

PENGEMBANGAN KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK DI SEKOLAH DASAR MELALUI PENDIDIKAN KARAKTER

S.F. Ilimi Al Idrus¹ P.S. Damayanti² Ermayani³

¹ Pendidikan Dasar Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha, Bali, Indonesia

² Pendidikan Dasar Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha, Bali, Indonesia

³ Pendidikan Dasar Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha, Bali, Indonesia

e-mail: sarifa.faridatil@gmail.com, pnovia353@gmail.com, ermayaniluh96@gmail.com

Abstrak

Selama ini pelaksanaan pendidikan hanya berorientasi pada aspek kognitif (kecerdasan intelektual) peserta didik, sehingga kecerdasan emosional peserta didik tidak berkembang dengan baik yang berimplikasi terhadap degradasi moral peserta didik. Kecerdasan emosional adalah kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi yang dimiliki yang dapat mengarahkan peserta didik untuk bersikap dan berperilaku dengan tepat sesuai dengan kondisi-kondisi tertentu. Ada beberapa aspek kecerdasan emosional yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenal emosi orang lain (empati) dan membina hubungan. Kecerdasan emosional penting untuk di pupuk dan dikembangkan pada peserta didik di sekolah dasar karena pada usia sekolah dasar emosi anak mudah dibentuk. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kecerdasan emosional peserta didik adalah dengan menerapkan pendidikan karakter. Dengan pendidikan karakter peserta didik di sekolah dasar akan cerdas emosinya serta hasil belajarnya akan semakin meningkat.

Kata kunci: Kecerdasan Emosional, Pendidikan Karakter

Abstract

During this time the implementation of education is only oriented to the cognitive aspects (intellectual intelligence) of students, so that the emotional intelligence of students is not well developed which has implications for the moral degradation of students. Emotional intelligence is the ability of students to manage their emotions that can direct students to demeanor and behave appropriately according to certain conditions. There are several aspects of emotional intelligence, namely recognizing self emotions, managing emotions, self motivating, recognizing the emotions of others (empathy) and building a relationship. Emotional intelligence is important to be nurtured and developed in students in elementary school because at elementary school age children's emotions are easily formed. One way that can be done to develop students' emotional intelligence is by applying character education. By educating the character of students in elementary schools, their emotions will be intelligent and their learning outcomes will be more and more increased.

Keywords : Emotional Intelligence, Character Education

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah proses humanisasi (memanusiakan manusia). Artinya pendidikan seyogyanya dapat membantu peserta didik untuk mencapai kematangan dan kedewasaan jasmani dan rohani, sehingga peserta didik dapat menjadi manusia yang paripurna (manusia seutuhnya) baik dari aspek kecerdasan intelektual, emosional, spiritual, dan sikap (Sumantri, 2015). Hal ini berarti, fungsi pendidikan tidak hanya meningkatkan kecerdasan intelektual saja namun kecerdasan emosional peserta didik juga harus dikembangkan.

Kecerdasan emosional memiliki dua unsur penting yaitu empati dan kontrol diri (Khodijah, 2014: 146) empati artinya dapat merasakan perasaan orang lain terutama ketika orang lain dalam keadaan malang, sedangkan kontrol diri adalah kemampuan mengendalikan emosi diri sehingga seseorang dapat bersikap dan berperilaku yang dapat diterima oleh orang lain. peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional akan dapat diterima dalam lingkungan sosialnya, baik di lingkungan sekolah, masyarakat maupun rumah. Selain itu, peserta didik mampu untuk beradaptasi dan memposisikan dirinya di berbagai lingkungan karena mereka akan mampu mengatur dan mengontrol emosinya pada kondisi-kondisi tertentu (Indayu, 2017: 344).

Namun dalam praktik pendidikan dewasa ini peristiwa murid menganiaya guru, bullying, tawuran antar pelajar, seks bebas (*free sex*), penggunaan narkoba masih menjadi fenomena yang sering kali menjadi perbincangan masyarakat. Melihat fakta tersebut nampaknya ada sesuatu yang tidak sejalan dengan fungsi pendidikan yang telah disebutkan diatas. Dari berbagai fenomena tersebut maka perlu diadakan pembenahan pendidikan mulai dari jenjang pendidikan dasar sampai dengan perguruan tinggi. Selama ini pelaksanaan pendidikan hanya berorientasi pada aspek kognitif (kecerdasan intelektual) peserta didik, sehingga kecerdasan emosional peserta didik tidak berkembang dengan baik yang berimplikasi terhadap degradasi moral peserta didik. Keberhasilan seseorang dalam segala aspek kehidupan tidak

semata-mata ditentukan oleh kecerdasan intelektual, tetapi juga ketekunan, optimisme, disiplin, motivasi, kemampuan berempati, berinteraksi serta berintegrasi. Unsur-unsur tersebut dikemas oleh Daniel Goleman (1995) ke dalam konsep yang disebutnya dengan *emotional intelligence* (kecerdasan emosional).

