

KECERDASAN EMOSI DAN APLIKASINYA DALAM PEBELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

**Oleh:
Mami Hajaroh**

Pendahuluan

Kecerdasan emotional (*emotional Intelligence*) berbeda dengan kecerdasan intelektual (*intelligent Intelligence*). Penelitian tentang kecerdasan intelektual telah berumur seratus tahun dan dilakukan terhadap ratusan ribu orang, sedangkan kecerdasan emosional merupakan konsep baru yang sampai sekarang belum ada yang dapat mengemukakan secara tepat sejauh mana variasi yang ditimbulkannya dalam perjalanan hidup seseorang. Akan tetapi data yang ada mengisyaratkan bahwa kecerdasan emosional dapat sama ampuhnya bahkan terkadang lebih ampuh dari kecerdasan intelektual.

Goleman (2006:44) menyatakan bahwa setinggi-tingginya kecerdasan intelektual menyumbang kira-kira 20% bagi faktor-faktor yang menentukan sukses individu dalam hidup. Sedangkan 80% diisi oleh kekuatan-kekuatan lain termasuk diantaranya kecerdasan emosional. Mengenai kecerdasan intelektual ada yang menyatakan bahwa kecerdasan intelektual tidak dapat banyak diubah oleh pengalaman dan pendidikan. Kecerdasan intelektual cenderung bawaan sehingga kita tidak dapat berbuat banyak untuk meningkatkannya. Sementara itu kecerdasan emosional dapat dilatih, dipelajari dan dikembangkan pada masa kanak-kanak, sehingga masih ada peluang untuk menumbuhkembangkan dan meningkatkannya untuk memberikan sumbangan bagi sukses hidup seseorang.

Konsep kecerdasan emosional memang masih relatif baru, oleh karena itu belum dikenal sebagaimana kita mengenal hebatnya kecerdasan intelektual, juga belum banyak dikembangkan oleh dunia pendidikan. Sehingga konsep-konsep dan praktek pendidikan yang berlangsung masih cenderung mengedepankan kecerdasan intelektual. Stigma anak cerdas diberikan kepada mereka yang memiliki nilai rapor tinggi, ranking 10 besar di kelas ataupun nilai UAN yang tinggi. Walaupun di satu sisi di kelas mereka termasuk anak yang mau menang sendiri, tidak dapat bergaul dengan teman ataupun suka menyendiri. Tidak ada label cerdas bagi anak yang suka bergaul, perhatian dengan teman dan suka menolong tetapi memiliki angka rapor yang rendah. Padahal untuk mencapai

keberhasilan hidup tidak cukup hanya dengan bekal cerdas secara intelektual tetapi rendah dalam kecerdasan emosional.

Fenomena tawuran, perkelahian antar kelompok, antar suku dan antar agama yang sering terjadi di negeri ini menunjukkan kurang adanya perhatian terhadap kecerdasan emosional selama ini. Konflik yang terjadi menggambarkan bahwa masing-masing kelompok sama-sama kurang cerdas secara emosional. Bahkan hal terjadi pada semua lapisan masyarakat, tidak memandang seberapa tinggi tingkat pendidikan, status sosial, maupun status ekonomi.

Perhatian pendidikan terhadap persoalan pengembangan kecerdasan emosional memang dirasa masih kurang, sehingga pendidikan perlu berbenah guna meningkatkannya. Demikian halnya dengan mainstream masyarakat perlu diubah bahwa cerdas tak cukup hanya cerdas secara intelektual tetapi juga cerdas secara emosional. Pendidikan kecerdasan emosional hendaknya dilakukan pada semua jalur pendidikan baik pendidikan formal, non formal maupun informal, masing-masing dengan strategi dan implementasi yang sesuai.

Untuk dapat melatih dan mengembangkan kecerdasan emosional secara optimal kita perlu memahami tentang apa yang dimaksud dengan kecerdasan emosional, bagaimana melatih dan mengimplemantasikannya dalam pendidikan, terutama Pendidikan Agama Islam

Kecerdasan Emosional

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 dalam Goleman (2006:23-25) sumber emosi adalah peran amigdala dalam otak emosional. 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 (2000:26) menyatakan bahwa dalam evolusi emosi hadir lebih dulu di dalam batang otak primitif manusia sebelum bagian berpikir otak. 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.

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 intelligence* menggambarkan kecerdasan hati dan *Intellectual Intelligence* 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 pribadi (Segal: 2000: 27)

Sejumlah teoritikus mengelompokkan emosi dalam beberapa golongan. Golongan tersebut adalah:

1. Amarah: beringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, terganggu, berang, tersinggung, bermusuhan tindak kekerasan dan kebencian pathologis.
2. Kesedihan: pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihi diri sendiri, kesepian, ditolak, putus asa dan kalau menjadi patologis depresi berat.
3. Rasa takut: cemas, takut, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada, tidak senang, ngeri, kecut, sebagai patologi fobia dan panik.
4. Kenikmatan: gembira, bahagia, ringan, puas, riang, senang, terhibur, bangga, kenikmatan inderawi, takjub, rasa terpesona, rasa terpenuhi, kegirangan luar biasa, senang sekali dan batas ujungnya adalah mania.
5. Cinta: penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran dan kasih.
6. Terkejut: terkesiap, takjub, terpana.
7. Jengkel: hina, jijik, muak, mual, benci, tidak suka, mau muntah.
8. Malu: rasa salah, malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib, dan hati hancur lebur.

