

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Pola *Attachment*

1. Pengertian *Attachment*

Attachment adalah sebuah istilah yang pertama kali diperkenalkan oleh J. Bowlby tahun 1958 untuk menggambarkan pertalian atau ikatan antara ibu dan anak (Johnson & Medinnus dalam Desmita, 2009). Menurut Martin Herbert dalam *The Sosial Sciences Encyclopedia*, *attachment* mengacu pada ikatan antara 2 orang individu atau lebih, sifatnya adalah hubungan psikologis yang deskriminatif dan spesifik serta mengikat seseorang dengan orang lain dalam rentang waktu dan ruang tertentu (Kuper & Kuper dalam Desmita, 2009). Ferman (dalam Desmita, 2009) mendefinisikan *attachment* sebagai “*the positive emotional bond that develops between a child and a particular individual*”. Menurut Seifert & Hoffnung (dalam Desmita, 2009), *attachment* adalah “*an intimate and enduring emotional relationship aperiodic desire to maintain physical closeness*”.

Menurut Santrock (2002) *attachment* mengacu pada suatu relasi antara dua orang yang memiliki perasaan yang kuat satu sama lain dan melakukan banyak hal bersama untuk melanjutkan hubungan tersebut. Dalam bahasa psikologi perkembangan, kelekatan adalah suatu relasi antara figur sosial tertentu dengan suatu fenomena tertentu yang

dianggap mencerminkan karakteristik relasi yang unik. Papalia dan Old mengartikan *attachment* sebagai ikatan emosional menetap yang timbal balik antara bayi dengan pengasuh dan masing-masing berkontribusi terhadap kualitas hubungan tersebut.

Thomae (dalam Monk dkk, 2006) mengemukakan bahwa tingkah laku lekat (*attachment behavior*) manusia merupakan hal yang sentral. Ia berpendapat bahwa hal yang penting dalam perkembangan tingkah laku lekat tadi.

Ainsworth mengenai kelekatan. Ainsworth (dalam Ervika, 2000) mengatakan bahwa kelekatan adalah ikatan emosional yang dibentuk seorang individu dengan orang lain yang bersifat spesifik, mengikat mereka dalam suatu kedekatan yang bersifat kekal sepanjang waktu.

Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat ditarik bahwa pola *attachment* adalah relasi antara individu yang satu dengan individu yang lain yang spesifik, yang mengikat dalam rentang waktu tertentu.

2. Perkembangan *Attachment* Remaja

Attachment yang terbentuk antara bayi dan orangtua (hubungan sosial pertama dalam hidup manusia) merupakan landasan dasar bagi hubungan manusia pada masa selanjutnya (Erickson, Sroufe & fleeson dalam Kail & Cavanaugh, 2000). Bowlby mengatakan bahwa anak masih membutuhkan orangtua sebagai figur *attachment* selama masa kanak-kanak dan remaja. Remaja tetap memperoleh dukungan dan perlindungan

dari orangtua (sebagai *figur attachment*). Namun, pada masa remaja keinginan remaja mencari kedekatan dan mengandalkan *figur attachment* pada saat mereka merasa tertekan cenderung menurun tetapi untuk perasaan ketersediaan *figur attachment* tidak mengalami penurunan (Lieberman, Doyle & Markiewicz dalam Doyle & Moretti, dalam Santrock, 2002). Menurut Bowlby (dalam Doyle & Moretti, dalam Santrock, 2002) meskipun frekuensi dan intensitas beberapa perilaku *attachment* diketahui menurun seiring bertambahnya usia namun, kualitas ikatan *attachment* remaja akan tetap stabil. Memasuki usia remaja, mereka lebih menjalin hubungan yang lebih dekat dengan teman sebaya. Namun, menurut Greenberg, et, al; Kobak & Scroery (dalam Santrock, 2002) meskipun hubungan dengan teman sebaya menjadi sangat penting bagi remaja akan tetapi *attachment* terhadap dengan orangtua tetap menjadi sumber utama dalam memberikan rasa aman pada remaja. Adapun ciri afektif yang menunjukkan kelekatan antara lain hubungan bertahan cukup lama, ikatan tetap ada walaupun figur lekat tidak tampak dalam jangkauan mata anak, bahkan jika figur digantikan oleh orang lain dan kelekatan dengan figur lekat akan menimbulkan rasa aman (dalam Santrock, 2002)

Terdapat perubahan yang kompleks pada hubungan anak dan orangtua selama masa remaja. Beberapa studi menunjukkan kualitas *attachment* yang aman pada kedua orangtua mengalami penurunan bersamaan dengan datangnya pubertas. Namun penelitian yang lain menunjukkan

bahwa hanya komponen-komponen tertentu yang mengalami perubahan dan yang lain tetap stabil misalnya kebutuhan mencari kedekatan dan sandaran pada orang tua saat kondisi stres, mengalami penurunan, namun mereka masih tetap membutuhkan keyakinan akan kehadiran orangtua. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemeliharaan kedekatan fisik dengan orang tua dan kebutuhan untuk dilindungi pada kondisi yang mengancam atau stres, kurang begitu penting bagi remaja, disebabkan oleh kapasitas mental dan fisik remaja mengalami peningkatan (antara lain mekanisme *coping* yang semakin kompleks). Namun, keyakinan bahwa figur lekat (orangtua) tetap ada (seperti keyakinan bahwa orang tua selalu terbuka untuk komunikasi dan siap membantu ketika remaja membutuhkan) tetaplah penting. Terlebih lagi meskipun frekuensi dan intensitas beberapa perilaku kelekatan diakui mengalami penurunan bersamaan dengan usia, namun kualitas *attachment* dianggap relatif stabil. Remaja memiliki kemampuan yang baik dalam menyeimbangkan kebutuhan mereka untuk mencapai otonomi, dengan keinginan mereka untuk tetap memelihara *attachment* dengan orang tua, terutama dalam konteks dimana terjadi perbedaan pendapat antara remaja dengan orang tua dan hal tersebut dianggap sebagai manifestasi dari *attachment* yang aman. Perkembangan *attachment* yang baru pada masa remaja melibatkan sebuah transisi dari fokus utama orang tua sebagai figur *attachment* kepada figur teman sebaya dan kawan akrab sebagai figur *attachment*. Perubahan ikatan *attachment* terjadi ketika remaja

mempelajari dan mengembangkan hubungan dengan selain keluarga. Kebebasan dan hubungan dengan orang lain menjadi semakin penting dan remaja mulai mengidentifikasi dirinya dengan lebih sering mencari dukungan dari kawan sebaya. Waktu dan keberagaman aktivitas dengan teman sesama jenis mencapai puncak pada tingkat 9, kemudian menurun ketika remaja yang lebih tua menghabiskan lebih banyak waktu dengan kawan akrab. Mulai dari usia 9 Tahun anak-anak lebih condong ke teman sebaya dari pada ke orang tua mereka dalam hal aktivitas bersama, dan ketika berusia 12-13 Tahun kebersamaan dengan teman sebaya dilakukan untuk mendapatkan kenyamanan psikologis. Namun, remaja akhir biasanya lebih condong ke orang tua, terutama ibu, dibandingkan ke sahabat terbaik mereka, dan ini dianggap sebagai manifestasi dari *attachment* yang aman (Ofra mayseles dalam Sakdiyah,2011).