Emotional intelligence (kecerdasan emosional) merupakan sesuatu yang tidak dapat diwariskan tetapi dapat dilatih dan dikembangkan pada diri seseorang melalui pendidikan (Shapiro, 1997) Untuk itu, sekolah perlu mengembangkan kecerdasan emosional peserta didik. karena kecerdasan emosional memiliki kontribusi yang cukup besar terhadap keberhasilan belajar. Hal ini sejalan dengan pendapat (Kurniawan, 2013: 32) yang mengatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan modal dasar bagi peserta didik untuk menyongsong masa depan karena dengan kecerdasan emosional seseorang akan berhasil dalam menghadapi berbagai tantangan termasuk tantangan untuk berhasil secara akademik. Besarnya kontribusi kecerdasan emosional terhadap kesuksesan seseorang dalam hidup juga diakui oleh Daniel Goleman (dalam Khodijah, 2014: 145) yang menyatakan bahwa kecerdasan intelektual hanya berpengaruh sebanyak 20% terhadap keberhasilan hidup seseorang sedang 80% nya dipengaruhi oleh apa yang disebutnya *emotional intelligence* (kecerdasan emosional).

Berdasarkan paparan diatas, dapat dikatakan bahwa untuk menyiapkan peserta didik menghadapi tantangan masa depan dunia pendidikan perlu melakukan berbagai upaya salah satunya dengan mengembangkan kecerdasan emosi peserta didik melalui pendidikan karakter. Hal ini sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Agus Prasetyo dan Emusti Rivasintha (dalam Kurniawan, 2013: 32) yang menyatakan bahwa melalui pendidikan karakter seorang anak akan menjadi cerdas emosinya. Pendidikan karakter merupakan pendidikan budi pekerti, pendidikan moral, pendidikan watak yang bertujuan mengembangkan kemampuan peserta didik dalam mengambil keputusan, mencintai kebaikan dan menerapkan

kebaikan dalam kehidupan sehari-hari dengan tulus (Indaayu, 2017: 345). Oleh karena itu, pengembangan kecerdasan emosional peserta didik dapat dilakukan melalui pendidikan karakter.

Pembahasan

Kecerdasan Emosional

Salovey dan Mayer (dalam Khodijah, 2014: 145) menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengenal emosi dirinya, mengelola dan mengekspresikan dirinya dengan tepat mengenali orang lain dan membina hubungan baik dengan orang lain. (Muslich, 2014: 152) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri. Dengan kata lain kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengekspresikan emosi yang tepat dalam menghadapi berbagai situasi. Lebih lanjut Fitriastuti (dalam Barriyyah dan Latifah, 2019: 69) menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah suatu kecerdasan sosial yang berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam mengenal dengan baik emosi dirinya maupun emosi orang lain dan kemampuan dirinya dalam membedakan emosi dirinya dengan orang lain yang mana kemampuan ini digunakan untuk mengatur pola pikir dan perilakunya. Dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional menjadi penentu sikap dan perilaku seseorang.

Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang ada dalam diri peserta didik yang memiliki kontribusi cukup besar terhadap hasil belajarnya. Seorang peserta didik yang memperoleh hasil belajar yang baik berarti memiliki kecerdasan emosional yang baik (Indriawati, 2018: 1-2), karena peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional akan mampu mengekspresikan emosi untuk bersikap dan bertindak efektif, memotivasi diri, disiplin dan memiliki kontrol diri yang kuat. Sebaliknya jika peserta didik tidak memiliki kecerdasan emosional yang baik akan bersikap dan bertindak diluar pemikirannya. Anak yang keinginannya tidak tercapai biasanya akan berubah sikap menjadi negasi dari

sikap sebelumnya hal ini terjadi karena anak tersebut tidak dengan cerdas mengelola emosinya (Lestari dkk, 2019: 12).

Kecerdasan emosional dapat menjadi dasar yang kuat dalam pendidikan secara ilmiah. Dengan kecerdasan emosional anak akan memiliki kemampuan untuk mengontrol diri dalam artian anak memahami kelemahan dan kelebihanannya. Anak yang memahami kelemahannya dengan baik akan berusaha untuk mengatasi kelemahannya dengan mandiri maupun dengan bantuan orang lain dan kelebihan yang dimiliki menjadi motivasi dalam dirinya untuk terus berusaha menjadi lebih baik. Sehingga dengan kecerdasan emosional yang dimiliki anak tidak akan terbebani ketika belajar dan tidak pula merasa cemas dalam menghadapi kesulitan (Pamungkas dalam Lestari dkk, 2019: 13).

Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Adapun aspek-aspek kecerdasan emosi menurut Salovey (dalam Goleman, 2007:57-59) adalah sebagai berikut: (1) 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 tentang diri (2) mengelola emosi: mengelola emosi berarti menangani perasaan agar perasaan dapat 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 dari semua itu (3) memotivasi diri sendiri: dengan kemampuan memotivasi diri yang dimilikinya maka seseorang akan cenderung memiliki pandangan yang positif dalam menilai segala sesuatu yang terjadi dalam dirinya (4) mengenal emosi orang lain: empati atau mengenal emosi orang lain dibangun berdasarkan pada kesadaran diri. Jika seseorang terbuka pada emosi sendiri, maka dapat dipastikan bahwa ia akan terampil membaca

perasaan orang lain. Sebaliknya orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri dapat dipastikan tidak akan mampu menghormati perasaan oranglain (5) membina hubungan: seni dalam membina hubungan dengan orang lain merupakan keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tanpa memiliki keterampilan seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulan sosial. Sesungguhnya karena tidak dimilikinya keterampilan-keterampilan semacam inilah yang menyebabkan seseorang seringkali dianggap angkuh, mengganggu atau tidak berperasaan.

Perkembangan Emosional Anak Sekolah Dasar

Emosi berperan besar dalam perkembangan anak, baik pada masa bayi, prasekolah bahkan pada tahap-tahap perkembangan selanjutnya karena berpengaruh terhadap perilaku anak. Setiap anak memiliki kebutuhan emosional diantaranya kebutuhan untuk dicintai, dihargai, merasa aman, merasa kompeten serta kebutuhan untuk mengembangkan kompetensi secara optimal. Jika kebutuhan tersebut dapat dipenuhi kemampuan anak dalam mengelola emosi akan meningkat terutama emosi yang sifatnya negatif (Labudasari dan Sriastria, 2018: 285).

(Labudasari dan Sriastria, 2018: 286-287) mengemukakan ada beberapa fase perkembangan emosi pada anak usia sekolah dasar yaitu:

Pada usia 5-6 tahun. Pada usia ini, anak mulai mempelajari kaidah serta aturan yang berlaku. Anak mempelajari konsep keadilan dan rahasia. Dalam hal ini anak mulai memiliki kemampuan menjaga rahasia yang berarti anak dituntut memiliki keterampilan menyembunyikan informasi. Pada usia 6 tahun, pemahaman anak mengenai konsep emosi lebih kompleks, seperti kecemburuan, kebanggaan kesedihan serta kehilangan. Namun anak masih kesulitan dalam menginterpretasi emosi orang lain. Pada tahap ini, anak memerlukan pengalaman cara mengatur emosi yang memiliki kapasitas mengontrol dan mengarahkan

ekspresi emosional ketika munculnya emosi=emosi yang kuat.

Pada usia 7-8 tahun, perkembangan emosi anak telah terinternalisasi rasa malu dan bangga. Anak sudah mampu mengungkapkan konflik emosi yang dialaminya. Semakin bertambah usia anak semakin bertambah pula kepekaan terhadap diri dan orang lain. Dalam hal ini anak sudah belajar memahami perasaan yang dialami orang lain di sekelilingnya.

Pada usia 9-10 tahun, anak sudah mampu mengatur ekspresi emosi dalam situasi sosial dan mampu merespon *distress* emosional yang dialami oleh orang lain. selain itu anak sudah mampu mengontrol emosi negatif seperti takut dan sedih. Anak mempelajari penyebab kesedihan dan ketakutannya sehingga anak belajar beradaptasi untuk mengontrol emosi (rasa takut dan sedih) yang dialaminya. Dalam hal ini anak mempelajari cara meredam emosi negatif yang muncul dan mencari cara untuk menghentikan hal tersebut.

Pada usia 11-12 tahun, pemahaman anak tentang baik- buruk, tentang norma-norma serta aturan yang berlaku dilingkungannya semakin bertambah dan lebih fleksibel tidak sekaku sebelumnya. Dalam hal ini anak sudah mulai memahami bahwa penilaian baik-buruk atau aturan-aturan dapat diubah tergantung pada situasi dan kondisi munculnya suatu perilaku. Pada usia ini juga nuansa emosi anak semakin bervariasi.

Ekspresi Emosional Anak Sekolah Dasar

Emosi tidak hanya tentang kemarahan tetapi juga perasaan yang umum dirasakan ketika mengalami atau melakukan sesuatu. (Labudasari dan Sriastria, 2018: 287) menyatakan bahwa Pola Emosi pada anak meliputi rasa takut, malu, khawatir, cemas, marah, cemburu, duka cita, keingintahuan dan kegembiraan. Pada anak sekolah dasar, emosi yang sering dirasakan adalah rasa takut, khawatir, marah, cemburu, merasa bersalah dan sedih, ingin tahu, gembira, cinta dan kasih sayang.

