya Muna untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa (Penelitian pada Siswa SMA Negeri 1 Lohia Kabupaten Muna Sulawesi Tenggara)*. Tesis. Semarang: Program Pascasarjana Unnes
- Sunaryo Kartadinata. (2011). *Menguak Tabir Bimbingan dan Konseling sebagai Upaya Pedagogis*. Bandung: UPI Press