Attachment dengan kawan akrab. Penelitian *attachment* remaja cenderung memfokuskan pada *attachment* teman sebaya (*peer*) dengan sedikit studi yang memperhatikan *attachment* pada teman dekat. Akan tetapi, Scheneider dkk mengatakan bahwa hubungan *attachment* dengan teman dekat harus dianggap sebagai sesuatu yang terpisah dari hubungan kawan sebaya yang luas. Mereka berpendapat bahwa hubungan yang dekat sebelumnya dan selanjutnya (misalnya orang tua dan partner romantis) kurang lebih sama dengan hubungan remaja dengan kelompok sebaya. Hubungan yang dekat pada remaja dapat dikembangkan dengan kawan sebaya, pacar, atau saudara

kandung, dan selama periode ini hubungan menjadi lebih *signifikan* (Sakdiyah,2011).

3. Pola *Attachment* Remaja

Bowlby (1982) mengatakan bahwa hubungan *attachment* pada bayi mempunyai kemiripan pada hubungan yang terjadi pada masa remaja dan dewasa yaitu, menggambarkan sejumlah hubungan yang dekat antara orang tua dan anak. Namun, bentuk hubungan *attachment* antara anak-anak dan remaja atau dewasa memiliki penekanan yang berbeda. Pada masa anak-anak mereka hanya memiliki *attachment* dengan orang yang istimewa menurut mereka, yaitu ibu. Sedangkan, pada masa remaja dan dewasa penekanan hubungan *attachment* telah lebih luas. Bowlby membagi *attachment* tersebut kedalam dua bentuk yaitu *secure attachment* dan *insecure attachment*. Namun, Ainsworth melakukan observasi dan penelitian sehingga membagi *attachment* kedalam tiga bentuk. Menurut Ainsworth dkk (1978) pola-pola *attachment* antara anak dan orangtua terbagi atas tiga pola antara lain *secure attachment*, *anxious attachment* dan *avoidant attachment*.

Perkembangan studi tentang *attachment* yang penting adalah penelitian Bartholomew dan Horowitz yang membagi *attachment* menjadi empat kategori utama. Bartholomew menyertakan kedua tipe *avoidant* yaitu *dismissing* (menolak atau menjauhkan diri dari hubungan dekat) dan *fearful* (menghindari intimasi karena takut ditolak

cintanya). Dalam konteks hubungan romantis, empat pola *attachment* tersebut dapat dimasukkan dalam dimensi *anxiety* dan *avoidant* dari derajat kenyamanan individu dalam bergantung dan mendekati diri dengan orang lain. Kedua dimensi tersebut lebih dikenal dengan istilah *working model of the self and attachment figures*.

Individu dengan *dismissing* dan *fearful attachment* memiliki tingkat *avoidant* yang tinggi, artinya individu menghindari adanya keintiman dan ekspresi emosional. Sedangkan *fearful* dan *preoccupied attachment* memiliki tingkat *anxiety* yang tinggi, dimana individu merasa khawatir ditinggalkan oleh orang lain atau pasangan

Untuk dapat mengerti tentang pola *attachment* ini, sangat penting untuk memperhatikan persepsi individu tentang dirinya, bagaimana perasaannya tentang hubungannya dengan orang lain dan harapan serta kedekatannya terhadap orang lain. Berdasarkan konsep tentang *working models of self and others*. *Working model* yang pertama adalah *self model* yang diasosiasikan dengan derajat ketergantungan emosional pada orang lain (*anxiety*) dan yang kedua adalah *other model* yang merefleksikan pengharapan terhadap dukungan dan ketersediaan orang lain.

Bartholomew & Horowitz (dalam Tyas 2010) mengemukakan bahwa model mental diri berisi pandangan terhadap diri dan orang lain serta dikotomisasi tiap pandangan kedalam positif dan negatif. Walaupun teori empat model pola *attachment* oleh Bartholomew dan

Horowitz diperuntukkan bagi dewasa muda, namun Eavest (dalam Tyas 2010) menyatakan bahwa empat model pola *attachment* dapat digunakan juga pada remaja. Empat model kategori *attachment* terdiri dari pola *secure attachment* (kelekatan aman), *preoccupied attachment* (terikat), *dismissing attachment* (lepas), dan *fearful attachment* (cemas).

a. Pola *secure attachment* (kelekatan aman)

Ditunjukkan oleh adanya pandangan positif terhadap diri sendiri dan pandangan positif terhadap orang lain. Sehingga dalam interaksinya individu tersebut akan merasa nyaman terhadap keakraban dan merasa aman dengan diri sendiri. Mereka cenderung memandang diri mudah menyayangi dan percaya bahwa orang lain responsif dan menerima keberadaan mereka. Individu dengan kelekatan aman mampu mempertahankan persahabatan akrab dalam waktu lama tanpa takut untuk menjadi independen dan sendirian.

b. Pola *preoccupied attachment* (kelekatan terikat)

Ditunjukkan oleh adanya pandangan negatif terhadap diri tetapi pandangan positif terhadap orang lain. Sehingga dalam interaksinya individu tersebut sangat tergantung pada hubungan dengan orang lain. Kombinasi pandangan tersebut membuat individu dengan pola lekat terikat cenderung lebih terikat pada hubungan dan mereka menggunakan hubungan untuk

meningkatkan rasa berharga dalam diri mereka dengan cara mencari nilai dan pendapat orang lain terhadap diri.

c. Pola *dismissing attachment* (kelekatan lepas)

Ditunjukkan oleh adanya pandangan positif terhadap diri tetapi berpandangan negatif terhadap orang lain sehingga dalam interaksinya individu tersebut akan menghindari keakraban dan menjadi tidak tergantung pada hubungan dengan orang lain. Dengan demikian, mereka cenderung menghindari hubungan dekat dengan orang lain dan memperatahankan kebebasan mereka.

d. Pola *fearful attachment* (kelekatan cemas)

Ditunjukkan oleh adanya pandangan negatif terhadap diri sendiri dan pandangan negatif pula terhadap orang lain. Sehingga dalam interaksinya individu tersebut akan merasa cemas terhadap keakraban dan menghindar secara sosial. Individu ini tidak merasa dicintai dan yakin bahwa orang lain memberikan penolakan dan tidak dapat dipercaya. Dengan menghindari hubungan dekat dengan orang lain, maka pola kelekatan ini memungkinkan individu untuk melindungi diri dari penolakan orang lain yang sudah diantisipasi.

