

PROFIL KECERDASAN EMOSIONAL SISWA

Farah Nabilah¹⁾, Yaya Sunarya²⁾, Suherman³⁾

*) Universitas Pendidikan Indonesia

✉ (Email) : farahnabilahsuud28@gmail.com

Abstract. This research aimed to find the representation of emotional intelligence level of the student in the Dwiwarna High School (*Boarding School*) Parung Bogor. The instruments used in this research is the emotional intelligence scale. The research subjects are 70 high school students grade XI Dwiwarna High School (*Boarding School*) Parung Bogor 2019/2020. The research showed that 1,4% students have low emotional intelligence, 82,9% students have average emotional intelligence, and 15,7% students have high emotional intelligence. This research can be used by guidance and counseling teacher to improve student's emotional intelligence at school using guidance program or counseling service.

Keyword: Emotional Intelligence, Descriptive quantitative research

Rekomendasi Citasi: Nabilah, F., Sunarya, Y., dan Suherman. (2020). Profil Kecerdasan Emosional Siswa SMA. Dwiwarna Parung Bogor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3 (2): pp. 83-90

Article History: Received on 06/10/2019; Revised on 05/12/2019; Accepted on 06/01/2020; Published Online: 15/01/2020. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2019 Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research

A. Pendahuluan

Menurut UU No. 20 Tahun 2003 menjelaskan bahwa 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 (Depdiknas:2003). Berbicara tentang mewujudkan suasana pembelajaran, tidak dapat dilepaskan dari upaya untuk menciptakan lingkungan

belajar, diantaranya mencakup: (a) lingkungan fisik, seperti: bangunan sekolah, ruang kelas, ruang perpustakaan, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang BK, taman sekolah dan lingkungan fisik lainnya; dan (b) lingkungan sosio-psikologis (iklim dan budaya belajar/akademik), seperti: komitmen, kerja sama, ekspektasi prestasi, kreativitas, toleransi, kenyamanan, kebahagiaan dan aspek-aspek sosio-emosional lainnya, yang memungkinkan peserta didik untuk melakukan aktivitas belajar (Depdiknas:2003).

PROFIL KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SMA DWIWARNA (*Boarding School*) Parung Bogor

Farah, Sunarya, & Suherman

Upaya mengembangkan peserta didik dilakukan oleh pendidikan baik dilakukan konvensional maupun inovatif. Namun pada kenyataannya mengalami penurunan. Penurunan terjadi karena adanya kemerosotan moral peserta didik, salah satunya mengalami kekeliruan emosional.

Survei yang dilakukan oleh Brener, Billy, dan Grady (Emmerling, 2008) telah melacak banyak perilaku bermasalah di kalangan kaum muda, seperti agresi, kontrol impuls yang tidak memadai, kepemilikan senjata, konflik interpersonal dan banyak perilaku maladaptif lainnya. Anak-anak dengan perilaku maladaptif ini cenderung mengalami kesulitan dalam menggunakan isyarat sosial dan emosional mereka.

Hasil dari penyebaran instrumen tugas perkembangan dan observasi yang dilakukan di SMA Dwiwarna (*Boarding School*) Parung Bogor, didapatkan bahwa siswa-siswi kelas XI di sekolah memiliki kecerdasan emosional yang rendah sebesar 3.15%. Kelas yang paling rendah adalah di kelas XI IPA 1. Setelah diamati dan dilakukan wawancara, siswa-siswi mengalami beberapa kesulitan dan kekeliruan emosional, diantaranya: (1) cemas dan khawatir berlebihan bahkan menghindari atau sampai tidak masuk sekolah jika menghadapi kesulitan, (2) rasa sakit hati yang berlebihan hingga sampai ada kecenderungan untuk bunuh diri, (3) bingung mengenali perasaannya, sering sekali mereka bertanya “sebenarnya saya kenapa bu?, wajar tidak jika saya respon begitu dengan teman?”, (4) tenggelam dalam kemurungan jika terjadi perselisihan, (5) tidak mudah mengungkapkan perasaannya terhadap reaksi yang didapat, karena takut teman-teman malah tidak suka, (6) gugup jika melakukan percakapan tatap muka untuk menghadapi masalah atau maju di depan kelas, (7) depresi jika mengalami kesulitan belajar dengan cara tidak masuk ke sekolah atau meninggalkan kelas, (8) amarah yang berlebihan, (9) melakukan ejekan verbal terhadap teman-temannya,

