

BAB II LANDASAN TEORI

A. Kecerdasan Intelektual

1. Pengertian kecerdasan intelektual

Sperman dan Wynn berpendapat kecerdasan atau intelligence berasal dari bahasa latin *intellectus* dan *intelligentina* yang berarti kekuatan yang melingkupi akal pikiran manusia dengan gagasan abstrak yang universal⁸.

Alfred Binet, seorang tokoh utama perintis pengukuran intelegensi mendefinisikan intelegensi terdiri dari tiga komponen yaitu kemampuan untuk memusatkn pada suatu masalah yang harus dipecahkan (*Direction*), kemampuan untuk mengadakan adaptasi terhadap masalah yang dihadapinya atau fleksibel dalam menghadapi masalah (*Adaptation*), dan kemampuan untuk mengkritik orang maupun dirinya sendiri (*Criticism*). William Stern mengatakan intelegensi merupakan kapasitas atau kecakapan umum pada individu secara sadar untuk menyesuaikan pikirannya pada situasi yang dihadapinya.

Seorang ahli dibidang listrik di Amerika, L.L. Thurstone menerjunksan diri pada pembuatan tes. Thurstone lebih menekankan aspek terpisah pisah dari intelegensi. Dia menyatakan bahwa intelegensi umum dari tujuh kemampuan yang dapat membedakan, yaitu : (a) untuk menjumlah, mengurangi, mengalikan dan membagi. (b) menulis dan berbicara dengan mudah, (c) memahami dan mengerti makna yang diucapkan, (d) memperoleh kesan akan sesuatu (e) mampu memecahkan persoalan dan mengambil pelajaran dari pengalaman masa lalu,

⁸ Azwar, Saifuddin, 1996. Psikologi Intelegensi. Yogyakarta : pustaka pelajar. Hlm 1

- (f) dengan tepat dapat melihat dan mengerti hubungan benda dalam ruang
(g) mengenali objek dengan cepat dan tepat⁹.

Menurut Jean Piaget, intelegensi merupakan sejumlah struktur psikologis yang ada pada tingkat perkembangan khusus, intelegensi yang menekankan pada aspek perkembangan kognitif, tidak merupakan aspek teori yang mengenai struktur intelegensi semata.

Piaget tidak melihat intelegensi sebagai sesuatu yang dapat didefinisikan oleh banyaknya jawaban yang benar pada suatu tes akan tetapi ia menyimpulkan dalam prinsip teorinya bahwa daya fikir atau kekuatan mental anak yang berbeda usia akan berbeda pula secara kualitatif. Oleh karna itu, masalah utama dalam pembahasan intelegensi adalah masalah cara mengungkapkan berbagai metode berfikir yang digunakan oleh anak-anak dari berbagai tingkatan usia.

Pada dasarnya, Piaget lebih melihat intelegensi pada aspek isi, struktur, dan fungsinya. Dalam menjelaskan intelegensi sesuai dengan aspek isi, struktur, dan fungsi tersebut piaget mengkaitkannya dengan periodisasi perkembangan biologis anak. Periodisasi ini olehnya dibagi atas periode perkembangan :

- a. Tingkat sensori motoris : bayi usia 0 – 2,0
- b. Tingkat preoperasional : bayi akhir usia 2,0 – 7,0
- c. Tingkat operasi kongkrit : anak usia 7,0 – 11, 0
- d. Tingkat operasional konkrit : anak usiaa remaja 11,0

Menurut Super dan Cites, intelegensi ialah kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan atau belajar dari pengalaman. Menurut Garret, intelegensi itu setidak-tidaknya mencangkup kemampuan yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang memerlukan pengertian, serta menggunakan symbol-simbol.

⁹ Shaleh, Abdul Rahman. 2004. Psikologi, sutau pengantar dalam perspektif Islam. Jakarta : Prenada media group. Hlm 252 -253

Menurut Robert J. Stenberg *intelligence is capacity to learn from experience, and ability to adapt to the surrounding environment*¹⁰.

John W. Santrock (2002) mengatakan intelegensi merupakan kemampuan verbal, ketrampilan-ketrampilan pemecahan masalah, dan kemampuan untuk belajar dari dan menyesuaikan diri dengan pengalaman-pengalaman hidup sehari-hari¹¹. Phares (1988) merumuskan intelegensi secara umum dapat diklasifikasikan menjadi tiga, (1) kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan, beradaptasi dengan situasi-situasi baru atau menghadapi situasi yang beragam; (2) kemampuan untuk belajar atau kapasitas untuk menerima pendidikan; dan (3) kemampuan untuk berfikir secara abstrak, menggunakan konsep-konsep¹².

Berdasarkan beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan intelektual merupakan kapasitas / kemampuan yang dimiliki seseorang dengan proses belajar dan pengalaman untuk menyelesaikan suatu permasalahan sehingga dapat mencapai tujuan.

2. Teori model intelegensi

IQ tidak hanya diukur berdasarkan skor tunggal. Sampai sekarang teori-teori intelegensi dikembangkan dari indeks tunggal (hanya di tunjukkan dengan IQ) kepada *multi indeks* (melibatkan pengukuran *verbal, numerical, perceptual, dan spatial*). Menurut Soetopo (1983), ada beberapa ahli menyampaikan teori intelegensi antara lain¹³ :

¹⁰ Jaali, Haji. 2012. Psikologi Pendidikan. Jakarta : Bumi Aksara. Hlm 65

¹¹ Santrock, John W. 2002. Life Span Development Jilid 1. Jakarta : Erlangga. Hlm 318

¹² Desmita. 2006. Psikologi perkembangan. Bandung : rosdakarya. Hlm 163

¹³ Soetopo, Hendayat. 1983. Keunikan intelegensi manusia. Surabaya usaha nasional. Hlm 27-57

a. Teori Unifaktor

Dikemukakan oleh William Stern pada tahun 1911, teori ini membahas tentang kemampuan umum atau kemampuan tunggal. Jumlah kemampuan yang dimiliki masing-masing individu dapat diarahkan kebanyakan aktivitas. Oleh sebab itu kemampuan umum hanya menyangkut dirinya sendiri dalam berbagai situasi pemecahan masalah, baik yang melibatkan memori, ruang atau mekanik. Reaksi atau tindakan seseorang dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan atau memecahkan suatu masalah merupakan bersifat umum. Kapasitas umum itu timbul dari pertumbuhan fisiologis atau dari belajar. Setiap orang lahir dengan jumlah kemampuan umum yang berbeda. Efisiensi dalam menerapkan tergantung pada lingkungan mereka masing-masing. Teori ini merupakan teori yang paling sederhana karena hanya memiliki satu faktor.

b. Teori Dua faktor Sperman

Menurut teori ini setiap orang memiliki kemampuan umum dan kemampuan khusus. Secara rinci dapat dijelaskan bahwa setiap orang memiliki kemampuan umum dan kemampuan khusus yang berbeda-beda. Selain itu, setiap orang juga memiliki perbedaan jumlah dan jenis kemampuan umum serta kemampuan khusus.

Orang yang intelegensinya mempunyai kemampuan umum yang luas memiliki kapasitas untuk mempelajari berbagai ilmu pengetahuan. Dia dapat mempelajari bermacam-macam pelajaran seperti matematika, bahasa, sains, sejarah, dan sebagainya. Dengan menggunakan berbagai simbol abstrak. Orang yang mempunyai kemampuan umum sedang, akan mempunyai kemampuan sedang pula dalam mempelajari bidangnya. Luasnya faktor kemampuan umum ditentukan pada gagasan, bahwa fungsi otak tergantung pada ada dan tidaknya struktur atau koneksi yang tepat bagi situasi atau masalah tertentu yang khusus. Dengan demikian, luasnya faktor khusus mencerminkan kerja khusus dari otak, bukan karena struktur

khusus otak, bukan karena struktur khusus otak faktor khusus lebih bergantung kepada organisasi neurologis yang berhubungan dengan kemampuan khusus.

Lebih lanjut Spearman menjelaskan bahwa kemampuan khusus tersebut terdiri dari : kemampuan verbal, kemampuan numerical, kemampuan mekanikal, perhatian dan imajinasi.

c. Teori multi-faktor

Teori yang di kembangkan oleh E. L. Thorndike ini mengatakan bahwa intelegensi terdiri dari bentuk hubungan hubungan neural antara stimulus dan respons. Hubungan neural khusus ini yang mengarahkan tingkah laku individu. Dalam intelegensi seseorang berisi multi-proseses khusus. Aktivitas mental merupakan jumlah yang tidak tentu dan merupakan kombinasi hubungan syaraf yang tidak terhingga jumlahnya. Jumlah hubungan syaraf tidak pernah sama antara tingkah laku mental yang satu dengan tingkah laku mental yang lainnya. Hal ini menggambarkan bahwa ada tingkat-tingkat kesulitan dalam tingkah laku mental.

Dalam teori multi faktor terdapat tiga macam intelegensi yaitu:

1. Intelegensi sosial yaitu hubungan antara manusia, kemampuan untuk menghadapi orang lain di sekitar diri sendiri dengan cara-cara yang efektif.
2. Intelegensi konkret / mekanik yaitu berhubungan dengan benda, kemampuan untuk bekerja dengan menggunakan alat-alat mekanis dan kemampuan untuk melakukan pekerjaan yang memerlukan aktivitas indra gerak.
3. Intelegensi abstrak yaitu yang berkaitan dengan simbol verbal dan matematik, kemampuan untuk bekerja dengan menggunakan gagasan atau simbol-simbol.

d. Teori sampling

Teori sampling dikemukakan oleh Goldfrey H. Thomson pada tahun 1916, menurut teori ini item tes harus diseleksi secara random. Teknik ini berbeda dengan yang dikembangkan oleh Binet dan Spearman yang menggunakan teknik *sampling purposive*. Teori ini juga tidak menghilangkan kemampuan umum akan tetapi menguji pemahaman terhadap kemampuan pemecah masalah.

e. Teori kemampuan mental primer

Teori kemampuan mental primer dikemukakan oleh Thurstone pada tahun 1933, berdasarkan teori ini faktor dalam intelegensi ini adalah kemampuan umum mulai masing-masing faktor primer. Setiap kemampuan mental primer merupakan suatu kombinasi kemampuan mental independent dan kemampuan mental general. Walaupun demikian, setiap individu memiliki perbedaan kualitas kemampuan mental meskipun jumlah kemampuan mentalnya sama. Kemampuan mental primer terdiri dari tujuh kemampuan, yaitu :

1. Angka

Merupakan kemampuan yang digunakan untuk menambahkan, mengurangi, mengalikan dan membagi. Kemampuan ini hanya melibatkan empat proses hitungan dasar sehingga tidak sama dengan kemampuan penalaran.

2. Penguasaan Kata

Orang yang memiliki kemampuan ini dalam jumlah besar dapat berbicara dan menulis dengan mudah.

3. Arti Verbal

Kemampuan ini menyangkut pengertian terhadap ide-ide yang dipersepsikan dalam bentuk kata. Orang yang mempunyai kemampuan ini akan tertarik pada kata-kata, persamaan kata, perbedaannya dan definisinya.

4. Memori

Merupakan kemampuan mengingat pengalaman masa lalu dalam proses mental. Kemampuan ini tidak terpisah dari kemampuan mental tetapi memiliki hubungan yang sangat erat. Oleh sebab itu ada dua hal yang harus diperhatikan berkaitan dengan kemampuan mental memori. Kedua, memori berhubungan juga dengan kemampuan mental umum.

5. Penalaran

Merupakan kemampuan atau kecakapan melakukan analisis terhadap obyek pikir yang terjadi melalui proses mental. Kemampuan penalaran sangat berguna dalam menyelesaikan masalah yang kompleks. Kemampuan penalaran tidak hanya sekedar kemampuan angka tetapi merupakan kombinasi cara penerapan empat kemampuan dasar angka sehingga didalamnya melibatkan ketrampilan berfikir.

6. Ruang atau jarak

Ruang ini merupakan kemampuan yang berkaitan dengan ketepatan menafsirkan ukuran terhadap objek sesuai dengan perbandingan dimensinya. Seorang pembuat rancangan (draft) sangat memerlukan kemampuan ini. Pekerja yang biasa memerlukan banyak kemampuan ini adalah arsitek, seniman, pilot, perancang, teknisi, dan tukang kayu.