Gambar model pola *attachment* (kelekatan) menurut Barholomew dan Horowitz (1991) adalah:

Tabel 2.1. Model mental *self*

Positif	Negatif
Pola <i>secure attachment</i>	Pola <i>preoccupied attachment</i>
Pola <i>dismissing attachment</i>	Pola <i>fearful attachment</i>

Model pola *attachment* oleh Barholomew dan Horowitz (1991)

Dalam penelitian ini, menggunakan pola *attachment* yang dikemukakan oleh Barholomew dan Horowitz (1991) yaitu pola *secure attachment* (aman), *preoccupied attachment* (terikat), *dismissing attachment* (lepas), dan *fearfull attachment* (cemas).

4. *Attachment* dalam Perspektif Islam

Mengenai keterkaitan hubungan antara ibu dengan anak, sesungguhnya Islam telah memberikan ketentuan yang sangat jelas. Hubungan ini bukan hanya ketika anak sudah lahir, bahkan semenjak bayi masih ada dalam kandungan. Islam memberikan aturan bagi seorang ibu, untuk merawat dan selalu berinteraksi aktif terhadap bayinya.

Proses pembentukan *attachment* antara ibu dan anak dalam Al-Qur'an dijelaskan pada QS. Al-Hajj ayat 5 yaitu:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِنْ كُنْتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنٰكُمْ مِّن تَرَابٍ ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِّن عِلْقَةٍ ثُمَّ مِّن مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لِّنُبَيِّنَ لَكُمْ وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى ثُمَّ خَرَجْنَاكُمْ طِفْلًا ثُمَّ لِنَبْلُغُوا

أَشَدَّكُمْ^ط وَمِنْكُمْ مَّنْ يُتَوَفَّىٰ وَمِنْكُمْ مَّنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمْرِ
لِكَيْلَا يَعْلَمَ مِنْ بَعْدِ عِلْمٍ شَيْئًا^ج وَتَرَى الْأَرْضَ هَامِدَةً فَاذًا أَنْزَلْنَا
عَلَيْهَا الْمَاءَ أَهْتَرَّتْ وَرَبَّتْ وَأُنْبِتَتْ مِنْ كُلِّ زَوْجٍ بَهِيجٍ ﴿٥٠﴾

Artinya: Hai manusia, jika kamu dalam keraguan tentang kebangkitan (dari kubur), maka (ketahuilah) sesungguhnya kami telah menjadikan kamu dari tanah, kemudian dari setetes mani, kemudian dari segumpal darah, kemudian dari segumpal daging yang sempurna kejadiannya dan yang tidak sempurna, agar kami jelaskan kepada kamu dan kami tetapkan dalam rahim, apa yang kami kehendaki sampai waktu yang sudah ditentukan, kemudian kami keluarkan kamu sebagai bayi, kemudian (dengan berangsur-angsur) kamu sampailah kepada kedewasaan, dan di antara kamu ada yang diwafatkan dan (adapula) di antara kamu yang dipanjangkan umurnya sampai pikun, supaya dia tidak mengetahui lagi sesuatupun yang dahulunya telah diketahuinya. dan kamu lihat bumi ini kering, kemudian apabila telah kami turunkan air di atasnya, hiduplah bumi itu dan suburlah dan menumbuhkan berbagai macam tumbuh-tumbuhan yang indah.

Perkembangan dan pertumbuhan janin dalam perut ibunya adalah suatu proses yang luar biasa dibandingkan dengan semua bentuk perkembangan manusia di dunia. Artinya, sedikit saja tindakan yang dilakukan ibunya memberikan pengaruh yang sangat besar bagi perkembangan janin pada masa berikutnya (Suharsono,2003).

Attachment yang sehat dialami oleh seorang bayi yang menerima kasih sayang yang stabil dari kehadiran orang tua, sehingga bayi atau anak dapat merasakan sentuhan hangat, gerakan lembut, kontak mata yang penuh kasih dan senyuman orang tua. Islam mengajarkan supaya anak mematuhi ibu dan bapaknya, selama tidak bertentangan dengan

ajaran islam. Sebagaimana Firman Allah SWT dalam QS. Lukman ayat 14 yang menegaskan sebagai berikut:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهَنَا عَلَى وَهْنٍ وَفَصَّلَهُ فِي عَامَيْنِ أَنْ

أَشْكُرْ لِي وَلِوَالِدَيْكَ إِلَى الْمَصِيرِ ﴿١٤﴾

Artinya: Dan kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu- bapanya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah- tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. bersyukurlah kepadaku dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu.

Dalam kaidah ushul fikih, seorang anak mempunyai hak dan kewajiban secara bertahap. Secara detailnya sebagai berikut:

- a. Bayi yang masih ada dalam kandungan, maka ia mempunyai hak untuk mendapatkan pengamanan dari ibunya. Aman di sini adalah menjaga, memelihara, suplai makanan yang cukup dan juga interaksi psikologis seperti dengan anjuran seorang ibu untuk selalu memperdengarkan ayat-ayat Al Quran kepada sang bayi. Hal ini bertujuan agar bayi selalu mendapatkan pembelajaran terbaik dari ibunya dan mendengarkan hal terbaik selama dia ada dalam kandungan. Selain hak yang berkaitan dengan psikologis, tentu masih ada hak lain yang berkaitan dengan materi, seperti hak mendapatkan waris, wasiat dan lain sebagainya.
- b. Setelah bayi lahir, islam juga memberikan hak dan kewajiban kepada mereka diantaranya :

1. Ketika lahir, hendaklah dikumandangkan azan di telinga anak.

Hal ini sesuai dengan sabda Rasulullah SAW :

. فعن أبي رافع قال: (رأيت رسول الله ﷺ أذن في أذن الحسن بن علي حين ولدته

فاطمة) [رواه أبو داود والترمذي

Dari Abu Rafi dia berkata, aku melihat Rasulullah SAW mengumandangkan adzan di telinga Hasan bin Ali ketika Fatimah melahirkannya (HR. Abu Dawud dan Tirmidzi).

Adzan di telinga bayi tentu saja bukan tanpa tujuan, namun agar bayi yang baru lahir mendengarkan adzan sebagai kata pertama yang didengarnya. Jika adzan tersebut berasal dari suara ayahnya, maka akan memberikan nilai lebih. Dengan begitu interaksi antara ayah dengan bayi dimulai dengan kalimat terindah berupa untaian kata adzan.

2. Tahnik pada anak

Setelah bayi dikumandangkan adzan, sebagai interaksi pertama orang tua dengan anak, kemudian disusul dengan interaksi kedua, yaitu orang tua melakukan tahnit. Tahnik sendiri adalah orang tua mengunyah buah kurma, lalu air dari buah kurma tersebut dioleskan ke dalam mulut bayi.

Tahnik selain memberikan implikasi fisik kepada bayi, namun juga memberikan implikasi psikologis. Tahnik menjadi bentuk kasih sayang orang tua terhadap bayi yang baru saja dilahirkan.