misalnya mereka cenderung mengejek jika ada temannya lebih asik dengan laptop, mengejek temannya itu “Ansos” atau (anti sosial). Sehingga dikucilkan dalam pergaulan, (10) berkelahi dengan cara memukul jika ada temannya atau adik kelasnya yang mengusik dan menyindir mereka, (11) adanya kegugupan dan mengalami kebingungan untuk membina hubungan dengan teman-temannya, dan (12) bingung menanggapi respon isyarat-isyarat sosial.

Masalah-masalah di atas menunjukkan bahwa adanya kekeliruan emosional yang menggambarkan peserta didik kurang cerdas secara emosional. Kecerdasan emosional peserta didik belum terlatih, sehingga masih terpedaya dalam bertindak sesuai dengan kondisi emosionalnya.

Menurut Goleman (2018, hlm. 43) kecerdasan emosional seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, bertahan melawan frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, dan kemampuan berempati dan berdoa.

Salovey and Mayer (Alavi, et.al, 2017) juga mendefinisikan kecerdasan emosional adalah sejenis kecerdasan sosial yang memungkinkan individu mengendalikan perasaan dan emosi, membedakannya dan memanfaatkan informasi ini untuk mentor pemikiran dan perbuatan mereka.

Peran kecerdasan emosional telah terbukti berpengaruh signifikan diberbagai kehidupan sehari-hari Berrocal, et. al (Meskat & Nejati, 2017). Setiap individu perlu memiliki EI atau Kecerdasan emosional tinggi agar dapat menjadi pribadi yang positif dan membangun hubungan sosial dengan orang lain. Oleh karena itu, perlu adanya pemahaman lebih mendalam apa dan bagaimana individu memiliki kemampuan dan memahami perasaan yang dialami mereka sendiri atau

orang lain dan dapat membangun hubungan sosial yang positif dengan orang lain dan menghindari konflik. Seiring kita menjadi lebih sadar akan emosi kita, mengatur emosi, berempati, dan membangun modal sosial secara emosional, kita bisa mengurangi kekerasan satu orang pada satu waktu.

Berdasarkan beberapa fakta yang diungkap, penting bagi Guru bimbingan dan konseling di sekolah untuk mengetahui kecerdasan emosional dan mampu mengembangkan kecerdasan emosional siswa supaya siswa dapat membangun hubungan sosial yang positif dan menghindari konflik. Guru bimbingan dan konseling yang memiliki kompetensi sebagai guru bimbingan dan konseling di sekolah mengetahui tentang kecerdasan emosional dan bagaimana tindakan yang harus dilakukan agar dapat emmeberikan layanan bimbingan dan konseling ang baik untuk siswa siswi di sekolah. Sebagai langkah awal untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional siswa, pentingnya dilakukan sebuah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui profil kecerdasan emosional siswa dengan menggunakan instrumen kecerdasan emosional.

B. Pembahasan

Penelitian dilakukan pada siswa kelas xi di SMA Dwiwarna (*Boarding School*) Parung Bogor TA. 2019/2020 sebanyak 70 orang.