7. Kecepatan perseptual

Kemampuan kecepatan perseptual merupakan kecakapan kesan sesaat terhadap objek pada saat seseorang melakukan pengamatan. Kecepatan perseptual sangat diperlukan disekolah karena kemampuan ini dibutuhkan dalam mengembangkan kemampuan membaca. Kemampuan ini sangat diperlukan dalam aktivitas apapun dalam kehidupan kita. Bidang-bidang pekerjaan yang sangat memerlukan kemampuan ini antara lain operator telepon, penyiar, redaktur, dan sebagainya.

f. Teori intelegensi Guilfoed

Teori ini diperkenalkan pada tahun 1967, teori ini mengungkapkan kekompleksan intelegensi dan menolak teori faktor kemampuan umum dan kemampuan spesifik. Walaupun demikian teori ini memberikan beberapa manfaat diantaranya :

- Merupakan kata rantai studi intelegensi dengan menggunkan pengetahuan tentang belajar, psikolinguistik, pikiran dan konsep dalam pembagian tugas.
- Teori ini meliputi bidang fungsi intelektual yang terlokalisasi dengan sedikit sekali terwakili oleh tes intelegensi standar.

g. Teori hirarki

Teori ini berusaha menyatukan adanya faktor kemampuan umum dan faktor kemampuan khusus. Sehingga membentuk suatu hirarki kemampuan mental karena faktor khusus merupakan subbagian dari faktor yang lebih luas. Faktor umum dibagi menjadi subbagian yang disebut verbal dan non verbal.

h. Teori triarkhis

Teori ini di gagas oleh Robert J. Sternberg yang merupakan psikolog kognitif generasi baru. Dia membahas tentang intelegensi manusia dalam hubungan dengan penalaran dan pemecahan masalah. Sternberg mengemukakan teori ini yang mempunyai 3 subteori, yaitu¹⁴ :

1. Perilaku inteligen komponensial

Subteori ini menjelaskan struktur dan mekanisme yang mendasari perilaku inteligen. dalam subteori ini terdapat 3 komponen pemrosesan informasi: (a) belajar bagaimana melakukan hal-hal tertentu, (b) merencanakan hal-hal yang akan dilakukan serta bagaimana cara melakukannya, (c) melakukan hal

¹⁴ Solso, Robert L. dkk. Psikologi kognitif. Jakarta : Erlangga Hlm456-457

tersebut. Orang dengan jenis inteligen ini pada umumnya dapat melewati tes dengan baik dan menjadi yang terbaik dalam tes tersebut. Mereka dapat mengomentari pekerjaan orang lain dengan baik, juga mempunyai analitis yang tinggi.

2. Perilaku inteligen eksperiensial

Komponen ini memberikan fakta bahwa untuk tugas maupun situasi yang unik, perilaku yang tepat secara kontekstual adalah perilaku yang tidak dianggap sebagai perilaku yang "inteligent" menurut pengalaman umum, jenis intelegensi ini paling Nampak ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang baru atau berusaha mengotomatisasi tugas tertentu. Orang-orang yang mempunyai komponen ini kemungkinan tidak memperoleh skor tinggi pada tes IQ, tetapi mereka kreatif. Pada umumnya kemampuan mereka dapat menuntun pada kesuksesan dalam berbagai bidang, baik itu bidang bisnis, maupun pertukangan.

3. Perilaku kontekstual

Perilaku inteligen kontekstual meliputi (a) adaptasi terhadap lingkungan (b) pemilihan terhadap lingkungan yang lebih optimal disbanding apa yang dilakukan individu pada umumnya (c) menciptakan lingkungan yang lebih baik bagi peningkatan minat, keahlian, dan nilai nilai. Perilaku inteligen kontekstual membantu seseorang menemukan hal apa yang paling sesuai lingkungan dengan cara mengubah salah satu maupun keduanya. Jenis inteligen ini merupakan alat instrument yang paling penting dalam pergaulan sehari-hari, baik dalam lingkungan perkampungan kumuh maupun ruang rapat.

3. Pengukuran kecerdasan intelektual

Masing masing individu berbeda beda segi intelegensinya karena individu satu dengan yang lain tidak sama kemampuannya dalam memecahkan masalah yang dihadapi. mengenai perbedaan soal intelegensi ini adanya pandangan yang menekankan perbedaan kualitatif dan pandangan yang menekankan pandangan kuantitatif. Pandangan pertama berpendapat bahwa perbedaan intelegensi setiap individu terletak pada kualitasnya atau pada dasarnya berbeda. Sedangkan yang memberatkan pada padangan kuantitatif berpendapat, bahwa perbedaan intelegensi satu sama lainnya hanyalah bersifat kuantitatif, semata mata karena perbedaan materi yang diterima atau karena perbedaan dalam proses belajarnya.

Perbedaan proses belajar akan membawa perbedaan dalam segi intelegensinya, baik pandangan pertama maupun yang kedua. Keduanya mengakui bahwa individu satu dan yang lain berbeda dalam segi intelegensinya. Persoalan yang timbul ialah bagaimana dapat mengetahui taraf intelegensi tersebut. Salah satu cara ialah dengan menggunakan alat tes yang disebut tes intelegensi. Adapun tes intelegensi yang standar antara lain :

a. Tes Binet - Simon

Tes intelegensi ini di temukan oleh Alferd Binet seorang dokter di Perancis dan Theodore Simon antara tahun 1908 - 1911. Awalnya di sebut dengan *chelle matrique del intelegence* atau skala pengukuran kecerdasan. Tes Binet-Simon terdiri dari sekumpulan pertanyaan yang telah di kelompokkan menurut umur (untuk anak usia 3 -15 tahun), dengan tes semacam inilah usia kecerdasan seseorang diukur. Hasil tes tersebut ternyata usia kecerdasan tidak sama dengan usia sebenarnya. Sehingga dapat dilihat adanya perbedaan IQ (*Intelligence Quotient*) pada setiap orang.

Tes sebut banyak digunakan, diperbarui dan dikembangkan sesuai dengan kebutuhan dan keadaan daerah. Tes Binet-Simon memperhitungkan dua hal, yaitu :

- Umur kronologis (*chronological age* – disingkat *CA*) yaitu umur seseorang sebagaimana ditunjukkan dengan hari kelahirannya.
- Umur mental (*mental age* – disingkat *MA*) yaitu umur kecerdasan sebagaimana ditunjukkan oleh tes kemampuan akademik.

Menurut Dr. Nancy Bayley dari Universitas California mengemukakan pendapat bahwa IQ anak yang masih muda mengalami perubahan “turun naik”. Ia berpendapat bahwa kapasitas mental anak yang masih terlalu muda tidak berkembang dengan kecepatan yang sama dengan kecepatan perkembangan mental anak sebaya lainnya, meskipun mereka memiliki kekuatan intelektual yang sama. Hal ini berarti bahwa dalam tahapan perkembangan tertentu, seorang anak dapat memiliki IQ di bawah rata-rata, sedangkan dalam tahap yang lain ia mempunyai IQ di atas rata-rata¹⁵.

b. Tes Weschsler

Tes intelegensi ini di buat oleh Weschsler Bellevue pada tahun 1939. Tes ini ada dua macam, pertama untuk anak umur 16 tahun ke atas, yaitu *Weschler Adult Intelligence Scale* (WAIS) dan kedua untuk anak-anak yaitu *Weschler Intelligence Scale for Children* (WISC). Tes Weschsler meliputi dua subverbal dan *performance* (tes lisan dan perbuatan dan ketrampilan). Tes lisan meliputi pengetahuan umum, pemahaman, ingatan, mencari kesamaan, hitungan, dan bahasa. Sedangkan tes ketrampilan meliputi menyusun gambar, dan sandi (kode angka). Wawasan yang diukur oleh kedua aspek tersebut diuraikan pada tabel di bawah ini.

¹⁵ Shaleh, Abdul Rahman. 2004. Psikologi : Suatu pengantar dalam perspektif Islam. Jakarta : Kencana Prenada media group

Tabel 2.1
Aspek yang di ukur WAIS

No.	Aspek verbal	Aspek performance
1	Informasi	Simbol angka
2	Pengertian	Melengkapi gambar
3	Hitungan	Rancangan balok
4	Persamaan	Mengatur gambar
5	Rentang Angka	Merakit objek
6	Pembendaharaan kata	

System *scoring tes Weschsler* berbeda dengan Binet-Simon menggunakan skala umur, maka Weschsler dengan skala angka. Pada tes Weschsler setiap jawaban diberi skor tertentu. Jumlah skor mentah itu dikonversikan menurut daftar tabel konversi sehingga diperoleh IQ. Persamaan tes wbl dengan Binet-Simon, yaitu kedua tes tersebut dilaksanakan secara individual.

c. Tes progressive matrices

Tes intelegensi ini diciptakan oleh L. S. Penrose dan J.C. Raven di Inggris pada tahun 1938. Tes ini dapat diberikan secara klasikal maupun perorangan. Berbeda dengan Binet dan Weschler, tes ini juga tidak menggunakan IQ tetapi menggunakan *percentile*.

d. Tes Intelegensi (*Intelligence Structure Test*)

Tes IST merupakan salah satu tes yang digunakan untuk mengukur intelegensi individu. Tes ini dikembangkan oleh Rudolf Amthauer di Frankfurt, Jerman pada tahun 1953. Amthauer mendefinisikan intelegensi sebagai keseluruhan struktur dari kemampuan jiwa-rohani manusia yang akan tampak jelas dalam hasil tes. Intelegensi hanya akan dapat dikenali (dilihat) melalui manifestasinya misalnya pada hasil atau prestasi suatu tes. Berdasarkan pemikiran ini Amthauer menyusun sebuah tes yang dinamakan IST dengan hipotesis kerja sebagai berikut:

“Komponen dalam struktur tersebut tersusun secara hierarkis; maksudnya bidang yang dominan kurang lebih akan berpengaruh pada bidang-bidang yang lain; kemampuan yang dominan dalam struktur intelegensi akan menentukan dan mempengaruhi kemampuan yang lainnya.”

Pandangan Amthauer pada dasarnya didasari oleh teori faktor, baik itu teori bifaktor, teori multifaktor, model struktur inteligensi Guilford dan teori hirarki faktor. Berdasarkan teori faktor, untuk mengukur inteligensi seseorang diperlukan suatu rangkaian baterai tes yang terdiri dari subtes-subtes. Antara subtes satu dengan lainnya, ada yang saling berhubungan karena mengukur faktor yang sama (general factor atau group factor), tapi ada juga yang tidak berhubungan karena masing-masingnya mengukur faktor khusus (special factor). Sedangkan kemampuan seseorang itu merupakan penjumlahan dari seluruh skor subtes-subtes. Maka Amthauer menyusun IST sebagai baterai tes yang terdiri dari 9 subtes.

Karakteristik dari baterai tes Amthauer menunjukkan adanya suatu interkorelasi yang rendah antar subtesnya ($r=0.25$) dan korelasi antara subtes dengan jumlah (keseluruhan subtes) yang rendah pula ($r=0.60$). Semenjak diciptakan, IST terus dikembangkan oleh Amthauer dengan bantuan dari para koleganya, berikut adalah perkembangan tes IST dari tahun 1953 hingga tahun 2000-an.

IST yang digunakan di Indonesia adalah IST hasil adaptasi Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran Bandung. Adaptasi dilakukan kepada IST-70. Tes ini pertama kali digunakan oleh Psikolog Angkatan Darat Bandung, Jawa Barat. Tes ini dipandang sebagai gestalt (menyeluruh), yang terdiri dari bagian- bagian yang saling berhubungan secara makna (struktur). Dimana struktur intelegensi tertentu menggambarkan pola kerja tertentu, sehingga akan cocok untuk profesi atau pekerjaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut IST umum digunakan untuk

memahami diri dan pengembangan pribadi, merencanakan pendidikan dan karier serta membantu pengambilan keputusan dalam hidup individu.

IST terdiri dari sembilan subtes yang keseluruhannya berjumlah 176 aitem. Masing-masing subtes memiliki batas waktu yang berbeda-beda dan diadministrasikan dengan menggunakan manual. Sembilan subtes dalam IST, yaitu:

1. SE: melengkapi kalimat. Pada subtes ini yang diukur adalah pembentukan keputusan, common sense (memanfaatkan pengalaman masa lalu), penekanan pada praktis-konkrit, pemaknaan realitas, dan berpikir secara berdikari/mandiri.
2. WA: melengkapi kalimat. Pada subtes ini akan diukur kemampuan bahasa, perasaan empati, berpikir induktif menggunakan bahasa, dan memahami pengertian bahasa.
3. AN: persamaan kata. Pada subtes ini yang diukur adalah kemampuan fleksibilitas dalam berpikir, daya mengkombinasikan, mendeteksi dan memindahkan hubungan- hubungan, serta kejelasan dan kekonsekuenan dalam berpikir.
4. GE: sifat yang dimiliki bersama. Pada subtes ini hal yang akan diukur adalah kemampuan abstraksi verbal, kemampuan untuk menyatakan pengertian akan sesuatu dalam bentuk bahasa, membentuk suatu pengertian atau mencari inti persoalan, serta berpikir logis dalam bentuk bahasa.
5. RA: berhitung. Dalam subtes ini aspek yang dilihat adalah kemampuan berpikir praktis dalam berhitung, berpikir induktif, reasoning, dan kemampuan mengambil kesimpulan.
6. ZR: deret angka. Dalam subtes ini akan dilihat bagaimana cara berpikir teoritis dengan hitungan, berpikir induktif dengan angka-angka, serta kelincahan dalam berpikir.

7. FA: memilih bentuk. Pada subtes ini akan mengukur kemampuan dalam membayangkan, kemampuan mengkonstruksi (sintesa dan analisa), berpikir konkrit menyeluruh, serta memasukkan bagian pada suatu keseluruhan.
8. WU: latihan balok. Pada subtes ini hal yang akan diukur adalah daya bayang ruang, kemampuan tiga dimensi, analitis, serta kemampuan konstruktif teknis.
9. ME: latihan simbol. Subtes ini mengukur daya ingat, konsentrasi yang menetap, dan daya tahan.