Mengenai tahnik ini, terdapat hadits dari Rasulullah SAW yang berbunyi:

من حديث أبي بردة عن أبي موسى قال: (ولد لي غلام فأُتيت به النبي ﷺ فسماه

إبراهيم وحنكه بتمره ﷺ

Dari hadits Abi Bardah dari Abu Musa bahwa beliau berkata, aku melahirkan seorang putra, kemudian aku mendatangi Rasulullah SAW kemudian Rasul memberikan nama Ibrahim dan melakukan tahnik dengan kurma (HR Bukhari Muslim)

3. Memberikan nama yang baik

Interaksi dengan bayi tidak hanya sampai di situ, namun juga memberikan hak lain kepada bayi, yaitu dengan memberikan nama yang baik. Islam menganjurkan nama baik kepada seseorang, selain juga sebagai doa, namun nama yang baik juga memiliki aspek psikis. Nama yang baik, akan menjadi kebanggaan sendiri bagi anak. Nama yang baik, juga menjadi bukti kasih sayang orangtua kepada anak. Apalagi, nama bukan hanya sebagai panggilan, namun juga wujud dari doa orang tua kepada anak itu sendiri. Tentang nama tersebut, rasul bersabda:

ففي الحديث { كل غلام رهينة بعقيقته تذبح عنه يوم سابعه ويسمى فيه ويحلق رأسه } [رواه أحمد]

Setiap bayi tergadai dengan akikahnya, hewan disembelih untuknya pada hari ke tujuh kemudian bayi diberi nama dan dipotong rambutnya.

4. Menyusui dari susu ibu

Bayi juga mendapatkan hak untuk mendapatkan susuan dari sang ibu. Bahkan dalam Islam memberikan susuan ini merupakan sebuah kewajiban yang jika ditinggalkan, maka orang tua bayi akan mendapatkan beban dosa. Dalam Al Quran Allah berfirman:

والوالدت يرضعن أولادهن حوليين كاملين لمن أراد أن يتم الرضاعة { البقرة: 233 }

Para ibu hendaklah menyusukan anak-anaknya selama dua tahun penuh, yaitu bagi yang ingin menyempurnakan penyusuan.

Menyusui bukan hanya sebagai kewajiban ibu memberikan suplai makanan kepada bayi, namun ia juga bentuk interaksi langsung ibu kepada sang jabang bayi. Bahkan aktivitas menyusui ini akan sangat mempengaruhi terhadap perkembangan emosional bayi. Dalam kondisi menyusui, bayi merasa kehangatan dan kasih sayang seorang ibu. Dalam menyusui, bayi juga merasakan kasih sayang luar biasa dari sang ibu.

5. Memotong rambut bayi

Hal lain yang berkaitan dengan hak seorang bayi dalam Islam adalah memotong rambut si jabang bayi. Ini juga wujud kasih sayang orang tua kepada anak dan bentuk interaksi langsung orang tua kepada anak. Dalam sebuah hadis dikatakan:

رواه [{ مع الغلام عقيقة فأهريقوا عنه دماً، وأميطوا عنه الأذى } : للوليد لقوله البخاري].

Artinya: Seorang anak hendaknya diakikahi, maka alirkanlah darah dari (hewan akikahan) untuknya, dan potonglah rambutnya.

6. Akikah

Akikah selain sebagai sunnah rasul, juga merupakan bukti kesyukuran orang tua atas karunia Allah yang telah diberikan

kepadanya. Rasa syukur ini dia ungkapkan dengan menyembelih hewan akikah, lantas dia sedekahkan kepada fakir miskin.

Secara psikologis, ini juga memengaruhi terhadap kedekatan antara orangtua dengan anak. Akikah juga wujud kebanggaan orangtua terhadap karunia Allah yang Maha Besar itu. Akikah, akan menjadi kebanggaan bagi anak karena ia merasa menjadi kebanggaan orang tua. Kelahirannya mendapatkan kehormatan luar biasa. Ia disyukuri dengan memberikan sedikit makanan kepada para fakir miskin.

Mengenai akikah ini, Rasulullah bersabda:

[رواه أحمد] { عن الغلام شاتان مكافئتان وعن الجارية شاة } : ﷺ قال

Artinya: untuk anak laki-laki dua kambing dan untuk anak perempuan seekor kambing.

7. *Khitan*

Khitan juga wujud perhatian orang tua kepada anak. *Khitan* ini sebagai sunnah yang telah Rasulullah anjurkan dengan memotong sedikit daging yang tidak berguna yang terletak pada ujung kemaluan laki-laki.

Secara kesehatan, *khitan* ini akan membersihkan kemaluan laki-laki dari berbagai kuman yang dapat menghinggapinya. Secara psikologis, juga wujud perhatian orangtua kepada sang anak. Dengan *khitan*, berarti orangtua sadar tentang kesehatan anak. Anak juga merasa bangga, apalagi di beberapa daerah yang

sering melakukan *khitan* dengan acara tertentu. Anak semakin merasa dekat dengan kedua orang tuanya.

Tentang khitan ini, Rasul bersabda:

{ الفطرة خمس... وذكر منها الختان } :الختان

Artinya: Fitrah (kesucian) ada lima hal....diantaran lima itu adalah disebutkan tentang khitan

8. Nafkah

Nafkah juga merupakan hak anak dan kewajiban orang tua. Dengan nafkah, anak-anak akan dapat berkembang sesuai dengan yang diharapkan. Nafkah di sini, bukan hanya berkaitan dengan makanan, namun juga pakaian dan tempat tinggal. Perhatian orangtua dengan anak dengan memberi nafkah, juga berpengaruh besar terhadap perkembangan psikis seorang anak. Bisa dibayangkan kondisi anak yang tidak tercukupi dengan nafkah yang baik. Bandingkan perkembangan psikologi antara anak jalanan dengan anak yang menerima nafkah secara baik dalam rumahtangga. Tentu keduanya sangat berbeda.

Mengenai nafkah ini, Rasul bersabda:

[رواه مسلم] { أفضل دينار ينفقه الرجل دينار على عياله } : قال

Artinya: sebaik baik dinar (harta) adalah dinar yang dinafkahkan seorang ayah kepada anaknya.

9. Bermain dan bersenda gurau dengan anak

Bermain juga merupakan hal penting yang harus dilakukan orangtua kepada anak. Bermain sangat berpengaruh terhadap

perkembangan psikologi anak. Bermain merupakan sarana sangat efektif untuk mendekatkan anak kepada orang tuanya. Hal ini karena masa kanak-kanak adalah masa permainan. Bahkan sistem pembelajaran kepada anak-anak, akan lebih efektif dengan sistem permainan.

Mengenai hal ini, Rasul bersabda:

فقد قبّل النبي ﷺ الحسن بن علي وعنده الأقرع بن حابس التميمي جالس فقال الأقرع: (إن لي عشرة من الولد ما قبلت منهم أحداً)، فنظر إليه رسول الله ﷺ فقال { من لا يرحم لا يُرحم } [رواه البخاري].

Artinya: Rasulullah SAW menciumi Hasan bin Ali, sementara di sisi Nabi ada sahabat yang sedang duduk, Aqra bin Habis Attamimi. Aqra berkata, saya mempunyai 10 orang anak, tapi satu pun aku tidak pernah mencium mereka. Rasul memandangnya lantas bersabda, barang siapa yang tidak melakukan kasih sayang, maka dia tidak akan mendapatkan kasih sayang.