Kecerdasan emosional siswa diukur dengan menggunakan skala kecerdasan emosional. Instrument ini disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan 5 dimensi kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman. Pengembangan instrument ini telah melalui beberapa tahap uji yaitu *judgement* ahli, uji ketepatan skala, uji beda soal, uji validitas, dan uji reliabilitas. Penelitian ini dilakukan dengan prosedur sebagai berikut:

1. Melakukan observasi awal penelitian
2. Menyebarkan instrument tugas perkembangan (ITP) untuk mengetahui perkembangan siswa kelas XI
3. Mengidentifikasi permasalahan yang diperoleh dari hasil observasi awal penelitian dan hasil analisa dari ITP

4. Memfokuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu mengenai profil kecerdasan emosional siswa kelas XI SMA Dwiwarna (*Boarding School*) Parung Bogor Tahun Ajaran 2019/2020 dan bagaimana untuk mengembangkan kecerdasan emosional siswa kelas XI
5. Melakukan penelitian dalam bentuk survei dengan menggunakan skala kecerdasan emosional yang telah disusun oleh peneliti
6. Melakukan input data hasil penelitian
7. Melakukan analisis data dan kategorisasi untuk menarik kesimpulan mengenai profil kecerdasan emosional siswa.
8. Interpretasi hasil dan pembahasan

Gambaran umum kecerdasan emosional pada siswa SMA Dwiwarna (*Boarding School*) Tahun Ajaran 2019/2020 diperoleh berdasarkan hasil pengolahan data dari tes kecerdasan emosional. hasil perhitungan rata-rata skor total, diperoleh pula data tingkat kecerdasan emosional siswa yang dikategorikan berdasarkan kriteria penilaian tertentu seperti pada tabel berikut:

Tabel 1
Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI SMA Dwiwarna (*Boarding School*) Parung Bogor 2019/2020

Kategori	Interval skor	F	%
Tinggi	> 249	11	15,7%
Sedang	159 – 249	58	82,9%
Rendah	< 159	1	1,4%
Jumlah		79	100%

Data pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari jumlah keseluruhan yakni 70 siswa SMA Dwiwarna (*Boarding School*) kelas XI Tahun Ajaran 2019/2020, terdapat 11 siswa (15,7%) memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori tinggi, 58 siswa (82,9 %) memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori sedang, dan 1 siswa (1,4 %) memiliki tingkat kecerdasan emosional pada kategori rendah.

PROFIL KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SMA DWIWARNA (*Boarding School*) Parung Bogor

Farah, Sunarya, & Suherman

Selain dideskripsikan secara umum, kecerdasan emosional dapat dideskripsikan berdasarkan kelima dimensi kecerdasan emosional yakni mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Berikut ini merupakan gambaran tingkat kecerdasan emosional berdasarkan setiap dimensi kecerdasan emosional :

Tabel 2
Gambaran Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa Kelas XI SMA Dwiwarna (*Boarding School*) Parung Bogor Berdasarkan Dimensi Kecerdasan Emosional

No	Dimensi	Kategori		
		Tinggi	Sedang	Rendah
1.	Mengenali Emosi Diri	22, 9%	75,78%	1,4%
2.	Mengelola Emosi	0.00%	62,9%	37,1%
3.	Memotivasi Diri	30%	68,6%	1,4%
4.	Mengenali emosi orang lain	20%	78,57%	1,43%
5.	Membina Hubungan	15,71%	78,57%	5,71%

Data mengenai tingkat kecerdasan emosional berdasarkan setiap dimensi kecerdasan emosional pada tabel 2 menunjukkan bahwa perolehan tertinggi pada kelima dimensi masing-masing berada pada kategori sedang.

Moore (Igbafe, 2016) menganggap kecerdasan emosional (EI) sebagai "prediktor yang berharga dari prestasi kerja" dan menegaskan bahwa orang yang mahir dalam berurusan dengan emosi memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Berdasarkan pendapat dari ahli, seseorang yang memiliki kecerdasan

emosional yang tinggi, ia akan berhasil dalam kehidupannya. Karena kecerdasan emosional adalah kriteria agar seseorang berhasil menjalankan kehidupan. Kecerdasan emosional seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, bertahan melawan frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, dan kemampuan berempati dan berdoa (Goleman, 2018. hlm. 43). Kecerdasan emosional dibagi menjadi lima dimensi, yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan (Goleman, 2018. hlm. 55-57).