Istilah IQ (*Intelligence Quotient*) pertama kali dipopulerkan oleh ilmuwan Jerman untuk menunjukkan tingkat inteligensi seseorang. IQ adalah petunjuk dalam bentuk angka-angka yang menggambarkan atau menjabarkan secara relative hasil pelaksanaan satu tes. IQ membandingkan prestasi seseorang dengan orang lain yang umurnya sama. IQ juga dapat diukur dengan berbagai cara. Terman menggunakan istilah IQ untuk menggambarkan hubungan antara tingkat mental dengan umur kronologis.

Untuk mengukur tinggi rendahnya tingkat intelegensi adalah dengan menerjemahkan hasil tes intelegensi ke dalam angka yang dapat menjadi petunjuk mengenai kedudukan tingkat kecerdasan seseorang bila dibandingkan dengan orang lain. Secara konvensional hasil tes intelegensi dinyatakan dalam bentuk rasio yang dinamakan IQ. Rumus yang digunakan untuk mengukur intelegensi seseorang yaitu :

$$IQ = \frac{MA}{CA} \times 100$$

Ket :

MA = usia mental

CA = usia kronologis

Dari hasil tes intelegensi terhadap pengelompokkan tingkat kecerdasan intelektual (IQ) sebagai berikut :

Tabel 2.2
 Pengelompokan tingkat kecerdasan intelektual

IQ	Klasifikasi	Tingkat sekolah
Diatas 139	Super superior	Orang yang sangat pandai
120 - 129	Superior	Dapat menyelesaikan studi di universitas tanpa banyak kesulitan.
110 - 119	Diatas rata-rata	Dapat menyelesaikan sekolah lanjutan tanpa kesulitan
90 - 109	Rata - rata	Dapat menyelesaikan sekolah lanjutan
80 - 89	Dibawah rata-rata	Dapat menyelesaikan sekolah dasar
70 - 79	Borderline	Dapat mempelajari sesuatu tapi lambat
< 69	Terbelakang secara mental	Tidak dapat mengikuti pendidikan disekolah

4. Faktor yang mempengaruhi kecerdasan intelektual

Bayle (1995) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi intelektual individu, yaitu keturunan, latar belakang sosial ekonomi, lingkungan hidup, kondisi fisik dan iklim emosi ¹⁶.

a. Faktor keturunan

Faktor keturunan ini didasari dari sudut pandang biologis, dimana masing-masing individu lahir memiliki gen yang berbeda

b. Latar belakang sosial ekonomi

Pendapatan keluarga, pekerja orang tua, dan faktor sosial ekonomi mempengaruhi taraf intlegensi individu dalam usia 3 tahun sampai remaja.

c. Lingkungan hidup

Lingkungan hidup yang baik akan menciptakan kemampuan intelektual yang baik pula, sebaliknya lingkungan hidup yang kurang baik akan menghasilkan kemampuan intelektual yang kurang baik

¹⁶ Slameto. 2003. Belajar dan faktor faktor yang mempengaruhi. Jakarta rineka. Hlm 16

d. Kondisi fisik

Keadaan gizi yang kurang baik, kesehatan yang buruk, dan perkembangan fisik yang lambat menyebabkan pertumbuhan intelegensi yang rendah.

e. Iklim emosi

Iklim emosi dimana individu dibesarkan mempengaruhi perkembangan mental individu yang bersangkutan.

Sedangkan menurut Saifudin Azwar (1996) selain faktor yang disebutkan diatas, terdapat faktor lain yang mempengaruhi intelegensi diantaranya faktor bawaan, faktor lingkungan¹⁷.

a. Faktor bawaan

Faktor bawaan merupakan faktor yang sangat penting dalam intelegensi seseorang. Hal ini dikarenakan setiap manusia membawa sifat tertentu sejak lahir, sifat alami inilah yang sangat menentukan pembawaan seseorang.

b. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan sebenarnya diawali sejak terjadinya pembuahan sampai saat lahir, lingkungan telah mempengaruhi calon bayi lewat ibu, kemudian melalui proses belajar, karena proses belajar pengaruh budaya secara tidak langsung juga mempengaruhi individu.

5. Ciri-ciri kecerdasan intelektual

Nickerson, perkins dan Smith yakin pada beberapa kemampuan yang mereka percayai mampu menunjukkan intelegensi manusia¹⁸, yaitu :

a. Kemampuan untuk mengklasifikasikan pola

Semua manusia yang mempunyai intelegensi normal akan mampu menempatkan stimulus tak-indentik ke dalam kelompok. Kemampuan ini

¹⁷ Azwar, Saifudin. 1996. Psikologi intelegensi. Yogyakarta pustaka pelajar. Hlm 72 – 75

¹⁸ Solso, Robert L. dkk. Psikologi kognitif. Jakarta : Erlangga Hlm456-457

merupakan dasar berpikir dan berbahasa, karena kata-kata pada umumnya merepresentasikan pengkategorian informasi.

b. Kemampuan untuk memodifikasi perilaku adaptif

Kemampuan seseorang dalam menyesuaikan diri dengan kondisi lingkungan yang ada. Para teoritikus menyetujui bahwa kemampuan beradaptasi ini merupakan hal terpenting yang mencirikan intelegensi manusia.

c. Kemampuan untuk berpikir secara deduktif

Berpikir deduktif meliputi pembuatan kesimpulan yang logis dari suatu premis.

d. Kemampuan berpikir secara induktif

Orang yang berpikir secara induktif perlu “keluar” dari informasi yang diberikan, untuk mengetahui data menemukan aturan-aturan maupun prinsip-prinsip dari beberapa peristiwa yang spesifik.

e. Kemampuan untuk mengembangkan dan menggunakan model konseptual

Kemampuan ini berarti bahwa kita membentuk kesan tentang dunia dan bagaimana dunia berfungsi serta menggunakan model tersebut untuk memahami dan menginterpretasikan semua peristiwa dalam hidup.

f. Kemampuan untuk memahami atau mengerti

Kemampuan yang berkaitan dengan kemampuan untuk melihat hubungan masalah dan memahami makna hubungan tersebut dalam memecahkan masalah.

B. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian kecerdasan emosional

Akar kata emosi adalah *movere*, kata kerja bahasa latin yang berarti menggerakkan, bergerak”, di tambah awalan *e-* untuk memberi arti “bergerak menjauh”, yang menyiratkan bahwa kecenderungan merupakan hal yang mutlak dalam emosi. Daniel Goleman mendefinisikan bahwa emosi merupakan suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu tindakan biologis dan psikologis, dan serangkaian tindakan untuk bertindak¹⁹.

¹⁹ Daniel Goleman. Kecerdasan emosional, mengapa EI lebih penting daripada IQ. Hlm 411

Selama bertahun-tahun, teoritikus-teoritikus yang paling teguh memegang IQ pun kadang-kadang telah mencoba memasukkan emosi ke wilayah kecerdasan, bukan hanya melihat “emosi” dan “kecerdasan” sebagai istilah yang kontradiksi secara inhern. Maka E.L. Trondike, ahli psikologi yang berpengaruh dalam mempopulerkan IQ dalam artikel di *Helper's Magazine* menyatakan bahwa salah satu aspek kecerdasan emosional yaitu kecerdasan sosial (kemampuan untuk memahami orang lain dan bertindak bijaksana dalam hubungan antarmanusia) merupakan suatu aspek IQ seseorang²⁰.

Howard Gardner dalam bukunya yang berjudul *Frames of Mind* yang menjelaskan tentang kecerdasan ganda (*multiple intelligence*), ketrampilan dalam membentuk kecerdasan emosional berada dalam wilayah kecerdasan pribadi. Gardner memberikan ringkasan pendek tentang kecerdasan pribadi:

Kecerdasan antarpribadi adalah kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi mereka, bagaimana mereka bekerja, bagaimana bekerja bahu-membahu dengan mereka. Tenaga-tenaga penjualan yang sukses, politisi, guru, dokter, dan pemimpin keagamaan, semuanya cenderung orang-orang yang mempunyai tingkat kecerdasan antarpribadi yang tinggi. Kecerdasan intrapribadi adalah kemampuan yang korelatif, tetapi terarah ke dalam. Kemampuan tersebut adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta kemampuan untuk menggunakan model tadi sebagai alat untuk menempuh kehidupan secara efektif²¹.

Menurut Dr. Patton, kecerdasan emosional akan membuat perbedaan bagaimana kita memberi tanggapan terhadap konflik dan ketidakpastian²². Solvey dan mayner mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan.

²⁰ Ibid, hlm 56

²¹ Ibid, hlm 52

²² Patton, Patricia. EQ (Kecerdasan Emosional). 2000. Jakarta : Mitra Media Publisher. Hlm 1

Kata "cerdas" menurut Goleman mengandung dua arti, pertama cerdas pikiran dan kedua cerdas emosional. Cerdas pikiran dimaksudkan adalah pikiran pada suatu model pemahaman yang lazimnya kita sadari dengan karakter bijaksana, mampu bertindak hati-hati dan merefleksi. Sedangkan cerdas secara emosional dimaksudkan adalah pikiran emosional yang merupakan satu sistem pemahaman yang impulsif dan berpengaruh besar, terkadang tidak logis. Kedua pikiran tersebut, pikiran emosional dan pikiran rasional bekerja dalam keselarasan, saling melengkapi dalam mencapai pemahaman walaupun dengan cara-cara yang amat berbeda, dan berfungsi secara bersama mengarahkan kita menjalani kehidupan duniawi. Namun apabila kecerdasan emosi mengalahkan kecerdasan rasio, hal ini dapat mengakibatkan kita mempunyai kecenderungan tragis.

Menurut Joseph Le Doux sumber emosi adalah peran amigdala dalam otak emosional²³. Dalam hal ini menempatkan amigdala sebagai pusat tindakan. Amigdala mampu berperan sebagai pusat semua nafsu, penguasa emosi dan kabel pemicu syaraf. Apabila terkena rangsangan amigdala akan memerintahkan tubuh untuk bereaksi sebelum neokorteks memahami sepenuhnya apa yang terjadi. Hal ini oleh Goleman disebut dengan adanya pembajakan emosi.

Jeanne Segal menyatakan bahwa dalam evolusi emosi hadir lebih dulu di dalam batang otak primitif manusia sebelum bagian berpikir otak²⁴. Pusat-pusat emosi di dalam otak terus berevolusi bersama dengan neokorteks, dan kini teranyam di dalam seluruh bagian otak. Pesan-pesan yang dikirim oleh indra-indra (mata, telinga) mula-mula tercatat oleh struktur otak yang paling terlibat dalam memori emosi yaitu amigdala sebelum masuk ke dalam neokorteks.

²³ Goleman, Daniel. Kecerdasan Emosional, Mengapa EI lebih penting daripada IQ. Hlm 23-25

²⁴ Segal, Jeane. (2000). Melejitkan Kepekaan Emosional. Bandung: Mizan Media Utama. Hlm 26

Hal tersebut berarti kecerdasan emosional sesungguhnya membantu pikiran rasional (akal, intelektual). Secara psikologis ketika pusat-pusat emosional kita terluka, kecerdasan keseluruhan (emosional dan intelektual) mengalami konsleting. Adanya konsleting ini mengakibatkan akal kehilangan mitra emosionalnya yang penting. Jika otak emosional tidak berfungsi maka akan terjadi pembajakan emosi dan fungsi otak tidak optimal. Fungsi akal/intelektual dan emosi/hati sebenarnya tidak terpisah.

Apabila terjadi pembajakan emosi kecenderungan tragis dapat terjadi. Seseorang yang tidak dapat mengendalikan emosi sendiri sekalipun cerdas secara intelektual dapat berakibat fatal bagi hidup dan kehidupannya bahkan kehidupan orang lain. Agar hal tersebut tidak terjadi maka pendidikan kecerdasan emosional sangat diperlukan.

Emosi dan akal adalah dua bagian dari satu keseluruhan. *Emotional intelegence* menggambarkan kecerdasan hati dan *Intellectual Intelegence* menggambarkan kecerdasan akal/otak. Kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional adalah sumber-sumber daya sinergis tanpa yang satu yang lain menjadi tidak sempurna dan tidak efektif. Cerdas intelektual tanpa cerdas emosional, kita dapat meraih nilai A dalam ujian tetapi akan membuat tidak berhasil dalam kehidupan. Wilayah kecerdasan emosional adalah hubungan pribadi dan antar pribadi, kecerdasan emosional bertanggung jawab atas harga diri, kesadaran diri, kepekaan sosial, dan kemampuan adaptasi sosial pribadi²⁵.

Daniel Goleman mengartikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan,

²⁵ Ibid. hlm 27

mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan berdoa²⁶.

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dan mengelola emosi diri, sehingga meningkatkan kualitas pribadi, seperti meningkatkan motivasi diri, kemampuan menangani stres, kemampuan menyesuaikan diri, memecahkan berbagai masalah dan kemampuan untuk memelihara hubungan dengan orang lain dengan cara mengenali emosi orang lain dan bertindak bijaksana dalam hubungan antar manusia.

2. Faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional

Menurut catatan Aisah Indiati (2006), ada dua faktor penting yang mempengaruhi perkembangan emosi seseorang, yaitu kematangan perilaku emosional dan belajar²⁷. Sedangkan menurut Goleman, faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang yaitu :

- a. Lingkungan keluarga, kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi. Kecerdasan emosi dapat diajarkan pada saat masih bayi dengan memberi contoh ekspresi. Peristiwa emosional yang terjadi pada masa anak-anak akan melekat dan menetap secara permanen hingga dewasa, kehidupan emosional yang dipupuk dalam keluarga sangat berguna bagi anak kelak dikemudian hari.
- b. Lingkungan non keluarga. Hal ini yang terkait merupakan lingkungan masyarakat dan pendidikan. Kecerdasan emosi ini berkembang sejalan dengan perkembangan fisik dan mental anak. Pembelajaran ini biasanya ditujukan

²⁶ Goleman, Daniel. Kecerdasan Emosional, Mengapa EI lebih penting daripada IQ hlm 45

²⁷ Prawira, Purwa atmaja. Psikologi pendidikan perspektif baru. 2012. Jogjakarta : Ar Ruzz media. Hlm 163

dalam suatu aktivitas bermain peran sebagai seseorang diluar dirinya dengan emosi yang menyertai keadaan orang lain.

Muhammad Ali (2006), sejumlah faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi remaja adalah ²⁸:

a. Perubahan Jasmani

Perubahan jasmani yang ditunjukkan dengan adanya pertumbuhan yang sangat cepat dari anggota tubuh. Pada taraf permulaan pertumbuhan ini hanya terbatas pada bagian-bagian tertentu saja yang mengakibatkan tubuh tidak seimbang, ketidak seimbangan tubuh ini dapat mengakibatkan kondisi perkembangan emosi remaja. Tidak setiap individu dapat menerima perubahan kondisi tubuh seperti itu. Hormon tertentu mulai berfungsi sejalan dengan perkembangan alat kelaminnya sehingga dapat menyebabkan rangsangan didalam tubuh remaja dan seringkali menimbulkan masalah dalam perkembangan emosinya.

b. Perubahan Pola Interaksi dengan orang tua

Perbedaan pola asuh orang tua dapat berpengaruh terhadap perbedaan perkembangan emosi remaja. Cara memberikan hukuman misalnya, kalau dulu anak dipukul karena nakal, pada masa remaja cara semacam ini justru dapat menimbulkan ketegangan yang lebih berat antara remaja dan orang tuanya. Pemberontakan pada orang tua menunjukkan bahwa mereka berada dalam konflik dan ingin melepaskan diri dari pengawasan orang tua. Mereka tidak pernah merasa puas jika sama sekali tidak menunjukkan perlawanan terhadap orang tua karena ingin menunjukkan seberapa jauh dirinya berhasil menjadi orang yang lebih dewasa.

²⁸ Ali, Muhammad. 2006. Psikologi remaja. Jakarta : bumi aksara. Hlm 69

c. Perubahan interaksi dengan teman sebaya

Faktor yang sering menimbulkan masalah emosi pada masa ini adalah hubungan cinta dengan teman lawan jenis. Pada masa remaja tengah biasanya remaja benar-benar mulai jatuh cinta dengan teman lawan jenisnya. Gejala ini sebenarnya sehat bagi remaja tetapi tidak jarang juga menimbulkan konflik atau gangguan emosi pada remaja jika tidak diikuti dengan bimbingan dari orang tua atau orang yang lebih dewasa. Gangguan emosional yang mendalam dapat terjadi ketika cinta remaja tidak terjawab atau karena pemutusan hubungan cinta dari satu pihak sehingga dapat menimbulkan kecemasan bagi orang tua dan bagi remaja itu sendiri.

d. Perubahan pandangan luar

Ada sejumlah perubahan pandangan dunia luar yang dapat menyebabkan konflik-konflik emosional dalam diri remaja, yaitu sebagai berikut:

- Sikap dunia luar terhadap remaja sering tidak konsisten. Kadang-kadang mereka dianggap sudah dewasa tetapi mereka tidak mendapatkan kebebasan penuh atau peran yang wajar sebagaimana orang dewasa atau sering kali mereka masih dianggap sebagai anak kecil sehingga menimbulkan kejengkelan pada diri mereka kejengkelan yang mendalam ini dapat berubah menjadi perilaku emosional.
- Masyarakat masih menerapkan nilai-nilai yang berbeda untuk remaja laki-laki dan perempuan. Kalau remaja laki-laki mempunyai banyak teman perempuan mereka mendapat predikat populer, sebaliknya apabila remaja putri mempunyai banyak teman laki-laki sering dianggap tidak baik atau bahkan mendapat predikat kurang baik. Hal ini juga dapat mempengaruhi perilaku emosional seseorang.

- Seringkali kekosongan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar yang tidak bertanggung jawab yaitu dengan cara melibatkan remaja tersebut kedalam kegiatan-kegiatan yang merusak dirinya dan melanggar nilai-nilai moral. Misalnya, penyalahgunaan obat terlarang, minuman keras, serta tindak kriminal dan kekerasan. Perlakuan dunia luar ini akan sangat merugikan perkembangan emosional remaja.

e. Perubahan interaksi dengan sekolah

Pada masa anak-anak sebelum menginjak remaja sekolah merupakan tempat pendidikan yang diidealkan oleh mereka. Para guru merupakan tokoh yang sangat penting dalam kehidupan mereka karena selain tokoh intelektual guru juga merupakan tokoh otoritas bagi peserta didiknya. Oleh karena itu tidak jarang anak-anak lebih patuh dan lebih percaya, bahkan lebih takut kepada guru dari pada kepada orang tuanya. Posisi guru semacam ini sangat strategis apabila digunakan untuk mengembangkan emosi anak melalui penyampaian materi-materi yang positif dan konstruktif.

3. Jenis kecerdasan emosional

Menurut Goleman terdapat lima kecerdasan emosional²⁹, yakni:

- a. *Mengenal Emosi Diri*: Kesadaran mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Mengenali emosi diri merupakan dasar kecerdasan emosional. Orang-orang yang memiliki keyakinan lebih tentang perasaannya adalah pilot yang andal bagi mereka, karena mereka memiliki kepekaan lebih terhadap perasaan yang sesungguhnya atas pengambilan keputusan-keputusan masalah pribadi.

²⁹ Goleman, Daniel. Kecerdasan Emosional, Mengapa EI lebih penting daripada IQ. Hlm 404-405

- b. *Mengelola Emosi*: Menangani perasaan agar dapat terungkap secara tepat. Kecakapan ini tergantung pada kemampuan mengenali emosi diri. Termasuk dalam kecakapan ini adalah bagaimana menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, ketersinggungan dan akibat-akibat yang timbul karena gagalnya keterampilan emosional dasar ini. Orang-orang yang tidak cakap dalam keterampilan ini akan terus-menerus melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dalam keterampilan ini dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan keruntuhan dalam kehidupan.
- c. *Memfaatkan emosi secara produktif*. Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting kaitannya dengan perhatian, memotivasi diri sendiri, menguasai diri sendiri dan untuk berkreasi. Mengendalikan emosi diri meliputi menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang. Disamping itu mampu menyesuaikan diri dalam flow (hanyut dalam pekerjaan) memungkinkan terwujudnya kinerja yang tinggi dalam segala bidang. Orang yang memiliki ketrampilan ini jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.
- d. *Mengenali Emosi Orang lain*: Empati. Empati merupakan kemampuan yang juga bergantung kepada kesadaran diri emosional. Empati merupakan keterampilan bergaul yang mendasar. Orang yang empatik jauh lebih mampu menangkap sinyal sosial yang tersembunyi, yang mengisyaratkan apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain.
- e. *Membina Hubungan*. Sebagian besar seni membina hubungan merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Keterampilan sosial ini menunjang popularitas kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Orang yang hebat

dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang mengandalkan pergaulan dengan orang lain. Mereka adalah bintang-bintang pergaulan.

Gambaran penerapan kecerdasan emosional antara lain dalam hubungan laki-laki dan perempuan. Antara laki-laki dan perempuan memiliki keterampilan yang berbeda dalam kecerdasan emosional sebagai akibat dari pendidikan emosi yang berbeda pada masa kanak-kanak. Perempuan lebih mahir membaca sinyal emosi, baik verbal maupun non verbal, mahir mengungkapkan dan mengkomunikasikan perasaan-perasannya. Sementara pria lebih terampil untuk meredam emosi yang berlainan dengan perasaan rentan, salah, takut dan sakit. Pada tingkatan *loading* (emosi) yang meluap laki-laki akan lebih banyak diam, yang berarti mengurangi reaksi saraf otonomnya. Sebaliknya perempuan akan lebih banyak bicara dan akan semakin meningkat saat reaksi saraf otonomnya apabila melihat pasangannya diam atau tidak merespon kemarahannya.

4. Aspek-aspek kecerdasan emosional

Goleman menempatkan kecerdasan pribadi dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicetuskannya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi lima aspek kemampuan utama³⁰, yaitu :

- a. Kesadaran diri, mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.
- b. Pengaturan diri. Menangani emosi kita sedemikian rupa sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas; peka terhadap kata hati dan sanggup

³⁰ Goleman, Daniel. Kecerdasan emosi untuk mencapai prestasi puncak. 1999. hlm 513 - 514

menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran; mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

- c. Motivasi. Menggunkan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.
- d. Empati. Merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.
- e. Keterampilan sosial. Menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial; berinteraksi dengan lancar; menggunakan keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerja sama dan bekerja dalam tim.

5. Melatih kecerdasan emosional

Emosi dapat dibentuk dan dipelajari sepanjang hidup seseorang. Oleh karena itu selayaknya pendidikan kecerdasan emosi dilakukan sedini mungkin disesuaikan dengan perkembangan usia anak didik serta dilangsungkan dalam rentang kehidupan manusia. Upaya untuk meningkatkan kecerdasan emosional menurut Segal sebagai sebuah perjalanan lain yang menempuh jenjang-jenjang pendidikan di sekolah. Jenjang-jenjang tersebut adalah³¹:

- a. Sekolah dasar : kesadaran emosional

Emosi adalah pengalaman yang dapat dirasakan secara fisik. Seseorang merasakan emosinya secara fisik. Ketika kita merasa sakit dimanakah sesungguhnya

³¹ Segal, Jeane. (2000). Melejitkan Kepekaan Emosional. Bandung: Mizan Media Utama. Hlm 69-160

rasa sakit? Ketika merasa bahagia, puas atau damai, dibagian tubuh manakan yang memancarkan perasaan tersebut. Setiap orang itu unik, tetapi semua cenderung merasakan kategori emosi pada bagian tubuh yang sama. Ketakutan dapat dirasakan sebagai ketegangan atau tekanan pada beberapa bagian tubuh. Kemarahan biasanya dialami secara fisik dengan sebagai panas atau kelebihan energi di dalam perut, dada atau tenggorokan. Kedukaan dirasakan sebagai rasa sakit di dalam dada atau berat di seluruh tubuh. Kebahagiaan dirasakan sebagai sensasi yang meringankan.

Dalam jenjang ini melatih kita untuk merasakan sensasi emosi pada seluruh bagian tubuh. Membangun otot emosional merupakan program pelatihan yang dirancang berdasarkan fakta bahwa cara kerja kebugaran emosional sama dengan kebugaran fisik. Orang tidak dapat berlari maraton dalam keadaan sakit. Sehingga perlu membangun toleransi terhadap intensitas emosional secara bertahap untuk membiasakan kecerdasan intelektual berbagi dengan kecerdasan emosional. Kesadaran emosional tentang beragam emosi manusia ibarat sebuah komposisi musik, sebagian menonjol dari yang lain menciptakan tekstur emosional. Jika kita ingin mendengar seluruh simphony maka harus dapat merasakan sensasi di seluruh tubuh.

b. Sekolah lanjutan : penerimaan emosional

Setelah mencapai kesadaran emosional yang dirasakan oleh seluruh tubuh maka berlatih untuk menerima emosi. Orang yang tidak menerima emosi berarti tidak menerima diri sendiri, sering menyalahkan orang lain atas kemarahannya dan meyakinkan diri bahwa kecemasan dan kesedihannya sesuatu yang memalukan. Hal ini akan membuang waktu, tenaga dan juga menumpulkan indra untuk waspada secara emosional di dunia nyata yang penuh dengan gangguan. Tanpa sepenuhnya menerima emosi kita akan kehilangan kebijaksanaan untuk membuat keputusan

tepat. Padahal keputusan yang tepat adalah kekuatan penolong di balik hasrat untuk bertindak.

Penerimaan tidak berarti kepasrahan yang pasif. Penerimaan tidak berarti hidup kesakitan, membiarkan diri diombang-ambing perasaan orang lain atau menerima apa saja yang dilakukan oleh orang lain. Penerimaan berarti dengan senang hati merangkul setiap perasaan (termasuk perasaan takut, perasaan yang menghalangi jalan perasaan). Saat perasaan itu muncul diakui sebagai bagian penting dari diri kita. Penerimaan berarti mengerti bahwa kita mampu menanggung emosi, betapapun buruknya atau betapapun kuatnya. Penerimaan berarti pula jika kita bisa mencintai diri sendiri berarti juga dapat mencintai orang lain.