Penggolongan ini tidak menyelesaikan setiap pertanyaan bagaimana mengelompokkan emosi seperti halnya dengan perasaan yang campur aduk, variasi marah yang mengandung sedih dan takut.

Menurut Goleman (2006:404-405) terdapat lima kecerdasan emisonal, yakni:

1. Mengenal Emosi Diri: Kesadaran mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi.

Mengenal 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.

2. 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.

3. Memanfaatkan 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.

4. 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.

5. 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 berlawanan 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.

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 adalah:

1. Sekolah Dasar: Kesadaran emotional (Segal, 2000: 69-89)

Emosi adalah pengalaman yang dapat dirasakan secara fisik. Seseorang merasakan emosinya secara fisik. Ketika kita merasa sakit dimanakah sesungguhnya 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 simphoni maka harus dapat merasakan sensasi di seluruh tubuh.

2. Sekolah Lanjutan: Penerimaan Emosional (Segal, 2000: 93-97)

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 Auswich yang tubuhnya lemah..... dapat lebih baik bertahan daripada mereka yang berbadan kuat".

3. Perguruan tinggi: Kesadaran Aktif (Segal, 2000:115-130)

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 menyimpan 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

4. Pascasarjana: Memiliki Empati (Segal, 2000:137-160)

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.

Pendidikan Agama Islam dalam upaya Melejitkan Kecerdasan Emosional

Danil Goleman (2006: 275-281) menyatakan kesempatan pertama untuk membentuk kecerdasan emosional pada tahun-tahun awal usia anak, dan akan terbentuk sepanjang anak sekolah. Kemampuan emosional yang diperoleh anak di dalam kehidupannya kelak akan bergantung ada kemampuan anak tersebut. Anak-anak memperlakukan orang lain sebagaimana ia diperlakukan orang. Kekasaran anak-anak hanyalah versi ekstrem yang terlihat pada anak-anak yang orang tuanya menghukum dengan mengecam, mengancam dan bersikap kasar. Anak-anak yang semacam ini cenderung tidak memberi perhatian bila teman bermainnya kesakitan atau menangis. Mereka ada pada salah satu ujung kontinum sikap dingin dan puncaknya adalah kebrutalan dan kekerasan.

Kegagalan berempati sering terulang selama bergenerasi-generasi, dengan orang tua yang kasar yang menganiaya mereka sewaktu kecil. Ini akan berbeda dengan anak yang orangtuanya penuh perhatian mendengarkan kepada anak-anaknya untuk peduli kepada orang lain dan memahami bahwa sikap kasar bisa membuat orang lain tidak senang. Bila tidak mendapat pelajaran ini anak akan sulit untuk berempati.

Bila di rumah (keluarga) orang tua adalah kunci dari penanaman sikap empati, maka di sekolah guru akan memegang peranan yang kunci pula. Sikap dan sifat guru keseharian disekolah akan sangat besar pengaruhnya terhadap kecerdasan emosi anak. Guru yang mengajar dengan penuh perhatian akan membentuk anak yang perhatian pula

terhadap orang lain. Guru di sekolah memang bukan satu-satunya yang bertanggung jawab dalam pendidikan agama pada anak. Akan tetapi memegang peran terpenting ketika anak berada di sekolah sebagai komunitas kedua anak setelah di rumah. Guru sebagai pengganti orang tua di sekolah dituntut perannya seperti orang tua sebagai pendidik, tidak semata untuk transfer pengetahuan agama tetapi juga sebagai transfer nilai/value untuk penanaman sikap termasuk sikap empati kepada orang lain. Untuk itu sosok guru sebagai pribadi panutan anak, teladan bahkan sebagai figure yang layak dicontoh menjadi sesuatu yang penting.

Harapan besar pada guru agama, karena tersirat dan tersurat dalam ajaran agama Islam tentang kecerdasan emosional. Mendidik anak yang cerdas secara emosional dengan kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memanfaatkan emosi secara produktif, empati dan kesanggupan membina hubungan menjadi bagian dari pendidikan Agama Islam. Kecerdasan emosional di dalam ajaran islam lebih dekat dengan ajaran mengenai akhlak. Akhlak sebagai perangai/watak manusia tidak lahir bersama dengan kelahiran manusia, tetapi akhlaq dibentuk sepanjang hidup manusia. Bahkan ketinggian akhlaq di dalam Islam merupakan jenjang tertinggi dengan derajat Ihsan. Ajaran sabar, jujur, menahan amarah, ikhlas, qonaah dan ajaran lain dalam akhlak sejatinya adalah pendidikan untuk cerdas secara emosional. Misalnya, qana`ah tak sekadar sikap pasif menerima apa adanya, tapi ada proses evaluasi pembelajaran. Juga, berpotensi meningkatkan kecerdasan emosi.