Rasa takut yaitu perasaan terancam oleh suatu objek yang membahayakan.

Rasa takut terhadap sesuatu berlangsung melalui beberapa tahapan. Tahap pertama yaitu tidak takut, karena anak belum dapat melihat kemungkinan bahaya yang terdapat pada objek. Kedua, timbulnya rasa takut setelah mengetahui bahaya pada. Rasa takut akan kembali hilang setelah mengetahui cara-cara menghindari bahaya.

Rasa malu. Rasa malu merupakan bentuk ketakutan yang ditandai dengan menghindari diri untuk berhubungan dengan orang lain yang tidak dikenal atau jarang dijumpai. Seperti halnya rasa malu, rasa canggung adalah reaksi takut pada manusia, bukan pada objek atau situasi. Rasa canggung berbeda dengan rasa malu. Kecanggungan tidak disebabkan oleh adanya orang yang tidak dikenal atau orang yang jarang dijumpai, tetapi lebih disebabkan oleh keraguan tentang penilaian orang lain terhadap perilaku atau diri seseorang. Oleh karena itu, rasa canggung merupakan keadaan khawatir yang menyangkut kesadaran-diri (*selfconscious distress*).

Rasa khawatir biasanya didefinisikan sebagai imajinasi ketakutan atau gelisah tanpa sebab. Tidak seperti ketakutan yang nyata, rasa khawatir tidak langsung ditimbulkan oleh rangsangan dalam lingkungan tetapi merupakan produk pikiran anak itu sendiri. Rasa khawatir timbul karena membayangkan situasi berbahaya yang mungkin akan terjadi. Kekhawatiran adalah normal pada masa kanak-kanak, bahkan pada anak-anak yang kemampuan adaptasinya paling baik sekalipun.

Rasa cemas ialah keadaan mental yang tidak nyaman berkenaan dengan rasa sakit yang mengancam atau yang dibayangkan. Rasa cemas ditandai oleh kekhawatiran, ketidaknyamanan, dan merasa sesuatu yang buruk tidak dapat dihindari oleh seseorang; disertai dengan perasaan tidak berdaya karena merasa berada di jalan buntu; dan disertai pula dengan ketidakmampuan menemukan pemecahan terhadap suatu masalah.

Rasa marah adalah ekspresi emosi yang lebih sering diungkapkan pada masa kanak-kanak dibandingkan dengan rasa takut. Hal ini disebabkan oleh rangsangan yang menimbulkan rasa marah lebih

banyak, dan pada usia ini anak-anak mengetahui bahwa kemarahan merupakan cara yang efektif untuk memperoleh perhatian atau memenuhi keinginan mereka.

Rasa cemburu adalah reaksi normal yang dialami anak ketika kehilangan kasih sayang yang nyata, dibayangkan, atau ancaman kehilangan kasih sayang. Duka cita adalah trauma psikis, suatu kesengsaraan emosional yang disebabkan oleh hilangnya sesuatu yang dicintai.

Rasa ingin tahu adalah keinginan anak untuk mengetahui lebih dalam tentang suatu objek. Rangsangan yang menimbulkan keingintahuan anak-anak sangat banyak. Anak-anak menaruh minat terhadap segala sesuatu di lingkungan mereka, termasuk diri sendiri.

Rasa gembira adalah emosi yang menyenangkan yang juga dikenal dengan keriang, kesenangan, atau kebahagiaan. Setiap anak memiliki intensitas dan jumlah kegembiraannya yang berbeda serta cara mengepresikannya sampai batas-batas tertentu dapat diramalkan. Sebagai contoh ada kecenderungan umur yang dapat diramalkan, yaitu anak-anak yang lebih muda merasa gembira dalam bentuk yang lebih mencolok dari pada anak-anak yang lebih tua.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Emosi

Perkembangan emosi anak secara individu tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal namun juga eksternal. (Labudasari dan Sriastra, 2018: 289-290) menyatakan bahwa Faktor pertama yang mempengaruhi perkembangan emosi anak adalah kondisi anak secara individu. Perkembangan emosi anak secara individu dapat terpengaruh oleh adanya ketidaksempurnaan fisik atau kekurangan pada diri anak itu sendiri. Jika terjadi hal seperti ini, bukan tidak mungkin anak akan merasa rendah diri, mudah tersinggung, atau menarik diri dari lingkungannya. Anak akan merasa tidak nyaman dengan ketidaksempurnaan yang dimilikinya. Mereka cenderung menghindari pergaulan dengan teman sebaya yang juga akan mempengaruhi perkembangan sosial.