Sesungguhnya masih banyak lagi mengenai pola hubungan interaksi dan kedekatan orang tua dengan anak seperti yang diajarkan Islam. Namun sembilan contoh di atas kiranya sudah mencukupi. *Attachment* antara individu dengan obyek *attachment*-nya juga diumpamakan bagaikan satu tubuh. Bila anggota badan merasakan sakit, seluruh tubuh juga akan menderitanya. Begitu juga setiap mukmin harus bersikap dan berbuat baik terhadap diri sendiri dan masyarakat sekitarnya. Sebagaimana dijelaskan dalam Q.S Maryam ayat 96 dan Q. S Al-Isro':24, sebagai berikut:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا ﴿٤٦﴾

Artinya: Sesungguhnya orang-orang yang beriman dan beramal saleh, kelak Allah yang Maha Pemurah akan menanamkan dalam (hati) mereka rasa kasih sayang.

وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا ﴿٤٧﴾

Artinya : Dan rendahkanlah dirimu terhadap mereka berdua dengan penuh kesayangan dan ucapkanlah: “Wahai Tuhanku, kasihilah mereka keduanya, sebagaimana mereka berdua telah mendidik aku waktu kecil”.

Adanya beban seseorang juga akan diderita oleh objek attachmentnya. Hal ini dikarenakan antara dua individu atau lebih yang mengembangkan attachment akan memiliki kedekatan emosional antara keduanya.

B. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Istilah kecerdasan emosi pada mulanya dilontarkan oleh dua ahli psikologi yaitu Salovey dan Mayer. Istilah ini kemudian dipopulerkan oleh Goleman (1999). Salovey dan Mayer menggunakan istilah kecerdasan emosi untuk menggambarkan sejumlah ketrampilan yang berhubungan dengan keakuratan penilaian tentang emosi diri sendiri

dan orang lain serta kemampuan mengelola perasaan untuk memotivasi, merencanakan dan meraih tujuan hidup.

Goleman (1999) memaknai bahwa koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila seseorang pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, orang tersebut akan memiliki tingkat emosional yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya. Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan serta mengatur keadaan jiwa. Dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Dalam *Oxford English Dictionary* mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu serta keadaan mental yang hebat yang meluap-luap.

Kecerdasan emosional sesungguhnya merupakan keterampilan (*skill*), dari pada potensi seperti dalam konsep intelegensi pada umumnya, dan keterampilan ini harus dikerjakan oleh masyarakat tempat individu yang bersangkutan tumbuh dan berkembang. Adapun berlangsungnya proses belajar ini sesungguhnya merupakan bagian dari kemampuan nalar atau kognitif seseorang (Satiadima & Waruwu, 2003).

Patton (1998) memberi definisi mengenai kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk menggunakan emosi secara efektif untuk mencapai tujuan, membangun hubungan produktif dan meraih keberhasilan. Goleman menyatakan bahwa kecerdasan emosi bukan merupakan lawan dari kecerdasan intelektual (IQ), namun keduanya berinteraksi secara dinamis. Pada kenyataannya, kecerdasan emosi memiliki peran yang sangat penting untuk meraih kesuksesan di sekolah, tempat kerja dan dalam berkomunikasi di lingkungan masyarakat (Goleman, 1999)

Mayer dan Salovey (dalam Rahayu, 2005) mendefinisikan kecerdasan emosional, mengendalikan emosi dalam rangka menunjukkan perkembangan emosi dan intelektual.

Cooper dan Sawaf (dalam Rahayu, 2005) menyebutkan definisi kecerdasan emosi sebagai kemampuan mengindra, memahami dan menerapkan secara efektif kekuatan dan ketajaman emosi sebagai sumber energi, informasi dan pengaruh.

Gardner (dalam Rahayu, 2005) menyebutkan istilah kecerdasan emosi dengan kecerdasan antarpribadi dan kecerdasan intrapribadi, adapun definisi dari kedua istilah tersebut adalah sebagai berikut :

1. Kecerdasan antarpribadi adalah kemampuan untuk memahami orang lain yang wujudnya berupa pemahaman terhadap apa yang memotivasi mereka, bagaimana mereka bekerja dan bagaimana mereka bekerja sama dengan sesamanya. Dalam rumusan yang lain, ia mengataka bahwa kecerdasan antar pribadi itu mencakup

kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, tempramen, motivasi dan hasrat orang lain.

2. Kecerdasan intrapribadi adalah kemampuan yang bersifat korelatif tetapi terarah ke dalam diri sendiri yang wujudnya berupa kemampuan untuk membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta kemampuan untuk menggunakan model tersebut sebagai alat untuk menempuh kehidupan secara efektif.

Reuven Bar-On mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang mempengaruhi seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.

Berbeda dengan kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EI) lebih banyak diperoleh dari pengalaman atau pendidikan sebagaimana dikemukakan oleh Shapiro (1997) yaitu *Perhaps the most important distinction between IQ and EI is that EI much less genetically loaded providing an opportunity for parents and educators to pick up where nature left off in determining a child's chances success*". Pernyataan ini mengisyaratkan adanya harapan dan optimis bagi pendidik (para orang tua dan guru) untuk meningkatkan apa yang dimiliki anak agar mereka memperoleh kesempatan yang lebih besar untuk berhasil atau sukses dalam menjalani kehidupannya. Hal ini akan terwujud melalui usaha yang sungguh-sungguh dari para orang tua dan pendidik di sekolah.

Berdasarkan definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk menggunakan emosi, memotivasi dan menerapkan secara efektif yang bertujuan untuk membangun hubungan yang produktif.

2. Ciri Kecerdasan Emosional

Ciri-ciri dari kecerdasan emosional di kemukakan oleh Goleman (1996) yang memberikan ciri-ciri sebagai berikut kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan tahan dalam menghadapi frustrasi, kemampuan untuk mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi-lebihkan kesenangan, kemampuan untuk mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir dan kemampuan untuk berempati dan berdoa.

Kecerdasan emosional akan membentuk kompetensi emosi dalam diri anak yang akan membentuk kompetensi sosial. Anak yang kurang memiliki kompetensi sosial akan memperlihatkan respon emosi negatif seperti kurang bahagia dan kurang ceria dalam bermain (Denham, dalam Gottman dkk, 1997). Penelitian Schutte, dkk (dalam Goleman. 1995) tentang kecerdasan emosional menunjukkan bahwa subjek yang memilki skor kecerdasan emosional yang tinggi secara signifikan juga memiliki skor *self monitoring* , skor empati, skor *social skill*, skor hubungan interpersonal yang tinggi dan memperlihatkan perilaku kooperatif serta kepuasan hati dalam

perkawinan(*marital satisfaction*). Orang yang memiliki kecerdasan emosional mampu menyesuaikan diri dengan baik dan mempunyai ketrampilan emosi (Gottman, dkk, dalam Rahayu, 2005)

3. Aspek Kecerdasan Emosional

Goleman (1996) mengungkapkan lima wilayah kecerdasan emosional yang dapat menjadi pedoman bagi individu untuk mencapai kesuksesan dalam kehidupan sehari-hari.

a. Mengenali emosi diri

Kesadaran diri dalam mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional. Pada tahap ini diperlukan adanya pemantauan perasaan dari waktu ke waktu agar timbul wawasan psikologi dan pemahaman diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat diri berada dalam kekuasaan perasaan sehingga tidak peka akan perasaan yang sesungguhnya yang berakibat buruk bagi pengambilan keputusan masalah.