Ketika seseorang menolak menerima perasaannya atau tidak merasakan sama sekali, perasaan cenderung bertumpuk di amigdala (struktur limbik yang berfungsi sebagai otoritas emosional otak). Perasaan yang terpendam dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan dari migrain hingga maag. Emosi yang hanya dirasakan sebagian biasanya muncul dalam tanggapan emosional atau pola perilaku kronis. Jika kita sedih sepanjang waktu tetapi jarang marah, atau biasa marah dan tidak sedih, mungkin kita sedang mencoba menyingkirkan perasaan dibalikinya.

Indikasi tiadanya penerimaan emosi yang paling umum adalah merokok, dan mabuk hingga menonton televisi atau sosialisasi berlebihan. Kita tahu bahwa rokok, minuman keras dan obat-obatan tidak baik untuk kesehatan. Jika seseorang tahu tetapi terjerumus dalam kebiasaan ini sebenarnya seseorang itu sudah menyadari bahwa dia sedang berusaha menghindari sesuatu. Kebiasaan ini selalu dilakukan untuk mematikan emosi. Ada bahaya dalam kegiatan berulang dan tidak gampang melihat bahayanya. Perilaku yang biasanya menyehatkan jika dilakukan secukupnya tetapi jika dilakukan secara berlebihan kemungkinan sedang mengalihkan diri dari perasaan/emosi.

Semua perilaku berulang dapat dicurigai, dari menggigit kuku saat gugup hingga ketidakmampuan untuk duduk diam. Dapatkah kita berjalan-jalan tanpa mendengarkan walkman? Apakah kita menghindari di rumah sendirian? Dan jika harus di rumah sendirian apakah selalu berada di dekat telepon atau menyalakan musik atau televisi sepanjang waktu? Jika itu terjadi sebenarnya kita sedang merasakan emosi tetapi tidak dapat menerimanya.

Orang yang memperoleh penerimaan emosi dengan membangun otot emosional sesungguhnya dikuatkan oleh kesadaran bahwa perasaan adalah milik seorang. Kita dapat merasa memegang kendali dalam situasi yang sangat tidak terkendali jika kita tahu bahwa kita memiliki (emosi kita) dan tak seorangpun dapat mengambilnya. Victor Frankl dalam *In search of meaning* menggambarkan "kekayaan batin dan kebebasan spiritual" membantu para tawanan Auschwitz yang tubuhnya lemah..... dapat lebih baik bertahan daripada mereka yang berbadan kuat".

c. Perguruan tinggi : kesadaran aktif

Kesadaran Aktif adalah mengasah keterampilan merasakan dan menerima perasaan yang sudah dimiliki kemudian membentuknya menjadi kebiasaan seumur hidup. Jika kita dapat merasakan semua emosi betapapun kuatnya, yang kita butuhkan selanjutnya adalah membawa kemampuan itu sehingga kemanapun kita pergi akan selalu tahu mana yang penting bagi kita. Kita dapat memanfaatkan emosi untuk mencerahkan pikiran dimana saja dan kapan saja.

Tujuan pengembangan kesadaran aktif adalah menterjemahkan perasaan ke dalam tindakan. Untuk itu pikiran/otak sangat diperlukan. Pikiran adalah tempat penyimpan semua asosiasi respon emosional yang dibuat, dengan cara tetap tersambung perasaan setiap saat. Setelah mencapai kepekaan emosional maka akan tersambung secara mental dengan hal-hal yang kita temukan tentang diri dan perilaku. Pada saat yang sama kita akan merasakan manfaat memotivasi diri.

Menjaga kepekaan dan kebugaran tubuh agar tetap dapat menerima pesan emosional meskipun tidak dalam kondisi terbaik bahkan dalam kondisi terburuk sekalipun. Ketika pikiran mencatat seluruh perkembangan emosi dan tubuh maka kita akan mencapai kecerdasan yang lebih besar

d. Pascasarjana : memiliki empati

Empati (mengetahui perasaan orang lain) datang dengan sendirinya dan mengalir dari kesadaran aktif. Dalam emotional intelligence Daniel Goleman menyebut empati ini sebagai keterampilan dasar manusia. Orang yang memiliki empati adalah pemimpin alamiah yang dapat mengekspresikan dan mengartikulasikan sentimen kolektif yang tidak terucapkan untuk membimbing satu kelompok menuju cita-citanya. Manfaat empati antara lain lebih stabil secara emosional, lebih populer, lebih ramah, dan lebih berhasil dalam membangun hubungan. Empati adalah bahan penting untuk pesona, sukses sosial bahkan kharisma.

Empati pada awalnya tidak berkesinambungan, kuat untuk orang yang dicintai tetapi lemah untuk orang asing atau sebaliknya; tajam di lingkungan yang nyaman tetapi tumpul di tempat yang merasa kurang aman; Berhasil ketika tidak merasa takut tetapi tidak dapat diandalkan ketika ketakutan. Pada tahap ini melatih kita untuk menkonsistenkan empati.

Beberapa hal yang menghambat untuk empati dan cara mengatasi hambatan tersebut:

- Didikan tanpa empati: empati bukan bagian dari asuhan masa kecil oleh karena itu pelatihan menciptakan orang tua batin yang bersikap empati. Menanamkan citra orang tua batin penuh kasih dapat mempercepat kemajuan ke arah empati yang konsisten dengan memberi imbalan positif untuk contoh-contoh yang tidak empatik pada masa kecil. Anak-anak dapat

bertindak empatik sebelum usia mereka cukup untuk menerima ajaran tentang benar dan salah. Empati adalah sentakan hati, cara terbaik memulai empati adalah merasakan mempunyai orangtua empatik sebagai model.

- Menolak mitos budaya tentang empati.

Mitos 1 : Empati beresiko – saya tidak sanggup membenamkan diri saya dalam perasaan orang lain.

Yang benar: empati buka simpati

Mitos 2: Empati akan menghambat saya melakukan yang terbaik untuk diri saya.

Yang benar: Hati manusia dapat diperluas tanpa batasan.

Mitos 3: Empati adalah kelemahan

Yang benar: Empati memberi kekuatan

Mitos 4: Jika saya membiarkan diri saya disentuh masalah pribadi orang lain, saya harus memecahkan masalah itu.

Yang benar: Orang menghendaki pengertian, belum tentu pertolongan

- Prasangka. Prasangka-prasangka akan mempengaruhi sikap kita terhadap orang lain dan ini akan mencegah perilaku empatik.

Kesadaran aktif menginformasikan kepada kita keputusan-keputusan jangka pendek dan jangka panjang tentang apa yang tepat untuk kita, sedangkan empati menginformasikan segala keputusan yang mempengaruhi orang lain. Ketika kita menggunakan ketajaman emosional di samping indra pendengaran, komunikasi menjadi produktif dan efisien. Empati akan memotivasi kita memperbaiki kesalahan. Empati tidak hanya membebaskan kita dari memberi cap benar atau salah pada seseorang, tetapi juga memungkinkan kita berbeda pandangan tanpa

menimbulkan pertentangan. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi dapat bekerja efektif dengan siapapun karena dia mendengarkan tanpa prasangka. Kesadaran tentang pentingnya perasaan orang lain dan perasaan sendiri memudahkan kita menghargai pendapat dan nilai-nilai orang lain yang berbeda, tanpa merasa terancam oleh perbedaan tersebut.

6. Manfaat kecerdasan emosional

Kecerdasan emosional tidak hanya berfungsi untuk mengendalikan diri, tetapi lebih dari itu juga mencerminkan kemampuan dalam mengelola ide, konsep, karya, atau produk, sehingga hal itu menjadi minat bagi orang banyak. Sebuah konsep atau karya yang bagus, tanpa adanya manajemen pemasaran yang baik mungkin saja konsep atau produk tersebut tidak sampai pada khalayak. Tetapi dengan kemampuan mengekspresikan ide dan pemasarannya, memungkinkan ide tersebut bisa dimanfaatkan dan dinikmati oleh orang banyak.

Ada banyak keuntungan bila seseorang memiliki kecerdasan emosional secara memadai. Pertama, kecerdasan emosional jelas mampu menjadi alat untuk pengendalian diri, sehingga seseorang tidak terjerumus ke dalam tindakan-tindakan bodoh, yang merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Kedua, kecerdasan emosional bisa diimplementasikan sebagai cara yang sangat baik untuk memasarkan atau membesarkan ide, konsep atau bahkan sebuah produk. Dengan pemahaman tentang diri, kecerdasan emosional, juga cara terbaik membangun lobby, jaringan kerja sama.

Ketiga, kecerdasan emosional adalah modal penting bagi seseorang untuk mengembangkan bakat kepemimpinan dalam bidang apapun. Mengapa demikian? Karena setiap model kepemimpinan, sesungguhnya membutuhkan visi, misi, konsep, program dan yang tak kalah pentingnya adalah dukungan dan partisipasi dari para anggota. Dengan bekal kecerdasan emosional tersebut, seseorang akan

mampu mendeterminasi kesadaran setiap orang, untuk mendapatkan simpati dan dukungan serta kebersamaan dalam melaksanakan atau mengimplementasikan sebuah ide atau cita-cita.

Dalam bidang kesehatan, terdapat nilai medis yang lebih bila dokter dan perawat mau berempati, mau menyesuaikan diri dengan pasien-pasiennya, mau menjadi pendengar yang baik. Ini berarti mengembangkan “perawatan yang berpusat pada hubungan”, mengakui bahwa hubungan antara dokter dan pasien itu sendiri merupakan faktor penting. Hubungan semacam itu akan lebih mudah ditingkatkan apabila pendidikan ilmu kedokteran memasukkan beberapa perangkat dasar kecerdasan emosional, terutama kesadaran diri dan seni berempati dan seni mendengarkan.³² Beberapa program yang paling berhasil dalam ketrampilan emosional telah dikembangkan untuk menanggapi masalah tertentu, terutama tindak kekerasan. Salah satu kursus yang paling cepat berkembang di bidang ketrampilan emosional yang diilhami untuk pencegahan ini adalah *Resolving Conflict Creatively Program*, yang diselenggarakan di beberapa ratusan sekolah negeri di New York dan sekolah-sekolah di seluruh negeri³³.

Bila menyangkut masalah merencanakan campur tangan yang bisa menolong anak-anak semacam ini keluar dari jalan menuju tindak kekerasan dan kejahatan, hasilnya adalah, sekali lagi, sebuah program ketrampilan emosional. Pelajaran ini sangat bermanfaat bagi semua anak. Pelajaran tentang kesadaran emosional termasuk bagaimana memantau apa yang mereka rasakan dan yang dirasakan oleh orang di sekitar mereka, dan—yang paling penting bagi anak yang cenderung agresif—bagaimana mengenali kapan seseorang itu sungguh-sungguh bermusuhan, sebagai lawan terhadap kapan sifat bermusuhan itu muncul dari dirinya sendiri.³⁴

³² Goleman, Daniel. Kecerdasan emosional, mengapa EI lebih penting daripada IQ. Hlm 260

³³ Ibid. hlm 393

³⁴ Ibid hlm 396

C. Agresivitas

1. Pengertian agresivitas

Agresi sering diartikan sebagai suatu bentuk perilaku atau tindakan yang bertujuan untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun verbal. Pada dasarnya perilaku agresi merupakan kecenderungan yang dimiliki oleh setiap orang hanya kadarnya yang berbeda-beda.

Secara bahasa agresivitas atau perilaku agresif merupakan suatu sikap suka menyerang³⁵. Sedangkan Caplin mengatakan agresi merupakan suatu serangan atau serbuan yang merupakan tindakan permusuhan ditujukan pada seseorang atau benda³⁶. Perilaku agresi menurut Murray merupakan kebutuhan menyerang, melukai orang lain, meremehkan, merugikan, mengganggu, membahayakan, merusak, menjahati, mengejek, mencomoooh, menuduh secara jahat, menghukum berat atau melakukan tindakan sadis lainnya, tetapi perilaku disini tidak hanya bersifat sadis atau merusak saja tetapi terdapat hal-hal yang menyebabkan individu berkencenderungan perilaku agresi³⁷.

Agresi sebagai segala bentuk perilaku yang dimaksud untuk menyakiti orang lain secara fisik maupun verbal. Atkinson mendefinisikan agresi sebagai perilaku yang dimaksudkan untuk melukai orang lain (secara fisik atau verbal) atau merusak harta benda. Kata kunci dalam definisi ini adalah maksud³⁸.

Mekanisme lain dari perilaku agresi adalah adanya proses imitasi. Menurut Bandura, orang cenderung meniru yang diamati, stimuli, menjadi teladan bagi perilakunya bila seseorang melihat adegan agresivitas dalam televisi, maka orang tersebut akan melakukan tindakan agresi, dengan kata lain akan mendorong orang untuk berperilaku agresi pula.

³⁵ Salim, Peter dan Yenny Salim. Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer. Hlm 20.

³⁶ Chaplin James P. Kamus lengkap Psikologi. Hlm 16

³⁷ Ibid. Hlm 15

³⁸ Atkinson. Rita L. Pengantar psikologi.