Faktor kedua yang mempengaruhi perkembangan emosi anak adalah pengalaman belajar. pengalaman belajar anak akan menentukan reaksi potensial mana yang mereka gunakan untuk mengekspresikan emosinya. Pengalaman belajar yang menunjang perkembangan emosi antara lain belajar dengan coba-coba. Pada pengalaman belajar seperti ini anak belajar dengan coba-coba untuk mengekspresikan emosinya dalam bentuk perilaku yang memberi pemuasan sedikit atau sama sekali tidak memberi kepuasan. Belajar dengan meniru. Dengan cara seperti ini anak akan bereaksi dengan emosi dan metode yang sama dengan orang-orang yang diamati. Belajar dengan mempersamakan diri. Anak meniru reaksi emosional orang lain (sebagai objek yang diamati) yang tergugah oleh rangsangan yang sama dengan rangsangan yang telah membangkitkan emosi orang yang ditiru. Disini anak hanya meniru orang yang dikagumi dan mempunyai ikatan emosional yang kuat dengannya. Belajar melalui pengondisian. Dengan metode ini objek situasi yang mulanya gagal memancing reaksi emosional kemudian berhasil dengan cara asosiasi. Pengondisian terjadi dengan mudah dan cepat pada awal kehidupan karena anak kecil kurang menalar, mengenal betapa tidak rasionalnya reaksi mereka. Belajar melalui bimbingan dan pengawasan. Anak diajarkan cara bereaksi yang dapat diterima jika suatu emosi terangsang. Dengan pelatihan, anak dirangsang untuk bereaksi terhadap rangsangan yang biasanya membangkitkan emosi yang menyenangkan dan dicegah agar tidak bereaksi secara emosional terhadap rangsangan yang membangkitkan emosi yang tidak menyenangkan.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Emosi

Perkembangan emosi anak secara individu tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal namun juga eksternal. (Labudasari, 2018: 289-290) Faktor pertama yang mempengaruhi perkembangan emosi anak adalah kondisi anak secara individu. Perkembangan emosi anak secara individu dapat terpengaruh oleh adanya

ketidaksempurnaan fisik atau kekurangan pada diri anak itu sendiri. Jika terjadi hal seperti ini, bukan tidak mungkin anak akan merasa rendah diri, mudah tersinggung, atau menarik diri dari lingkungannya. Anak akan merasa tidak nyaman dengan ketidaksempurnaan yang dimilikinya. Mereka cenderung menghindari pergaulan dengan teman sebaya yang juga akan mempengaruhi perkembangan sosial.

Faktor kedua yang mempengaruhi perkembangan emosi anak adalah pengalaman belajar. pengalaman belajar anak akan menentukan reaksi potensial mana yang mereka gunakan untuk mengekspresikan emosinya. Pengalaman belajar yang menunjang perkembangan emosi antara lain belajar dengan coba-coba. Pada pengalaman belajar seperti ini anak belajar dengan coba-coba untuk mengekspresikan emosinya dalam bentuk perilaku yang memberi pemuasan sedikit atau sama sekali tidak memberi kepuasan. Belajar dengan meniru. Dengan cara seperti ini anak akan bereaksi dengan emosi dan metode yang sama dengan orang-orang yang diamati. Belajar dengan mempersamakan diri. Anak meniru reaksi emosional orang lain (sebagai objek yang diamati) yang tergugah oleh rangsangan yang sama dengan rangsangan yang telah membangkitkan emosi orang yang ditiru. Disini anak hanya meniru orang yang dikagumi dan mempunyai ikatan emosional yang kuat dengannya. Belajar melalui pengondisian. Dengan metode ini objek situasi yang mulanya gagal memancing reaksi emosional kemudian berhasil dengan cara asosiasi. Pengondisian terjadi dengan mudah dan cepat pada awal kehidupan karena anak kecil kurang menalar, mengenal betapa tidak rasionalnya reaksi mereka. Belajar melalui bimbingan dan pengawasan. Anak diajarkan cara bereaksi yang dapat diterima jika suatu emosi terangsang. Dengan pelatihan, anak dirangsang untuk bereaksi terhadap rangsangan yang biasanya membangkitkan emosi yang menyenangkan dan dicegah agar tidak bereaksi secara emosional terhadap rangsangan yang membangkitkan emosi yang tidak menyenangkan.

Faktor ketiga adalah konflik-konflik dalam proses perkembangan. Setiap anak

pasti pernah mengalami konflik baik di rumah maupun di sekolah. Setiap anak melalui berbagai konflik dalam menjalani fase-fase perkembangan yang pada umumnya dapat dilalui dengan sukses. Namun jika anak tidak dapat melewati atau gagal menyelesaikan konflik, biasanya mengalami gangguan emosi. Pada usia aktif sekolah, bukan tidak mungkin mereka akan meluapkan emosi dengan menggunakan fisik.