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi berarti menangani perasaan agar terungkap dengan tepat. Hal ini merupakan kecakapan yang sangat bergantung pada kesadaran diri. Emosi dikatakan berhasil dikelola apabila mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan

bangkit kembali dengan cepat. Sebaliknya, orang yang buruk kemampuannya dalam mengelola emosi akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang merugikan dirinya sendiri.

c. Memotivasi diri

Kemampuan seseorang memotivasi diri dapat ditelusuri melalui hal-hal berikut :

- 1) Cara mengendalikan dorongan hati
- 2) Derajat kecemasan yang berpengaruh terhadap unjuk kerja seseorang
- 3) Kekuatan berpikir positif
- 4) Optimisme
- 5) Keadaan *flow* (mengikuti aliran) yaitu keadaan ketika perhatian seseorang sepenuhnya tercurah ke dalam apa yang terjadi, pekerjaannya hanya terfokus pada satu subjek. Dengan kemampuan memotivasi diri, seseorang cenderung memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya

d. Mengenali emosi orang lain

Empati atau mengenal emosi orang lain dibangun berdasarkan kesadaran diri. Jika seseorang terbuka pada emosi sendiri, ia akan terampil membaca perasaan orang lain. Sebaliknya, apabila

seseorang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri, ia tidak akan mampu menghormati perasaan orang lain.

e. Membina hubungan dengan orang lain

Seni dalam membina hubungan dengan orang lain merupakan keterampilan social yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tanpa memiliki keterampilan, seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulan social. Tidak dimilikinya keterampilan-keterampilan semacam ini menyebabkan seseorang seringkali dianggap angkuh, mengganggu atau tidak berperasaan.

Pada penelitian ini kecerdasan emosional yang diukur menggunakan skala kecerdasan emosional dengan merujuk pada teori Gardner, Salovey dan aspek yang diukur dalam skala ini adalah

- a. Kecerdasan yang bersifat interpersonal yaitu kemampuan mengenal emosi diri, mengelola emosi diri dan kemampuan memotivasi diri sendiri
- b. Kecerdasan yang bersifat antarpersonal yaitu kemampuan berhubungan dengan orang lain dan kemampuan berempati

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi

Menurut Goleman (dalam Rahayu, 2005) kecerdasan emosional seseorang juga dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut :

1. Faktor otak

Bagian otak manusia yang disebut sistem limbik merupakan pusat emosi. *Amigdala* menjadi bagian penting dalam mengatur kehidupan yang berkaitan dengan masalah-masalah emosional. Pemisahan *amigdala* dari bagian-bagian otak lainnya akan menyebabkan seseorang tidak mampu dalam menangkap makna emosional dari suatu peristiwa. Ini berarti *amigdala* dalam struktur otak berfungsi sebagai tempat ingatan emosi dan makna dari emosi. Joseph menggambarkan bahwa orang yang kehilangan *amigdala* memperlihatkan minat yang kurang terhadap manusia dan menarik diri dari hubungan antar manusia. Hal ini ditandai oleh ketidakmampuan seseorang untuk mengenal keluarga, teman dan bersikap pasif terhadap lingkungannya. Orang akan kehilangan semua pemahaman tentang perasaan dan kemampuan untuk merasakan perasaan.

2. Faktor Pola Asuh Orang tua

Terdapat tiga bentuk pola asuh orang tua terhadap anaknya yaitu otoriter, permisif dan otoritatif. Khususnya orang tua memegang peranan penting terhadap perkembangan kecerdasan emosional. Goleman berpendapat lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama bagi anak untuk mempelajari emosi. Dari keluargalah seorang anak mengenalkan emosi dan yang paling utama adalah orang tua. Bagaimana cara orang tua mengasuh dan memperlakukan anak adalah tahap awal yang diterima atau dipelajari oleh anak dalam mengenal kehidupan.

3. Faktor lingkungan sekolah

Guru memegang peranan penting dalam mengembangkan potensi anak melalui teknik, gaya kepemimpinan dan metode mengajarnya sehingga kecerdasan emosional berkembang secara maksimal. Kondisi ini menuntut agar sistem pendidikan hendaknya tidak mengabaikan berkembangnya otak kanan terutama perkembangan emosi dan konasi seseorang. Setelah lingkungan keluarga, kemudian lingkungan sekolah yang mengajarkan anak sebagai individu untuk mengembangkan keintelektualan dan bersosial dengan sebayanya sehingga anak dapat berekspresi secara bebas tanpa terlalu banyak diatur dan diawasi secara ketat.

Dengan demikian pola *attachment* yang berbeda-beda akan memberikan pengaruh tersendiri terhadap perkembangan kecerdasan emosi anak.

5. Kecerdasan Emosi Ditinjau dari Perspektif Islam

Emosi dalam bahasa Arabnya berasal dari kata “*ithiifiyatun*” atau “*infi'aaliyatu*”. Pembahasan emosi dalam fenomena Al-Qur'an maupun Hadits sangat terkait dengan pembahasan jiwa, ruh (*qalb*) dan badan. Nashori (2003) menyatakan bahwa pada mulanya manusia terdiri dari dua substansi yaitu jasad (*jisim*) dan ruh.

Kata *Al-Qalbu* di dalam Al-Qur'an disebut 144 kali yang mengandung makna *Al-Wujdan* dan *Al Aqlu* (Utsman dalam Syarif, 2002).

Antara *Al-Wujdan* dan *Al-Aqlu* ini berdiri fitrah yang benar dan perasaan itu merupakan unsur cinta ataupun benci. *Al-Qalbu* juga merupakan tempat dari iman dan hidayah, tempat ilmu dan ma'rifat serta tempat keinginan dan putus asa.