Agresi secara tipikal didefinisikan oleh para psikologi sebagai setiap bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau merugikan seseorang yang bertentangan dengan kemauan orang itu. Ini berarti bahwa menyakiti orang lain secara sengaja bukanlah agresi. Jika pihak yang dirugikan menghendaki hal itu terjadi dan tindakan itu memang dikehendaki, agresi melibatkan setiap bentuk penyiksaan, termasuk penyiksaan psikologis atau emosional seperti memperlakukan, menakut-nakuti atau mengancam seseorang adalah tindakan agresi³⁹.

Dari beberapa definisi di atas maka dapat disimpulkan, bahwasanya perilaku agresi adalah bentuk tingkah laku kekerasan yang bertujuan merusak, melukai, mencelakakan orang lain baik secara fisik atau verbal ataupun merusak benda yang ada disekitarnya. Semisalnya dengan menendang segala apa yang ada di hadapannya, perilaku agresif ini lebih dominan pada ranah emosi yang diluapkan dengan cara yang negatif.

2. Fase - fase dalam perilaku agresi

Agresivitas secara fisik hampir selalu didahului dengan caci maki atau ancaman, dari analisis situasional mengenai tindakan kekerasan telah membuat para periset menegaskan bahwa suatu kekerasan adalah bagian dari siklus perilaku, ada beberapa fase yang saling berkaitan menurut Breakwell. Gilynis biasanya ditemukan dalam sebagian besar situasi penyerangan, sebagai berikut⁴⁰.

- a. Fase pemicu, adalah titik dimana individu pertama-tama memunjukkan suatu gerakan menjauh dari perilaku normal mereka. Perubahan-perubahan seperti itu ditangkap dalam perilaku nonverbal dan verbal, misalnya tidak bersedia untuk duduk, tidak mampu untuk menunggu sampai anda menyelesaikan

³⁹ Brekwell. GM. Coping agresive behavior. Hlm 17

⁴⁰ Ibid. hlm 75

kalimat anda, menjawab sebelum pertanyaan-pertanyaan diselesaikan, kurang sabar.

- b. Fase eskalasi, fase ini mengarah pada perilaku bringas, perilaku individu semakin menyimpang dari tingkat dasarnya. Jika tidak ada intervensi. Penyimpangan ini akan menjadi semakin nyata dan sulit dialihkan. Misalnya, individu mulai berjalan hilir mudik, kecepatan bicara mereka mungkin meningkat, begitupun dengan volume suaranya, berteriak-teriak atau menjerit dan lain sebagainya.
- c. Fase krisis, dimana individu semakin tegang baik secara fisik, emosional, dan psikologis, kendali atas dorongan-dorongan agresif megendor dan perilaku bringas aktual menjadi lebih mungkin. Misalnya, menendang, mendorong meninju, melempar barang-barang, mengamuk (berusaha mencederai oarng lain).
- d. Fase pemulihan, dalam fase ini individu sedikit demi sedikit akan kembali ke perilaku normal setelah tindak kekerasan tadi terjadi. Pada titik inilah banyak terjadi kekeliruan intervensi. Ketegangan fisik maupun psikologis. Pada tingkat tinggi, individu masih bisa bertahan satu setengah jam setelah insiden berlangsung dan hal tersebut dapat terulang kembali. Misal, pengendalian diri sendiri, menyembunyikan perasaan marah dan mencari saluran penumpahan kebelakang, memikirkan dan menganalisis pengalaman kemarahan itu untuk jangka panjang.
- e. Fase depresi pasca krisis, pada fase ini individu seringkali turun hingga dibawah garis perilaku normal. Kelelahan mental dan fisik adalah umum didahului dengan perubahan-perubahan fisiologis. Dan hal tersebut dapat mengakibatkan individu berlinang air mata (menangis), penuh sesal, merasa bersalah, malu, bingung atau merana.

Dari beberapa fase diatas, maka ada beberapa tahapan dalam hal agresi yang dilakukan individu yang dimulai dari fase pemicu atau terjadinya perilaku agresi, fase eskalsi dimana tindakan agresi itu terjadi, fase krisis dimana individu dapat menendang ataupun melakukan hal yang bisa merusak, fase pemulihan ini terjadi ketika pemulihan pada individu setelah melakukan tindakan kekerasan dan terakhir pada fase depresi pascakrisis, kita dapat melihat rasa bersalah, malu dan bersedih setelah individu melakukan tindakan agresi atau kekerasan.

3. Faktor faktor yang mempengaruhi agresivitas

Banyak faktor yang mempengaruhi agresivitas, salah satunya adalah intensitas komunikasi interpersonal. Pada sub bagian ini akan diungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi agresivitas secara umum. Baron dan Byrne mengelompokkan agresi menjadi tiga pendekatan dalam menerangkan penyebab dasar perilaku agresi, yaitu : biologis, faktor eksternal, dan belajar.

a. Faktor biologis

Menurut pendekatan ini agresi pada manusia seperti telah diprogramkan untuk kekerasan dari pembawaan biologis secara alami. Berdasarkan *instinct theory* seseorang menjadi agresif karena hal itu merupakan bagian alami dari reaksi mereka. Sigmund Freud yang merupakan pelopor teori ini, mengatakan bahwa hal ini (agresif) muncul dari naluri atau *instinct* keinginan untuk mati yang kuat (*thanatos*) yang diproses oleh setiap individu.

Pandangan yang sama juga disampaikan oleh Konrad Lorenz yaitu agresi muncul dari *fighting instinct* atau naluri untuk berkelahi yang ditujukan kepada anggota-anggota spesies yang lain. Lorenz lebih lanjut menyampaikan agresi bukan sesuatu yang buruk, tetapi juga berfungsi untuk menyelamatkan spesies dan individu tersebut. Jika dilihat lebih lanjut pada fungsinya maka agresi merupakan

alat seleksi alam yang sangat efektif. Lorenz mengatakan bahwa fungsi agresi adalah tiga hal, yaitu :

- Membagi atau menyebarkan anggota spesies ke tempat yang lebih luas.
- Alat seleksi alam yang efektif sehingga meningkatkan kemampuan bertahan hidup suatu spesies.
- Membentuk suatu urutan sosial sehingga menstabilkan interaksi dalam kelompok spesies tersebut.

Hal yang negatif baru akan terjadi bila organisme tersebut tidak dapat mengendalikan nalurinya sehingga agresi sama saja dengan pembunuhan. Pandangan yang disampaikan oleh Barash adalah perilaku sosial termasuk agresi dapat dimengerti dalam syarat evolusi. Secara singkat tingklah laku yang menolong individu untuk meneruskan gen mereka kepada generasi selanjutnya akan meningkat secara lazim pada populasi spesiesnya. Begitu juga halnya dengan agresi yang kemudian akan semakin meningkat levelnya dari waktu ke waktu.

b. Faktor eksternal

Hal lain yang dipandang penting dalam pembentukan perilaku agresi adalah faktor eksternal. Menurut Dollard, frustrasi, yang diakibatkan dari percobaan-percobaan yang tidak berhasil untuk memuaskan kebutuhan, akan mengakibatkan perilaku agresif. Frustrasi akan terjadi jika keinginan atau tujuan tertentu dihalangi.

Berkowitz mengatakan bahwa frustrasi menyebabkan sikap siaga untuk bertindak secara agresif karena kehadiran kemarahan (*anger*) yang disebabkan oleh frustrasi itu sendiri. Apakah individu bertindak secara agresif maupun tidak tergantung dari kehadiran isyarat agresif (*aggressive cue*) yang memicu kejadian aktual agresi tersebut. Jadi perilaku agresif mempunyai bermacam-macam penyebab, di mana frustrasi hanyalah salah satunya.

Sears dan kawan-kawan menambahkan bahwa meskipun frustrasi sering menimbulkan kemarahan, dalam kondisi tertentu hal tersebut tidak terjadi. Oleh karena itu, dapat ditarik kesimpulan bahwa peningkatan frustrasi tidak otomatis menimbulkan perilaku agresi, melainkan ada beberapa faktor lain yang dapat mencetusnya.

Menurut Baron dan Byrne, kondisi timbulnya perilaku agresif, yaitu kondisi internal dan kondisi eksternal. Kondisi internal terdiri dari : (1) Kepribadian ; (2) Hubungan interpersonal yang salah satunya adalah komunikasi; (3) Kemampuan. Kondisi eksternal terdiri dari : (1) Frustrasi ; (2) Provokasi langsung yang bersifat verbal ataupun fisik yang mengenai kondisi pribadi; (3). Model yang kurang baik dalam lingkungan.

Penelitian mengenai faktor eksternal sebagai penyebab agresi diteruskan oleh Anderson dan Anderson yang menemukan bahwa panas matahari dapat meningkatkan kecenderungan agresi individu. Mereka berpendapat bahwa agresi manusia naik bersamaan dengan naiknya suhu udara.

c. Faktor belajar

Pendekatan belajar adalah pendekatan lain yang lebih kompleks dalam menerangkan agresi. Ahli-ahli dalam aliran ini meyakini bahwa agresi merupakan tingkah laku yang dipelajari dan melibatkan faktor-faktor eksternal (stimulus) sebagai determinan pembentuk agresi tersebut. Pendekatan ini dikembangkan lagi oleh ahli-ahli lain yang percaya bahwa proses belajar berlangsung dalam lingkup yang lebih luas di samping melibatkan faktor-faktor eksternal dan internal. Faktor tersebut adalah faktor sosial atau situasional.

Aplikasi dan perkembangan pendekatan ini ke dalam perilaku agresif dipelopori oleh Arnold Buss dan Albert Bandura. Teori Buss berfokus pada faktor-faktor sosial dan kepribadian sebagai variabel yang mempengaruhi perilaku agresif

Bandura menekankan bagaimana individu mempelajari perilaku agresif dengan mengamati orang lain dan memelopori penelitian mengenai efek-efek melihat kekerasan dimedia masa.

Menurut Bandura dan kawan-kawan, agresi dapat dipelajari dan terbentuk melalui perilaku meniru atau mencontoh perilaku agresi yang dilakukan oleh individu lain yang dianggap sebagai suatu contoh atau model. Dalam hal ini, individu dapat mengendalikan perilaku yang ditirunya dan menentukan serta memilih obyek imitasinya. Proses ini disebut proses imitasi.

Sears dan kawan-kawan memperjelasnya dengan menambahkan sebuah mekanisme penting dalam proses belajar. Proses tersebut adalah proses penguatan. Proses penguatan adalah proses penyerta yang akan menentukan apakah perilaku imitasi sebelumnya akan diinternalisasi atau tidak. Jika suatu perilaku mendapatkan penguatan (*reinforcement*) atau terasa menyenangkan, maka timbul keinginan untuk mengulangnya. Sebaliknya, jika perilaku tersebut mengakibatkan individu dihukum atau merasa tidak menyenangkan, individu cenderung untuk tidak mengulangnya.

Brigham (1991) mengemukakan tiga faktor yang mempengaruhi agresi, yaitu:

- Proses belajar adalah mekanisme utama yang menentukan perilaku agresif pada manusia. Contohnya adalah pada bayi yang baru lahir yang selalu menampilkan agresivitas yang sangat impulsif. Perilaku ini akan semakin berkurang dengan bertambahnya usia, yang berarti bayi tersebut melakukan proses belajar untuk menyalurkan agresivitasnya hanya pada saat-saat tertentu saja. Proses belajar ini termasuk belajar dari pengalaman, *trial and error*, pengajaran moral, menerima instruksi, dan pengamatan terhadap perilaku orang lain.
- Individu akan cenderung mengulang suatu perilaku apabila perilaku tersebut memberikan efek yang menyenangkan. Hal ini disebut sebagai penguatan atau

reinforcement. Sebaliknya apabila memberikan efek yang tidak menyenangkan, maka perilaku tersebut cenderung tidak akan diulangi.

- Proses imitasi adalah proses peniruan tingkah laku seorang model. Proses ini disebut juga proses modeling. Proses ini dapat diaplikasikan pada semua jenis perilaku, termasuk perilaku agresif. Setiap individu, terutama anak-anak, memiliki kecenderungan yang kuat untuk berimitasi. Proses ini tidak dilakukan terhadap semua orang tetapi terhadap figur-figur tertentu seperti orang-orang terkenal, memiliki kekuasaan, sukses, atau orang yang sering ditemui mereka. Figur yang biasanya menjadi model tersebut adalah orang tua anak itu sendiri. Oleh sebab itu, perilaku agresif anak-anak sangat tergantung pada cara orang tua memperlakukan mereka dan diri mereka sendiri.

Pada pendekatan belajar ini terlihat lebih optimis karena adanya kemungkinan untuk mencegah atau mengontrol perilaku agresi seseorang. Jika perilaku agresi merupakan bentuk belajar, maka bukanlah tidak mungkin untuk merubah atau memodifikasinya.