Pendidikan Karakter

Karakter merupakan pondasi untuk membangun sumber daya manusia yang berkualitas. Oleh karena itu, karakter harus dibentuk sedini mungkin (Ramadhanti, 2019: 9). Ini berarti kegagalan pembentukan karakter pada peserta didik di sekolah dasar harus dihindari karena akan berpengaruh terhadap pribadi peserta didik yang bermasalah di masa yang akan datang. Lickona dalam (Ramadhanti, 2019: 9) mengatakan bahwa karakter adalah kepemilikan seseorang akan hal-hal yang baik. Hal baik yang dimaksud meliputi spiritual, intelektual, emosional, dan sosial. Karakter membahas tentang kualitas ketakwaan seseorang pada Tuhannya, kecerdasan seseorang dalam mengatasi berbagai masalah yang dihadapi dan yang paling utama tentang sikap dan perilaku seseorang terhadap sesamanya. Karakter juga menjadi tolak ukur penilaian baik buruknya seseorang. Artinya baik buruk seseorang tidak di lihat dari harta, jabatan atau kecerdasan yang dimiliki tetapi yang paling utama bagaimana sikapnya. Masalah dalam dunia pendidikan saat ini adalah rendahnya moral peserta didik.

Salah satu upaya untuk mengatasi masalah pendidikan di Indonesia saat ini adalah pendidikan karakter agar peserta didik memiliki karakter yang kuat yang dapat mengantarkan mereka kearah yang positif dan tidak mudah terpengaruh kepada arah yang negatif mengingat perkembangan zaman yang semakin pesat dalam segala aspek kehidupan oleh karena itu sebagai masyarakat Indonesia sudah seharusnya mampu untuk memilah hal-hal yang baik untuk diikuti dan hal yang buruk untuk ditinggalkan (Indayu, 2017: 345).

Melalui implementasi pendidikan karakter di sekolah dasar diharapkan dapat mengubah pola pikir dan tingkah laku peserta didik yang sudah seharusnya dibina dari awal. Hal ini juga merupakan amanat dalam Undang-Undang No.20 Tahun 2003 pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang berbunyi "pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk karakter serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa".

Menurut Yetri (dalam Zulaikah, 2019: 85) pendidikan karakter adalah upaya mendidik anak agar dapat mengambil keputusan dan menerapkan keputusan tersebut dengan bijaksana dalam kehidupan sehari-hari sehingga mereka mampu berkontribusi positif terhadap lingkungan mereka. Komara (dalam Primasari dkk, 2019: 1108) menyatakan bahwa pendidikan karakter adalah usaha sadar dan terencana yang dilakukan secara berkesinambungan oleh sekolah yang didukung pemerintah guna menanamkan nilai-nilai etika seperti keadilan, kejujuran, kepedulian, tanggung jawab, serta menghargai orang lain. Lickona (dalam Utami, 2019: 64) mendefinisikan pendidikan karakter sebagai upaya yang di desain dengan sengaja untuk memperbaiki karakter peserta didik. Kristiawan (dalam Primasari dkk, 2019: 1113) menyatakan bahwa pendidikan karakter bertujuan untuk membentuk karakter dan ahlak mulia peserta didik secara utuh, terintegrasi dan seimbang sesuai dengan standar kompetensi lulusan. Oleh karena itu, melalui pendidikan karakter peserta didik diharapkan untuk mampu meningkatkan serta menggunakan pengetahuannya, mengkaji dan menginternalisasi, serta mempersonalisasi nilai-nilai karakter dan ahlak mulia secara mandiri, sehingga terwujud dalam perilaku sehari-hari dan menjadi budaya.

Nilai-nilai yang dikembangkan dalam pendidikan karakter dalam kemendiknas yang dikutip oleh (Ramadhanti dkk, 2019: 10) ada 18 karakter diantaranya: karakter (1) religius: taat dalam melaksanakan ajaran agama yang dianutnya, toleran terhadap pelaksanaan ibadah agama lain (2) jujur:

prilaku yang didasarkan pada upaya menjadi orang yang selalu dapat dipercaya dalam perkataan, tindakan, dan pekerjaan (3) disiplin: prilaku tertib dan patuh terhadap berbagai aturan (4) toleransi: sikap serta tindakan yang menghargai perbedaan agama, suku, etnis, pendapat, sikap, dan tindakan orang lain yang berbeda dari dirinya (5) kerja keras: prilaku yang menunjukkan kesungguhan dalam mengatasi berbagai hambatan belajar dan tugas serta menyelesaikan tugas dengan baik (6) kreatif: berpikir dan melakukan berbagai hal untuk menghasilkan sesuatu yang baru dari sesuatu yang telah dimiliki (7) mandiri: sikap dan prilaku tidak bergantung pada orang lain dalam menyelesaikan suatu tugas (8) demokratis: cara berpikir, bersikap dan bertindak yang menilai sama hak dan kewajiban dirinya dengan orang lain (9) rasa ingin tahu: sikap dan prilaku yang selalu berupaya ingin mengetahui sesuatu yang dipelajari, dilihat dan didengar secara mendalam dan meluas (10) semangat kebangsaan: cara berpikir, bertindak dan berpandangan bahwa (11) cinta tanah air: cara berpikir, bersikap dan berbuat yang menunjukkan loyalitas dan apresiasi yang tinggi terhadap bangsa, lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi, dan politik bangsa (12) menghargai prestasi: sikap dan tindakan yang memotivasi dirinya untuk menghasilkan sesuatu yang bermanfaat bagi masyarakat, dan mengakui, serta menghormati keberhasilan orang lain (13) bersahabat/Komunikatif: tindakan yang menunjukkan rasa senang berinteraksi dan bekerja sama dengan orang lain (14) cinta damai: sikap, perkataan, dan tindakan yang membuat orang lain merasa senang dan aman atas kehadiran dirinya (15) gemar membaca: kebiasaan meluangkan waktu untuk membaca berbagai bahan bacaan yang memberikan manfaat bagi dirinya (16) peduli lingkungan: sikap dan tindakan yang selalu berupaya mencegah kerusakan pada lingkungan alam dan di sekitarnya, dan berupaya untuk memperbaiki kerusakan alam yang sudah terjadi (17) peduli sosial: sikap dan tindakan yang selalu ingin membantu orang lain dan masyarakat yang membutuhkan (18)

tanggung jawab: sikap dan perilaku seseorang untuk melaksanakan tugas dan kewajiban, yang seharusnya dilakukan, terhadap diri sendiri, masyarakat, lingkungan (alam, sosial dan budaya), negara dan Tuhan Yang Maha Esa.

Berikut prinsip-prinsip yang digunakan untuk mengembangkan pendidikan karakter yang ditetapkan oleh Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan (2010: 11-14): (1) berkelanjutan. Artinya pendidikan karakter sebagai proses pembentukan karakter harus dilakukan mulai dari awal sampai dengan akhir proses pendidikan di sekolah. Mulai dari tingkat TK sampai dengan SMA. Di tingkat perguruan tinggi pendidikan karakter lebih fokus pada pemberdayaan (2) melalui semua muatan pelajaran, pengembangan diri, dan budaya pendidikan. Artinya proses pengembangan karakter dilakukan melalui setiap muatan pelajaran di sekolah, setiap program ekstrakurikuler, dan program co-kurikuler berdasarkan Standar Isi Kurikulum. Dalam hal ini setiap muatan pelajaran yang dipelajari peserta didik di sekolah harus terinternalisasi nilai-nilai karakter (3) nilai tidak tertangkap atau diajarkan, hal itu dipelajari. Ini berarti nilai karakternya bukan bahan ajar, tetapi ini adalah sesuatu yang bisa dipelajari oleh peserta didik. Peserta didik adalah subjek belajar. Oleh karena itu, guru tidak perlu mengubah materi ajar namun memberi kesempatan dan kemungkinan kepada belajar untuk belajar dan menginternalisasi pendidikan karakter (4) proses belajar yang aktif dan menarik. Artinya, proses pendidikan karakter memposisikan peserta didik sebagai subjek pembelajaran. Suasana belajar seharusnya hidup, aktif, dan menarik.

Pengembangan Kecerdasan Emosional Melalui Pendidikan Karakter

Goleman (dalam Khodijah, 2014: 145) yang menyatakan bahwa kecerdasan intelektual hanya berpengaruh sebanyak 20% terhadap keberhasilan hidup seseorang sedang 80% nya dipengaruhi oleh apa yang disebutnya *emotional intelligence* (kecerdasan emosional). sejalan dengan pendapat sebelumnya (Kurniawan, 2013: 32) juga menyatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan

modal dasar bagi peserta didik untuk menyongsong masa depan karena dengan kecerdasan emosional seseorang akan berhasil dalam menghadapi berbagai tantangan termasuk tantangan untuk berhasil secara akademik. Oleh karena itu, kecerdasan emosional peserta didik harus dipupuk dan dikembangkan sedini mungkin sehingga dapat menjadi pondasi yang kuat bagi dirinya di masa yang akan datang. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengembangkan kecerdasan emosional peserta didik adalah dengan menerapkan pendidikan karakter. Hal ini sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Agus Prasetyo dan Emusti Rivasintha (dalam Kurniawan, 2013: 32) yang menyatakan bahwa melalui pendidikan karakter seorang anak akan menjadi cerdas emosinya.