Dimensi pertama dari kecerdasan emosional adalah mengenali emosi diri. Mengenali emosi diri, merupakan kesadaran diri – mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi dan hal tersebut merupakan dasar kecerdasan emosional (Goleman, 2018. hlm. 55-57). Dimensi kedua adalah mengelola emosi. Mengelola emosi, merupakan penanganan perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas. Kemampuan menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan, dan akibat-akibat yang timbul karena gagalnya keterampilan emosional dasar (Goleman, 2018. hlm. 55-57). Dimensi yang ketiga adalah memotivasi diri. Memotivasi diri sendiri, merupakan kemampuan menata emosi diri untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri dan untuk berkreasi. Kendali diri emosional, menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang (Goleman, 2018. hlm. 55-57). Dimensi keempat adalah mengenali emosi orang lain. Mengenali emosi orang lain, Empati, kemampuan yang menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi yang

mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain (Goleman, 2018. hlm. 55-57). Dimensi yang kelima adalah membina hubungan. Membina hubungan, seni membina hubungan. Merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain, keterampilan yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain; mereka adalah bintang-bintang pergaulan (Goleman, 2018. hlm. 55-57).

Berdasarkan data hasil penelitian diperoleh gambaran profil umum yaitu 15,7% siswa berada pada kategori tinggi. Siswa dengan kategori kecerdasan emosional tinggi memiliki ciri-ciri yaitu sudah mengenali emosi dirinya, mampu mengelola emosinya, dapat memotivasi dirinya dengan baik, sudah mengenali emosi orang lain, dan mampu membina hubungan orang lain dengan baik. siswa dengan kategori kecerdasan emosional sedang memiliki presentase 82,9%, sedangkan yang berada pada kategori rendah sebanyak 1,4%. Siswa yang memiliki tingkat kecerdasan emosional rendah memiliki ciri-ciri seperti, perilaku yaitu tidak mengenali emosi diri, belum dapat mengelola emosinya, mengalami kesulitan untuk memotivasi dirinya, tidak dapat mengenali emosi orang lain, dan mengalami kesulitan dalam membina hubungan dengan orang lain. Berdasarkan tingkat ketercapaian tiap dimensi diketahui dimensi emngelola emosi yang memiliki tingkat pencapaian paling rendah sebesar 37, 1%. Siswa yang memiliki kategori kecerdasan emosional rendah dilanjutkan untuk ditindak lanjuti dengan menggunakan intervensi program bimbingan bersama guru bimbingan dan konseling (BK) dalam rangka untuk mengembangkan kecerdasan emosional. Dikarenakan dampak dari kecerdasan emosional yang rendah dapat membuat individu berperilaku maladaptif dan tidak menjalankan perannya dalam kehidupan.

Adanya intervensi program yang dilakukan sangat berguna untuk mengembangkan kecerdasan emosional yaitu salah satunya dengan menggunakan program *social emotional learning* (SEL). Van Velsor (2009, hlm. 50) dari The ASCA (*American School Counselor Association, 2005*) mengatakan program SEL merupakan program bimbingan konseling di sekolah yang mengarah pada perubahan sistemik dan bisa mengembangkan akademik, karir, pribadi dan sosial. Brackett dan Rivers (2012, hlm. 4) menambahkan bahwa SEL atau pembelajaran sosial emosional mengacu pada proses yang mengintegrasikan pemikiran, perasaan, dan perilaku untuk menjadi sadar akan diri sendiri dan orang lain, membuat keputusan yang bertanggung jawab, dan mengelola perilaku sendiri dan orang lain. Program tersebut menunjang berkembang lima dimensi dalam kecerdasan emosional yaitu mengenal emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Jadi, dapat dikatakan penggunaan intervensi program SEL dapat mengembangkan kecerdasan emosional. Program SEL ini bida digunakan ada kalangan mana saja, termasuk anak-anak, remaja, dan dewasa (CASEL, 2012). Penggunaan intervensi program SEL yang dilakukan berdasarkan lima kompetensi, yaitu kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, keterampilan hubungan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (Durlak, et.al, 2017). Melalui penggunaan lima kompetensi dalam intervensi program yang dilakukan guru bimbingan dan konseling di sekolah, siswa dapat mengembangkan kecerdasan emosional. Selain itu, dengan menggunakan beberapa metode pada intervensi program, seperti *role playing*, *problem solving*, dan diskusi siswa secara langsung akan dilibatkan keterampilannya untuk mengembangkan kecerdasan emosional.