4. Penyebab Agresi

Menurut David G. Myers menyebutkan ada 4 hal yang membuat seseorang terpengaruh untuk berperilaku agresif⁴¹, seperti :

- a. Peristiwa tidak menyenangkan. penyebab timbulnya agresi sering kali bermacam-macam pengalaman yang tidak menyenangkan seperti sakit, panas, penyerangan atau kesesakan. Dalam penelitian yang dilakukan Nathan Azrin (1967) dan Berkowitz (1983, 1989, 1998) menyatakan bahwa pengalaman tidak menyenangkan merupakan penyebab dasar dari agresi, dan siksaan yang berasal dari kondisi depresi dapat meningkatkan kemungkinan permusuhan

⁴¹ Myers. David G. Psikologi sosial. Jakarta : Salemba Hlm 83

dan perilaku agresif. Iklim yang panas juga menjadi sumber rasa tidak nyaman pemicu agresivitas. Salahsatunya penelitian yang di lakukan di enam kota menunjukkan bahwa saat cuaca panas kekerasan lebih banyak terjadi (Anderson & Anderson, 1984; Cohn, 1993; Cotton, 1981; Herries & Stadler, 1988; Rotton & Frey, 1985)

- b. Keterbangkitan (*arousal*), kondisi terbangkitkannya tubuh dapat memunculkan suatu emosi atau tidak tergantung dari pengenalan dan makna tersebut bagi seseorang. Frustrasi, suhu yang panas, penghinaan dapat memperkuat kebangkitan fisik, ketika hal itu terjadi, keterbangkitan fisik ditambah dengan pikiran dan perasaan bermusuhan dapat melahirkan perilaku agresif.
- c. Media massa, pengaruh media massa dianggap sebagai salah satu faktor terkuat yang bertanggungjawab atas peningkatan agresi, khususnya kalangan remaja dan anak-anak. Efek agresi di media terhadap perilaku bisa mamifestasikan diri dengan dua cara ; (1) secara spesifik, perilaku yang diperlihatkan merupakan peniruan langsung terhadap perilaku yang dipertontonkan di media; (b) secara umum, pengamatan terhadap suatu bentuk agresi tertentu meningkatkan kemungkinan respons agresif dalam bentuk yang berbeda dengan perilaku yang dipertontonkan di media⁴².
- d. Kondisi dalam kelompok. Keadaan yang memicu individu dapat memicu kelompok. Dengan adanya penyebaran tanggungjawab dan tindakan polarisasi, kondisi dalam kelompok memperkuat reaksi agresif. Seperti hasil analisis data pembunuhan pada tahun 1899 dan 1946 yang dilakukan Brian Mullen (1986) menghasilkan: semakin banyak orang yang terlibat pembunuhan maka semakin sadis pembunuhan dan mutilasi yang dilakukan.

⁴² Krahe, Barbara. Buku panduan psikologi sosial perilaku agresif. Hlm 149

5. Bentuk bentuk Agresi

David G. Myers membagi bentuk agresi menjadi dua macam, (1) *hostile aggression*, agresi yang didorong oleh kemarahan dan dilakukan dengan tujuan melampiaskan kemarahan itu sendiri, merusak, melukai atau merugikan; (2) *instrumental aggression*, agresi yang digunakan sebagai alat untuk mencapai tujuan lain. Menurut pendapat Arnold H. Buss dan Mark Perry (1992) membagi perilaku agresi menjadi empat macam⁴³ :

- a. Agresi verbal yaitu, suatu tindakan dalam bentuk ucapan yang dapat menyakiti orang lain. Perilaku verbal bisa berupa menghina, mengancam, memaki, menjelek-jelekan orang lain.
- b. Agresi non-verbal yaitu, suatu perilaku dalam bentuk tindakan fisik yang dapat merugikan, merusak, dan melukai orang lain. Perbuatan tersebut bisa berupa menendang, meludahi, memukul.
- c. Agresi kemarahan yaitu, suatu bentuk agresi yang sifatnya tersembunyi dalam perasaan seseorang tapi efeknya juga dapat menyakiti orang lain. Dalam hal ini perilakunya bisa tampak dan juga tak tampak. Sebab kemarahan yang ditimbulkan ini bersifat sementara ataupun dapat pula menetap.
- d. Agresi permusuhan yaitu, suatu bentuk agresi berupa perasaan negatif terhadap orang lain yang muncul karena perasaan tertentu, misalnya cemburu, dengki Agresi permusuhan ini dapat ditimbulkan dari beberapa agresi yang telah disebutkan diatas.

Perilaku agresi sendiri mempunyai berbagai macam bentuk yang ditampilkan, diantaranya secara fisik (non verbal) dengan memendang, memukul, ataupun yang lainnya, dan juga bersifat verbal dengan cara mencemooh ataupun mengolok-olok, sehingga menyakitkan hati orang lain. Bentuk perilaku agresi disini merupakan

⁴³ Buss, Arnold H.; Perry, Mark. "The Aggression Questionnaire." *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 63(3), Sep 1992, 452-459.

maksud untuk menyakiti dan melukai orang lain baik secara sengaja ataupun tidak sengaja. Dalam hal ini bentuk agresi secara umum dapat disimpulkan bahwa ada empat bentuk agresi yang merujuk pada teori dari Buss dan Perry yaitu agresi dalam bentuk verbal, agresi fisik, agresi kemarahan dan agresi permusuhan.

D. Perspektif Islam tentang kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional, dan agresivitas.

1. Kecerdasan intelegensi dalam Islam

Kecerdasan intelektual adalah kemampuan intelektual, analisi, logika, dan rasio. Ia merupakan kecerdasan untuk menerima, menyimpan, dan mengolah informasi menjadi fakta. Bagi orang dengan kecerdasan intelektual yang baik tidak ada informasi yang sulit, semuanya dapat disimpan dan diolah dan diinformasikan kembali. Proses menerima, menyimpan, dan mengolah kembali informasi (baik informasi yang didapat lewat pendengaran, penglihatan, atau penciuman) biasa disebut "berfikir". Berfikir adalah media untuk menambah perbendaharaan atau khazanah otak manusia. Manusia memikirkan dirinya, orang-orang disekitarnya dan alam semesta. Dengan daya pikirnya, manusia berupaya menyejahterakan diri dan kualitas kehidupannya.

Pentingnya mendayagunakan akal sangat dianjurkan oleh Islam. Tidak terhitung banyaknya ayat-ayat Al-Quran dan Hadis Rasulullah SAW yang mendorong manusia untuk selalu berfikir dan merenung. Manusia tidak hanya disuruh memikirkan dirinya tetapi juga dipanggil untuk memikirkan alam jagad raya. Dalam konteks Islam, memikirkan alam semesta akan mengantarkan manusia pada kesadaran akan kemahakuasaan Sang Pencipta (Allah SWT). Dari pemahaman inilah tumbuh tauhid yang murni. Pengertian agama adalah akal, tidak ada agama

bagi orang yang tidak berakal hendaknya dimaknai dalam konteks ini. Lihat ayat-ayat berikut :

إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَالْفَلَكَ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ
النَّاسَ وَمَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ مِنْ مَّاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ
وَتَصْرِيفِ الرِّيْحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ ﴿١٦٤﴾

“Sesungguhnya dalam penciptaan langit dan bumi, silih bergantinya malam dan siang, bahtera yang berlayar di laut membawa apa yang berguna bagi manusia, dan apa yang Allah turunkan dari langit berupa air, lalu dengan air itu dia hidupan bumi sesudah mati (kering)-nya dan dia sebarkan di bumi itu segala jenis hewan, dan pengisaran angin dan awan yang dikendalikan antara langit dan bumi; sungguh (terdapat) tanda-tanda (keesaan dan kebesaran Allah) bagi kaum yang memikirkan. <<Q.S Al Baqarah : 164>>

Potongan ayat Al-qur'an diatas bermaksud mendorong manusia untuk memikirkan kejadian langit dan bumi, pergantian malam dengan siang, dan betapa air hujan mengubah tanah yang tandus menjadi hijau kembali.

Didalam Al-Qur'an kecerdasan intelektual dapat dihubungkan dengan beberapa kata kunci seperti kata "Aql" (secara harfiah berarti mengingat). Al Ghazali menyebutkan akal manusia sangat beragam dan dapat dikelompokkan atas (1) akal praktis (*Al-'amilat*) dan (2) akal teoritis (*al-'alimat*), sedangkan berdasarkan tinggi jangkauannya dapat dibedakan menjadi : akal material, akal mungkin, akal actual, dan akal perolehan. Akan tetapi, kemampuan ini ada batasnya, di atas akal ada ilham yang dimensinya lebih tinggi dan mendekati hakikat. Setelah tenggelam dalam tasawuf, al-Ghazali membagi akal menjadi (1) akal (berpikir dan belajar) dan (2) taklid (mengikuti) kepada Nabi.

Menurut Ma'an Zidayat dan ar-Raghib Al-Ashfahany, secara etimologi akal memiliki arti *al-imsak* (menahan), *al-ribath* (ikatan), *an-nahyy* (melarang), dan *man'u* (mencegah). Kata akal sendiri tidak ditemukan dalam kata benda, sehingga perlu di tinjau lagi untuk mengetahui makna sebenarnya tentang akal.

Sedangkan Mujib dan Mudzakir berpendapat bahwa orang yang berakal yaitu orang yang mampu menahan dan mengikat hawa nafsunya. Jika hawa nafsunya terikat rasionalitasnya mampu bereksistensi. Kata "jiwa" menemukan hal yang lain, yang bisa beupa *nafs* atau *qalb*, tetapi tidak terlalu keliru jika kiranya orang berakal itu adalah mereka yang telah memahami sesuatu. Berakal merupakan "percikan *qalb*", artinya ada secercah sinar yang keluar atau membias dari *qalb*. Pemahaman adalah sesuatu yang mendalam dan membutuhkan perhitungan baik-buruk dan untung rugi secara fisik dan psikis sehingga tidak mudah bagi seseorang yang sudah memahami hakikat sesuatu untuk melanggar apalagi menentang.

Menurut Ma'an Zidayat, seseorang mampu memperoleh pengetahuan dengan akal melalui daya nalar, dengan tabiat melalui daya naluriah atau daya alamiah dengan hati melalui daya rasa. Akal merupakan fasilitas manusia untuk memahami dan menyampaikan materi atau informasi secara informasi secara sistematis dan terukur. Kemampuan tentu terbatas oleh kekurangan seseorang dalam mencurahkan dayanya, baik dalam bentuk verbal atau tulisan. Pembatasan itu sendiri sebenarnya masih relative dan dinamis, tidak bisa dikondisikan hanya melihat kurun waktu atau zaman kehidupan yang sedang berlangsung saat ini, tapi lebih penting juga dengan membandingkan dengan masa silam. Bukankah kemampuan manusia dalam menyampaikan pesan baik secara verbal atau tulisan bahkan isyarat terus berkembang dinamis suatu alat ukur kemanusiaan berbentuk kognitif yang rasional.

Menurut abi al-Baqa’Ayyub ibn Musa al-Kufi memiliki banyak nama, tercatat empat nama yang menonjol yaitu ⁴⁴:

- a. *Al-lub*, karena ia merupakan cerminan kesucian dan kemurnian Tuhan. Aktifitasnya adalah berdzikir dan berpikir.
- b. *Al-hujah*, karena akal ini dapat menunjukkan bukti-bukti yang kuat dan menguraikan hal-hal yang abstrak.
- c. *Al-hijr*, karena akal mampu mengikatkan keinginan seseorang hingga membuatnya bias menahan diri.
- d. *Al-nuha*, karena akal merupakan puncak kecerdasan, pengetahuan dan penalaran.

Suharsono (2002), yang perlu diperhatikan adalah bahwa IQ merupakan kadar kemampuan seorang atau anak dalam menyerap pada hal-hal yang bersifat fenomenal, faktual, data dan perhitungan, itu semua tercermin dalam alam semesta sebagaimana firman Allah SWT, Q.S. Al-Ghaasyiyah : 17 – 20 :

أَفَلَا يَنْظُرُونَ إِلَى الْإِبِلِ كَيْفَ خُلِقَتْ ﴿١٧﴾ وَإِلَى السَّمَاءِ كَيْفَ رُفِعَتْ ﴿١٨﴾ وَإِلَى الْجِبَالِ كَيْفَ نُصِبَتْ ﴿١٩﴾ وَإِلَى الْأَرْضِ كَيْفَ سُطِحَتْ ﴿٢٠﴾

Artinya : “Maka apakah mereka tidak memperhatikan unta bagaimana dia diciptakan. Dan langit, bagaimana ia ditinggikan? Dan gunung-gunung bagaimana ia ditegakkan? Dan bumi bagaimana ia dihamparkan?”

Kesimpulan Kenseptual

Ayat-ayat Al-Qur’an diatas menjelaskan bahwa manusia itu mengalami perkembangan baik tubuh maupun kemampuan berpikirnya (kecerdasan akalnya). Akal manusia berkembang dari tidak bisanya ia menalar menjadi bias ketika dewasa. Oleh karena itu, kecerdasan akan seseorang itu bisa dipersiapkan dan dikembangkan.

⁴⁴ Abdullah, Udik. 2005. Meledakkan IESQ dengan langkah takwa & tawakal. Jakarta : Zikrul hakim. Hlm 48

Keistimewaan manusia yang membedakannya dari makhluk Allah adalah akal yang dianugerahkan Allah padanya, sehingga ia mampu berpikir dan memungkinkan pula baginya untuk mengamati, menganalisis banyak hal dan kejadian kemudian menyimpulkan keseluruhan permasalahan. Kemampuan manusia untuk berpikir inilah yang menjadikannya sebagai makhluk-Nya yang diberi amanat untuk dapat beribadah kepada-Nya serta diberi tanggung jawab dalam segala pilihan dan keinginannya. Akal pula yang menjadikan manusia terpilih untuk menjadi khalifah dimuka bumi ini dan kewajiban untuk membangunnya dengan sebaik-baiknya.