Simpulan

Karakter adalah suatu kebiasaan (*habit*) yang didalamnya terdapat cara berpikir dan berperilaku yang mengarahkan seseorang untuk bersikap dan bertindak di berbagai kondisi. Karakter dapat dibentuk melalui pendidikan. Pendidikan karakter adalah upaya yang dilakukan secara sadar dan terencana untuk menanamkan nilai-nilai karakter pada diri peserta didik. Nilai-nilai tersebut adalah nilai religius, jujur, toleransi, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, bersahabat/komunikatif, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, dan tanggung jawab. Pendidikan karakter harus dilakukan dengan berkelanjutan, nilai-nilai karakter terinternalisasi dalam setiap muatan pelajaran yang dipelajari peserta didik, nilai-nilai karakter tidak bisa ditangkap dengan sendirinya oleh peserta didik atau hanya sekedar diajarkan melainkan peserta didik harus mempelajari sendiri (peserta didik terlibat aktif dalam proses pembelajaran) dan proses pelaksanaan pendidikan karakter harus melibatkan peserta didik secara aktif.

Karakter memiliki korelasi dengan emosi. Emosi diartikan sebagai perasaan yang disertai dengan perubahan serta perilaku fisik. Kecerdasan emosional

adalah kemampuan seseorang dalam mengelola emosinya sehingga dapat diekspresikan dengan tepat pada kondisi-kondisi tertentu. Berikut aspek-aspek kecerdasan emosional mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenal emosi orang lain (empati) dan membina hubungan.

Berdasarkan penjelasan yang telah di paparkan pada sub pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional peserta didik sekolah dasar dapat dikembangkan melalui pendidikan karakter karena penerapan pendidikan karakter akan menghasilkan peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional yaitu peserta didik yang mampu mengelola emosinya dengan baik, memotivasi diri, memiliki rasa empati dan membina hubungan baik dengan orang lain.

Daftar Pustaka

- Bariyyah, K & Latifah, L. 2019. Kecerdasan Emosi Siswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Jenjang Kelas. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*. 4 (2). 68-75.
- Goleman, Daniel. 1995. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. 2007. *Emotional Intelligence, Kecerdasan emosional Mengapa EI Lebih Penting dari IQ*. Alih bahasa: T Hermaya. Jakarta: PT Gramedia PustakaUtama.
- Indaayu, P. 2017. Peran Pendidikan Karakter Dalam Kecerdasan Emosional Siswa Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Nasional Tahunan Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Medan*. 1 (1). 344-347.
- Indriawati, P. 2018. Pengaruh Kepercayaan Diri dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Universitas Balikpapan. *Jurnal Pendidikan Edutama*. 5 (2). 1-9.
- Kemko Kesra RI. (2010). *Kebijakan Nasional Pembangunan Karakter Bangsa*. Jakarta.

- Khodijah, Nyanyu. 2014. Psikologi Pendidikan. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Kurniawan, Syamsul. 2013. Pendidikan Karakter. Yogyakarta: Arruzmedia.
- Labudasari, E. & Sriastria, W. Perkembangan Emosi Pada Anak Sekolah Dasar. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP Universitas Muhammadiyah Cirebon*.
- Lestari, P dkk. Tingkat Kecerdasan Emosi Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 15 Palembang. *Jurnal Konseling Koperhensif*. 6 (1). 11-20.
- Muslich, Masnur. 2014. Pendidikan Karakter Menjawab Tantangan Krisis Multidimensional. Jakarta: Bumi Aksara.
- Primasari, G, dkk. 2019. Pendidikan Karakter Bagi Generasi Masa Kini. Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas PGRI Palembang.
- Ramdianti, M, dkk. 2019. Pembentukan Karakter Dalam Pembelajaran BCCT (Beyond Center And Circle Time). *Jurnal Educate*. 4 (1). 10-17.
- Shapiro, Lawrence E. 1997. *Menagajarkan Emotional Intellegence Pada Anak* (Alih Bahasa Alex Tri Kantjono). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Sumantri, S. M. 2015. *Pengantar Pendidikan*. Hakikat Manusia dan Pendidikan. MKDK4001/MODUL 1.
- Utami, W. S. 2019. Penerapan Pendidikan Karakter Melalui Kegiatan Kedisiplinan Siswa. *Jurnal Pendidikan*. 4 (1). 63-66.
- Zulaikah, S. 2019. Penguatan Pendidikan Pendidikan Agama Islam di SMPN 3 Bandar Lampung. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*. 10 (1). 83-93.