Menurut Nashori (2003) *Qalbu (qalb)* merupakan materi organik yang memiliki sistem kognisi yang berdaya emosi. *Qalbu* memiliki kemampuan untuk memperoleh pengetahuan (*al-ma'rifat*) melalui cita rasa (*al-zawqiyah*). Pengetahuan yang dapat dirasakan *qalbu* adalah realitas abstrak seperti kasih sayang, kebencian, kegembiraan, kesedihan, ide dll. Jika pengetahuan yang demikian itu dapat berkembang secara wajar maka orang akan mudah memiliki rasa empati. *Qalbu* dapat menangkap getaran perasaan yang ada pada seseorang ataupun pada makhluk lainnya. *Qalbu* yang dapat berfungsi secara optimal memungkinkan seseorang mendapatkan pengetahuan langsung dari Allah. Di samping itu, *qalbu* akan mencapai puncak pengetahuan apabila manusia mampu mensucikan diri. *Qalbu* selain mempunyai kemampuan memperoleh pengetahuan dari Allah juga dapat menjadi pusat kesadaran moral. *Qalbu* juga memiliki kemampuan membedakan yang baik dan yang buruk serta selalu mendorong seseorang untuk berbuat baik dan meninggalkan yang buruk. Rasulullah SAW bersabda, "Mintalah fatwa kepada *qalbu*mu." (HR. Ahmad).

Dalam konteks Islam ada hubungan timbal balik antara *qalbu* dengan perilaku manusia. Jika manusia memiliki *qalbu* yang baik maka akan

selalu mendorong seseorang untuk berbuat kebaikan atau sebaliknya. Dorongan kekuatan eksternal juga akan mempengaruhi perilaku seseorang untuk condong kepada perbuatan negatif. Al-Qur'an mengisyaratkan adanya 4 sinyal yang merupakan penanda adanya perhatian terhadap potensi dan aktualisasi fungsi otak manusia. Pasiak (dalam Casmini, 2006) menyebutkan 3 fungsi otak manusia yaitu rasional-logis, fungsi emosional-intuitif dan fungsi spiritual. Ketiga fungsi ini yang membentuk kualitas diri manusia yang kemudian dikenal dengan tiga aspek kecerdasan yaitu kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ). Kecerdasan tersebut digambarkan melalui tabel sebagai berikut :

Tabel 2.2. Fungsi otak manusia

Aspek	IQ	EQ	SQ
Struktur	Jalur saraf	Jaringan saraf	Osilasi 40 Hz
Tipe berfikir	Serial	Sosiatif	Unitif
Sifat	Otomatis, kaku	Fleksibel	Dapat berubah
Kelebihan/kekurangan	Akurat, tepat, dapat dipercaya	Tidak akurat, fleksibel	Sangat akurat
Dasar filosofi	Newtonian	Humanisme	Filosofi ketimuran
Respon	Naluriiah	Terkondisi	Berkesadaran
Contoh	Sistem pernafasan, pengaturan tekanan darah, reflek dll	Menghubungkan rasa lapar dengan nasi, ibu dengan cinta, rumah dengan nyaman dll	Makna hidup, makna persaudaraan makna cinta dll
Mesin Proses belajar Proses psikologi	Komputer seri Tidak bisa belajar	Komputer analog Dapat belajar Personal	Tidak ada Dapat belajar Transpersonal

Dalam perspektif Islam, segala macam emosi dan ekspresinya diciptakan oleh Allah melalui ketentuan-Nya. Emosi diciptakan oleh Allah SWT untuk membentuk manusia yang lebih sempurna. Dalam Al-Qur'an dinyatakan :

وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكٌ وَأَبْكِي ۖ وَأَنَّهُ هُوَ أَمَاتٌ وَأَحْيَا ۖ

Dan bahwasanya Dialah yang menjadikan manusia tertawa dan menangis dan bahwasanya Dialah yang mematikan dan menghidupkan. (QS. An Najm :43-44)

Allah SWT membekali manusia dengan emosi atau perasaan, mendorong manusia untuk eksis dan selaras. Emosi manusia seperti marah mendorong diri untuk dapat mempertahankan jiwanya dan berjuang untuk mempertahankan eksistensi dirinya. Emosi takut mendorong seseorang untuk menghindari diri dari bahaya yang mengancam. Emosi cinta menjadikan seseorang dapat menikmati rasa kasih sayang terhadap lawan jenis sehingga dapat mempertahankan eksistensi jenisnya. Islam tidak pernah menafikkan kebutuhan fisiologis alamiah manusia yang bersifat fitrah seperti emosi. Islam hanya menekankan pentingnya mengontrol dan mengendalikan emosi agar tidak berlebihan. Kesadaran ini menurut Najati (2005) diawali oleh pengenalan halal dan haram suatu tindakan dan setelah kesadaran tercapai kehati-hatian dan kewaspadaan sangat dianjurkan.

Manusia sebagai makhluk sosial senantiasa memerlukan orang lain dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, baik yang bersifat biologis maupun sosiogenis. Apalagi dunia saat ini kian sempit akibat cengkeraman globalisasi. Arus informasi bergerak sangat cepat tak terkendali dan memungkinkan orang mengetahui aneka peristiwa yang terjadi di berbagai belahan dunia saat itu juga. Demikian pula mobilisasi dari satu wilayah lain sangat tinggi berkat sarana transportasi yang semakin canggih.

Setiap masyarakat memiliki serangkaian aturan bagaimana emosi ditampilkan (*emotional display rule*). Aturan ini mengatur pada situasi mana emosi tertentu harus atau jangan diekspresikan. Misalns, anak-anak belajar bahwa jika mereka mendapatkan hadiah, mereka harus memperlihatkan kegembiraan dan terima kasih serta menekan kekecewaan jika hadiah tersebut sebenarnya tidak mereka sukai. Islam juga memberikan petunjuk agar setiap orang memiliki kendali terhadap berbagai emosi yang ditampilkan. Dalam sebuah hadis diajarkan bahwa seseorang harus mampu mengendalikan amarahnya:

“Barangsiapa mampu menahan amarah, padahal ia mampu untuk melampiaskannya, maka Allah SWT akan menyeru di hari kiamat nanti, hingga dia bebas untuk memilih bidadari yang dia sukai.” (HR. Abu Dawud dan Ath Thurmudhi)

Untuk pengendalian emosi ini seseorang harus memiliki kemampuan dan strategi untuk mengatur emosinya. Orang yang mampu memiliki kemampuan ini adalah orang yang memilki kekuatan kepribadian.

Berkaitan dengan hal ini, Nabi Muhammad SAW bersabda :

“Dari Abdullah bin Mas’ud ra bahwa Rasulullah SAW bertanya kepada para sahabat : “Siapa yang kalian anggap sebagai orang yang perkasa di

antara kalian?” Para sahabat berkata: “Orang yang tidak pernah dibanting oleh orang-orang.” Rasulullah bersabda: “Tidak, akan tetapi yang disebut orang perkasa adalah orang yang mampu menguasai dirinya ketika sedang marah”. ” (HR. Muslim dan Abu Dawud)

Berbagai strategi dapat digunakan untuk mengendalikan emosi.

Dalam manajemen kemarahan, Nabi Muhammad SAW mengajarkan :

“Apabila salah seorang dari kalian marah sambil berdiri, maka hendaklah dia duduk. Jika rasa marah itu menghilang darinya (maka hal itu sudahlah cukup). Namun jika masih belum hilang juga hendaklah dia berbaring. Sesungguhnya rasa marah itu termasuk godaan setan dan sesungguhnya setan itu diciptakan dari api. Sesungguhnya api hanya bisa dipadamkan dengan air. Oleh karena itu, jika salah satu di antara kalian marah, hendaklah dia berwudlu. ” (HR. Abu Dawud).