2. Kecerdasan emosional dalam Islam

Kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energy, informasi koneksi, dan pengaruh yang manusiawi. Dapat dikatakan bahwa EQ adalah kemampuan mendengar suara hati sebagai sumber informasi. Untuk pemilik EQ yang baik, baginya informasi tidak hanya didapat lewat panca indra tapi ada sumber lain dari dalam dirinya sendiri yakni suara hati. Bahkan sumber informasi yang disebut terakhir akan menyaring dan memilah informasi yang didapat dari panca indra.

Hati adalah sumber keberanian dan semangat, integritas, dan komitmen. Hati merupakan sumber energi dan perasaan terdalam yang member dorongan untuk belajar, menciptakan kerja sama, memimpin, dan melayani. Keharusan memelihara hati agar tidak kotor dan rusak sangat dianjurkan oleh Islam. Hati yang bersih dan tidak tercemar dapat memancarkan EQ dengan baik. Diantara hal yang merusak hati dan memperlemah daya kerjanya adalah dosa. Oleh karena itu, ayat-ayat Al-Quran dan Hadis Rasulullah SAW banyak bicara tentang kesucian hati.

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنسِ ۗ لَهُمْ قُلُوبٌ لَّا يَفْقَهُونَ بِهَا وَهُمْ
 أَعْيُنٌ لَّا يُبْصِرُونَ بِهَا وَهُمْ ءَاذَانٌ لَّا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلَّ هُمْ أَضْلُ أُولَئِكَ
 هُمُ الْغَافِلُونَ ﴿١٧٩﴾

Dan Sesungguhnya kami jadikan untuk (isi neraka Jahannam) kebanyakan dari jin dan manusia, mereka mempunyai hati, tetapi tidak dipergunakannya untuk memahami (ayat-ayat Allah) dan mereka mempunyai mata (tetapi) tidak dipergunakannya untuk melihat (tanda-tanda kekuasaan Allah), dan mereka mempunyai telinga (tetapi) tidak dipergunakannya untuk mendengar (ayat-ayat Allah). mereka itu sebagai binatang ternak, bahkan mereka lebih sesat lagi. mereka Itulah orang-orang yang lalai. <<Q.S. Al-A'raf ayat 179>>

Dari potongan ayat di atas menyatakan bahwa orang yang hatinya tidak dapat berfungsi sebagaimana mestinya disebabkan kotor disamakan dengan binatang, bahkan lebih hina lagi.

Dalam perspektif Islam emosi identik dengan nafsu yang dianugerahkan oleh Allah SWT. Nafsu inilah yang membawa manusia menjadi manusia yang baik atau manusia yang berperilaku jelek⁴⁵. Dalam perspektif Islam kecerdasan emosi intinya adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosinya. Hal ini sesuai dengan ajaran Islam bahwa Allah memerintahkan kita untuk menguasai emosi kita dan juga mengontrol seperti firman Allah dalam Q.S. Al Hadiid ayat 22-23

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّن قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا ۚ إِنَّ
 ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۗ وَاللَّهُ لَا
 يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿٢٣﴾

Artinya : "Tiada suatu bencana pun yang menimpa di bumi dan (Tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan Telah tertulis dalam Kitab (Lauhul Mahfuzh) sebelum kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah. (Kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu

⁴⁵ Kualifah. 2009. Psycho Islamic smart parenting. Jogjakarta : Diva press. Hlm 128

jangan terlalu gembira^[1459] terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri,”

[1459] yang dimaksud dengan terlalu gembira: ialah gembira yang melampaui batas yang menyebabkan kesombongan, ketakaburan dan lupa kepada Allah.

Dari ayat tersebut menjelaskan bahwa Allah memerintahkan kita untuk menguasai emosi kita, mengendalikannya, dan juga mengontrolnya. Seseorang diharapkan untuk tidak terlalu bahagia ketika mendapatkan apa yang diinginkan terpenuhi dan tidak terlalu bersedih ketika apa yang dimilikinya hilang. Karena semua yang ada di dunia ini adalah milik Allah Swt.

Seseorang yang memiliki kecerdasan emosi akan mampu menguasai situasi yang penuh dengan tantangan⁴⁶. Yang biasanya dapat menimbulkan ketegangan dan kecemasan sehingga akan lebih tangguh dalam menghadapi persoalan hidup, juga akan berhasil mengendalikan reaksi dan perilakunya, serta mampu menghadapi kegagalan dengan baik. Pengendalian emosi dan tidak adanya tindakan agresi terhadap orang lain yang disebabkan oleh emosi yang berlebihan serta selalu tenang akan menciptakan harmonisasi dalam berinteraksi dan juga mendorong untuk introspeksi diri sebagai firman Allah SWT dalam QS. Fushilat ayat 34

وَلَا تَسْتَوِ الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ۚ ادْفَعْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ ﴿٣٤﴾

Artinya: “Dan tidaklah sama kebaikan dan kejahatan. Tolaklah (kejahatan itu) dengan cara yang lebih baik, Maka tiba-tiba orang yang antaramu dan antara dia ada permusuhan seolah-olah Telah menjadi teman yang sangat setia.”

Kesimpulan Konseptual

Dari beberapa ayat di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional dalam perspektif Islam merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri, intrapersonal, menguasai dan mengontrol emosinya (kognitif), serta mampu

⁴⁶ ibid. Hlm 131

bersabar dalam menghadapi setiap kesulitan (managemen stress), dengan memberi respon yang positif dari kesulitan tersebut (afeksi) dan menghargai orang lain (intrapersonal). Salah satu cara untuk mengendalikan emosi merupakan menumbuhkan ketaqwaan kepada Allah SWT di dalam diri manusia masing-masing.

3. Perilaku agresif dalam Islam

Sepanjang tahun 2012 lalu banyak dijumpai kasus agresivitas yang mengarah kearah kekerasan. Beberapa remaja terlibat dalam tawuran, perkelahian massal, pembunuhan serta kasus kekerasan pada anak yang semakin meningkat.

Padahal apabila dikembalikan ke ajaran agama Islam tidak pernah mengajarkan adanya tindakan kekerasan yang mengakibatkan banyak korban berjatuh. Di dalam Al-Qur'an Allah telah memerintahkan kepada manusia untuk berlaku adil dan berbuat kebajikan dan melarang perbuatan keji dan mungkar, sebagaimana telah disebutkan dalam Al-Qur'an dalam QS. An Nahl 90 sebagai berikut :

﴿ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايَ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ
وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴾

Artinya : “Sesungguhnya Allah menyuruh (kamu) berlaku adil dan berbuat kebajikan, memberi kepada kaum kerabat, dan Allah melarang dari perbuatan keji, kemungkaran dan permusuhan. dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran.”

Dari ayat tersebut diatas dapat diambil sebuah intisari bahwa Allah telah menyuruh manusia untuk selalu berbuat kebaikan, melarang perbuatan yang keji, kemungkaran dan perbuatan yang mengarahkan kearah permusuhan yang tentunya akan merugikan diri sendiri dan orang lain.

Padahal jelas-jelas Allah telah mengancam bagi siapa saja dan mereka yang melakukan perbuatan yang aniaya dan dzalim dengan ancaman siksaan yang sangat pedih, sebagaimana telah Allah firmankan dalam Surat Asy- Syuura' ayat 42 :

إِنَّمَا السَّبِيلُ عَلَى الَّذِينَ يَظْلِمُونَ النَّاسَ وَيَبْغُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ أُوتِيَكَ لَهُمْ
عَذَابٌ أَلِيمٌ ﴿٤٦﴾

Artinya : "Sesungguhnya dosa itu atas orang-orang yang berbuat zalim kepada manusia dan melampaui batas di muka bumi tanpa hak. mereka itu mendapat azab yang pedih."

Dalam surat lain Allah juga mengancam bahwa barang siapa yang mendzalimi orang lain, melanggar hak manusia dan melakukan perbuatan aniaya yang mengarah ke sebuah permusuhan akan diancam dengan siksaan api neraka. Hal ini dapat kita temui dalam surat an-Nisa' ayat 30 :

وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصَلِّيهِ نَارًا ۖ وَكَانَ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرًا ﴿٣٠﴾
Artinya : "Dan barangsiapa berbuat demikian dengan melanggar hak dan aniaya, Maka kami kelak akan memasukkannya ke dalam neraka. yang demikian itu adalah mudah bagi Allah."

Oleh karenanya Islam melarang sikap agresif terhadap orang lain karena melanggar hak orang lain. Sikap kasih sayang membawa kepada kebaikan sebagaimana firman Allah An Nahl ayat 125.

ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ ۗ وَجِدِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۚ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ
أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ ۗ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ ﴿١٢٥﴾

Artinya : "Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pelajaran yang baik dan bantahlah mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhanmu dialah yang lebih mengetahui tentang siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan dialah yang lebih mengetahui orang-orang yang mendapat petunjuk."

Dari ayat tersebut di atas Allah telah memerintahkan kepada manusia untuk berbuat baik dalam berhubungan dengan orang lain. Perilaku marah atau agresif tidak memiliki pertimbangan pikiran yang sehat.

Seseorang yang berstatus pemaarah (agresif) tidak memiliki kontrol diri yang baik, baik dalam ucapan maupun perbuatan, bahkan cenderung berfikir negatif terhadap maksud baik orang lain. Kehidupannya seperti binatang buas (subu'iyah) yang hanya ingin mempertahankan dirinya (defensive) tanpa memperhatikan hak-hak orang lain. Pertahanan diri pemaarah bersifat negatif seperti tidak segan menyakiti, menyiksa, memperkosa, dan membunuh oranglain. Gangguan kepribadian agresif sebenarnya berlawanan dan menyalahi fitrah asalnya. Kemarahan muncul akibat bisikan dan campur tangan setan.

E. Pengaruh kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas

Agresivitas merupakan suatu perilaku yang bertujuan untuk menyakiti orang lain dengan sengaja. Secara tipikal agresi didefinisikan oleh para psikologi sebagai setiap bentuk perilaku yang dimaksudkan untuk menyakiti atau merugikan seseorang yang bertentangan dengan kemauan orang itu. Ini berarti bahwa menyakiti orang lain secara sengaja bukanlah agresi.

Sedangkan definisi dari kecerdasan intelektual yang dikatakan Super dan Cites, intelegensi ialah kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan atau belajar dari pengalaman, begitu juga dengan Mujib dan Mudzakir yang berpendapat bahwa orang yang berakal yaitu orang yang mampu menahan dan mengikat hawa nafsunya.

Selanjutnya kecerdasan emosional mempunyai pengertian kemampuan individu untuk mengendalikan dan mengelola emosi diri, sehingga meningkatkan kualitas pribadi, seperti meningkatkan motivasi diri, kemampuan menangani stres, kemampuan menyesuaikan diri, memecahkan berbagai masalah dan kemampuan

untuk memelihara hubungan dengan orang lain dengan cara mengenali emosi orang lain dan bertindak bijaksana dalam hubungan antar manusia.

Dari definisi tiga variabel di atas, terlihat bahwa kecerdasan intelektual berpengaruh terhadap perilaku agresivitas, karena kecerdasan intelektual mempunyai kemampuan untuk mengontrol tindakan manusia untuk selalu melakukan adaptasi dan penyesuaian di lingkungannya. Selain itu juga berfungsi untuk membantu seseorang untuk memperhitungkan dampak atau efek samping sebelum melakukan suatu tindakan.

Selain kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional juga memberikan sumbangan yang besar dalam mempengaruhi perilaku agresivitas. Kecerdasan emosional menunjukkan kemampuan seseorang dalam mengatur emosinya sehingga dalam menjalin hubungan dengan orang lain dapat terbentuk hubungan yang harmonis. Kecerdasan emosional juga menjadikan seseorang untuk mampu menangani stress dan menanggulangi pemasalah dengan meningkatkan motivasi dirinya.

Kemampuan menganalisa yang di tunjukkan oleh kecerdasan intelektual dan kemampuan mengendalikan dan mengelola emosi diri yang di berikan kecerdasan emosional menjadi kombinasi yang tepat dalam mengatur perilaku seseorang agar mampu mengontrol diri sehingga tidak berperilaku agresif.

F. Hipotesis penelitian

Hipotesis merupakan penjelasan tentatif tentang sesuatu yang biasanya menunjukkan bagaimana variabel tertentu saling berhubungan⁴⁷. Dikatakan tentatif atau sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan atas teori yang relevan, belum didasarkan atas fakta empiris yang diperoleh dari pengumpulan

⁴⁷ Shaughnessy, John J. dkk. Metode penelitian dalam psikologi ed. 9. 2012. Jakarta Salemba Humanika

data. Ada dua jenis hipotesis yang ingin diuji dalam penelitian ini, yaitu hipotesis mayor dan hipotesis minor. Rumusan hipotesis mayor yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada siswa, sedangkan hipotesis minornya adalah :

1. Ada pengaruh kecerdasan intelektual terhadap agresivitas pada siswa Madrasah Aliyah Darul Karomah Randuagung
2. Ada pengaruh kecerdasan emosional terhadap agresivitas pada siswa Madrasah Aliyah Darul Karomah Randuagung