PROFIL KECERDASAN EMOSIONAL SISWA SMA DWIWARNA (*Boarding School*) Parung Bogor

Farah, Sunarya, & Suherman

Intervensi program yang dijelaskan di atas, diharapkan menjadi inspirasi bagi guru bimbingan dan konseling (BK) untuk menggunakannya pada layanan yang akan dilakukan kepada siswa-siswinya di sekolah. Selain itu, diharapkan dengan adanya pengembangan pada kecerdasan emosional siswa akan memberikan dampak yang positif dan memberikan keberhasilan pada kehidupan mereka, sehingga siswa dapat berkomunikasi secara efektif, memecahkan masalah sehari-hari, membangun hubungan interpersonal yang berarti, dan dapat membuat keputusan moral untuk kehidupan sehari-hari.

C. Kesimpulan

Gambaran profil umum kecerdasan emosional siswa SMA Dwiwarna (*Boarding School*) Parung Bogor Tahun Ajaran 2019/2020 adalah sebanyak 11 orang atau sekitar 15,7% berada pada kategori tinggi, kemudian sebanyak 58 orang atau sekitar 82,9% berada pada kategori sedang, dan 1 orang atau sekitar 1,4% berada pada kategori rendah.

Ada beberapa rekomendasi yang dapat dilakukan berdasarkan hasil temuan penelitian. Pengajuan rekomendasi ini ditujukan kepada (1). Guru Bimbingan dan Konseling (BK), dan peneliti selanjutnya. Berikut ini penjelasannya:

1. Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Berdasarkan profil umum kecerdasan emosional siswa SMA Dwiwarna (*Boarding School*) Parung Bogor pada Tahun Ajaran 2019/2020, penting bagi Guru bimbingan dan konseling (BK) khususnya untuk menggunakan intervensi program pada layanan mereka yang dapat mengembangkan kecerdasan emosional siswa.

2. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini terbatas pada hasil penelitian berupa profil umum kecerdasan emosional siswa, peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan melakukan intervensi untuk mengembangkan kecerdasan emosional siswa.

Daftar Pustaka

- Alavi, et. al. (2017). *Family functioning and trait emotional intelligence among youth*. Health Psychology Open July-December: 1–5
- Brackett & Rivers. (2012). *Transforming Students' Lives with Social and Emotional Learning. To appear in the Handbook of Emotions in Education*. Yale Center for Emotional Intelligence. Yale University. Address correspondence to: Marc A. Brackett Yale Center for Emotional Intelligence 340 Edwards Street
- Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). (2012). *2013 CASEL guide: Effective social and emotional learning programs—Preschool and elementary school edition*. Chicago: Author.
- Depdiknas. (2003). *Undang-undang RI No.20 tahun 2003.tentang sistem pendidikan nasional*.
- Durlak, et. al. (2017). *Social and Emotional Learning as a Public Health Approach to Education*. Volume:27, No:1, Spring. A Collaboration Of The Woodrow Wilson School Of Public And International Affairs At Princeton University And The Brookings Institution.
- Emmerling, J. Robert. (2008). *Toward An Applied Science Of Emotional Intelligence In The Global Workplace: Key Issues And Challenges*. Competency International, CA, USA
- Goleman, Daniel. (2018). *Emotional Intelligent*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Igbafe, C, Eucharia. (2016). *Emotional intelligence in coping with professional, academic and institutional challenges in Nigerian universities*. Pretoria

Meshkat & Nejati. (2017). *Does Emotional Intelligence Depend on Gender? A Study on Undergraduate English Majors of Three Iranian Universities*. SAGE Open July-September 2017: 1 – 8

Van Velsor, (2009). *School Counselors as Social-Emotional Learning Consultants: Where Do We Begin?*. Department of Counseling, San Francisco State University, San Francisco. E-mail: pvanvels@sfsu.edu