Selain itu, Islam juga mengajarkan agar manusia tidak berlebih-lebihan dalam meluapkan emosinya. Intensitas emosi yang terlalu tinggi dapat membuat seseorang kehilangan kontrol, baik emosi negatif maupun emosi positif.

لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۗ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ



C. Hubungan Pola Attachment dengan Kecerdasan Emosi

Attachment adalah suatu hubungan atau interaksi antara 2 individu yang merasa terikat kuat satu sama lain dan masing-masing melakukan sejumlah hal untuk melanjutkan hubungan tersebut. Menurut Santrock (2007) bahwa hubungan *attachment* berkembang melalui pengalaman bayi dengan pengasuh ditahun-tahun awal kehidupannya.

McCartney dan Dearthing (dalam Ervika, 2005) menyatakan bahwa pengalaman awal akan menggiring dan menentukan perilaku dan

perasaan melalui *internal working model*. Anak akan menyimpan pengetahuannya mengenai suatu hubungan khususnya pengetahuan mengenai keamanan dan bahaya. Model ini selanjutnya akan menggiring mereka dalam interaksi di masa yang akan datang

Interaksi interpersonal dihasilkan dan diinterpretasikan berdasarkan gambaran mental yang dimiliki seorang anak. Model ini diasumsikan bekerja di luar sadar pengetahuan anak didapatkannya dari interaksi dengan pengasuh, khususnya ibu. Anak yang memiliki orang tua yang mencintai dan dapat memenuhi kebutuhannya akan mengembangkan model hubungan yang positif yang didasarkan pada rasa percaya (*trust*). Selanjutnya secara simultan anak akan mengembangkan model yang paralel dalam dirinya. Anak dengan orang tua yang mencintai akan memandang dirinya berharga. Model ini selanjutnya akan digeneralisasikan anak dari orang tua kepada orang lain misalnya guru dan teman sebaya. Anak akan berpendapat bahwa guru dan teman adalah orang yang dapat dipercaya. Sebaliknya anak yang memiliki pengasuh yang tidak menyenangkan akan mengembangkan kecurigaan (*mistrust*) serta tumbuh menjadi anak yang pencemas dan kurang mampu menjalin hubungan sosial. Anak dengan pengasuh akan mengembangkan konstruksi mental atau *internal working model* mengenai diri dan orang lain yang akan menjadi prototip dalam hubungan sosial. Seorang anak yang diasuh dengan kehangatan, sensitifitas dan responsifitas akan mengembangkan *internal working model* yang positif pada orang tua dan diri sendiri.

Internal working model merupakan hasil interpretasi pengalaman yang terus menerus dalam interaksinya dengan figur lekat.

Menurut Santrock (2002) pada beberapa orang, pola *attachment* pada masa anak-anak menjadi tanda bagi perkembangan pola *attachment* di masa selanjutnya. Bartholomew dan Horowitz menunjukkan bahwa terbentuknya pola-pola *attachment* remaja dilandasi oleh dua dimensi yaitu *model of self* dan *model of others*. *Model of self* dan *model of others* dapat bersifat positif atau negatif. Dimensi ini yang melandasi munculnya klasifikasi empat pola *attachment* pada individu yaitu *secure*, *dismissing*, *preoccupied* dan *fearful*. Pola *secure attachment* akan mengembangkan konstruksi mental yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Pola *preoccupied attachment* mengembangkan konstruksi mental yang negatif terhadap diri sendiri dan positif terhadap orang lain. Pola *dismissing attachment* mengembangkan konstruksi mental yang positif terhadap diri sendiri dan negatif terhadap orang lain serta pola *fearful attachment* mengembangkan konstruksi mental yang negatif terhadap diri sendiri maupun orang lain.

Hasil penelitian Mikulincer (dalam Helmi, 2004) merinci lebih detail tentang struktur *self*. Kelompok gaya kelekatan yang berbeda tidak hanya berpengaruh pada pandangan yang positif terhadap diri tetapi juga dimensi struktur diri yang berbeda. Orang dengan pola *secure attachment* menekankan pentingnya hubungan *attachment* yang hangat dalam perkembangan yang positif, koheren dan struktur diri yang diorganisasikan

dengan baik. Mereka akan mendeskripsikan diri dengan cara positif dan skema yang terintegrasi. Penelitian Collins dan Read (dalam Helmi, 2004) mengatakan bahwa orang dengan pola *secure attachment* akan lebih percaya diri dalam situasi sosial dan menjadi lebih asertif serta dalam memandang orang lain juga lebih positif dan *altruistik*.

Barret dan Holmes (dalam Helmi, 2004) mengatakan bahwa orang dengan *preoccupid, dismissing dan fearful attachment* akan berbeda dalam menginterpretasikan situasi sosial yang ambisius dengan perspektif mengancam dirinya.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa gaya kelekatan merupakan salah satu sumber adanya perbedaan tentang kecerdasan emosional seseorang. *Attachment* pada masa remaja dapat membentuk kompetensi sosial, kesejahteraan sosial remaja seperti ciri-ciri harga diri, penyesuaian emosional dan kesejahteraan fisik (Allen, dkk 1994; Kobak & Cole dalam Santrock, 2003). Penyesuaian emosi dibutuhkan remaja dalam menjalin hubungan sosial dengan orang lain. Dimana penyesuaian emosional disini dikaitkan dengan kecerdasan emosional.

Dapat dikatakan bahwa anak yang merasa yakin terhadap penerimaan lingkungan akan mengembangkan *attachment* yang aman dengan figure lekatnya (*secure attachment*) dan mengembangkan rasa percaya tidak saja pada ibu juga pada lingkungan. Hal ini akan membawa pengaruh positif dalam proses perkembangannya. Oleh karena itu *attachment* ibu tidak hanya menularkan kehangatan secara fisik, namun juga kognisi dan afeksi

yang dirasakan bersama. Demikian juga sebaliknya, seseorang akan mengembangkan konsep yang negatif terhadap diri dan lingkungan yang akan dikembangkan oleh individu yang mempunyai pola *preoccupeid*, *dismissing* dan *fearful attachment*. Dapat dikatakan bahwa pola *attachment* seseorang berhubungan dengan kecerdasan emosional yang terjadi disamping beberapa faktor pemicu yang lain.

D. Hipotesis

Hipotesa yang dapat dikemukakan ialah sebagai berikut:

1. Ada hubungan positif antara pola *secure attachment* dengan kecerdasan emosional siswa SMP N 2 Purwanto
2. Ada hubungan negatif antara pola *preoccupied attachment* dengan kecerdasan emosional siswa SMP N 2 Purwanto
3. Ada hubungan positif antara pola *dismissing attachment* dengan kecerdasan emosional siswa SMP N 2 Purwanto
4. Ada hubungan negatif antara pola *fearful attachment* dengan kecerdasan emosional siswa SMP N 2 Purwanto