Nabi Muhammad diutus oleh Allah untuk menyempurnakan akhlak manusia. "Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan Akhlak"; dan "Manusia yang paling tinggi kedudukannya adalah yang sempurna akhlaknya", kedua hadits ini menggambarkan pentingnya akhlaq/watak/cerdas secara emosional bagi manusia. Nabi Muhammad adalah figur yang harus diteladani untuk membentuk akhlak manusia. Muhammad, sejak masa kanak-kanak dan remaja, maupun setelah menjadi Rasul, mempunyai sebuah keistimewaan yang dewasa ini sering disebut sebagai kecerdasan emosi. Yakni, kemampuan untuk mengendalikan emosi dirinya, maupun merasakan perasaan orang lain dan mengambilnya sebagai inspirasi untuk menentukan keputusan. Pada setiap tahapan dan fragmen kehidupan Beliau, nyata sekali kecerdasan emosi Beliau yang luar biasa. Rasulullah, dalam kehidupannya sarat dengan kemampuan yang cerdas dalam mengendalikan emosi diri, serta memahami perasaan orang lain, sehingga

berbagai keputusan yang Beliau ambil menjadi begitu menggugah hati, karena merasa emosi mereka dilibatkan. (Hamin thohari, 2006: 2) Jelas sekali, dalam diri Muhammad, terkandung kecerdasan luar biasa yang bisa kita jadikan rujukan."(Hamin thohari, 2006:14)

Guru agama memegang peran kunci, namun tidak terlepas pula dari peran guru lain serta iklim sekolah yang sengaja diciptakan untuk pembelajaran akhlak. Menciptakan masyarakat sekolah sebagai sebuah keluarga sakinah akan memberikan keteladanan akhlak kepada anak. Budaya sekolah yang kondusif akan sangat membantu penghayatan anak untuk memperkuat keyakinan dirinya terhadap nilai-nilai ajaran Islam yang kemudian akan membentuk sikap emosionalnya. Interaksi antara guru dengan guru, guru dengan siswa, siswa dengan siswa ataupun guru dengan karyawan, karyawan dengan siswa dan karyawan dengan karyawan sebagai akan teramati oleh anak sebuah keteladanan bagi kecerdasan emosional dalam situasi sosial yang natural yang sarat dengan nilai-nilai Islami. Dapatkah guru agama sebagai motor dalam gerakan tersebut?

Pendidikan Agama Islam yang masih cenderung bersifat kognitifistik harus mengalami perombakan dalam pembelajaran. Model *integrated learning* dalam satu bidang studi pendidikan agama Islam, misalnya *integrated* antara pembelajaran ibadah dengan pembelajaran akhlak/kecerdasan emosi dapat dilakukan. Selama ini pembelajaran ibadah lebih banyak terlepas dengan pembelajaran akhlak, sehingga seakan-akan ibadah (shalat, zakat, puasa) semata hubungan manusia dengan Allah. Padahal nilai-nilai dalam ibadah justru mengarah kepada pembentukan akhlak dan watak manusia bahkan sebuah proses mencerdaskan manusia secara emosional. Dibawah ini diberikan gambaran pembelajaran Agama Islam tentang ibadah dengan muatan akhlak.

Contoh Rencana Pembelajaran Pendidikan Agama Islam:

Mata Pelajaran : Pendidikan Agama Islam

Topik : Zakat, Infak dan Sedekah

Standar Kompetensi : Menerapkan Hukum Islam dalam Kehidupan sehari-hari

Kompetensi Dasar : Siswa melakukan zakat, infak dan sedekah

Indikator :

Kognitif:

1. Mengidentifikasi perbedaan antara zakat, infak dan sedekah
2. Mengkaji dalil naqli tentang zakat, infak dan sedekah

Afektif:

3. Menemukan nilai-nilai sosial dan kemanfaatan zakat bagi masyarakat.
4. Memiliki sikap empati terhadap fakir miskin.

Psikomotor:

5. Mempraktekkan penghitungan besarnya zakat mal yang harus dikeluarkan dengan melihat nishab, haul dan kadar zakat
6. Dapat membina hubungan baik dengan anak miskin dan anak jalanan.
7. Menentukan prioritas penggunaan uang

Materi Pokok:

1. Pengertian zakat, infak dan sedekah
2. Bacaan/hafalan dalil naqli
3. Syarat-syarat zakat, infak dan sedekah
4. Nilai-nilai sosial dan kemanfaatan zakat bagi masyarakat
5. Prioritas penggunaan uang
6. Penghitungan besarnya zakat yang harus dikeluarkan

Skenario Pembelajaran:

Untuk mencapai standar kompetensi dan kompetensi dasar siswa perlu mendapatkan pengalaman belajar yang sesuai dan dikemas sebagai berikut:

1. Guru menjelaskan rencana pembelajaran yang akan dilaksanakan, kompetensi yang harus dicapai, dan strategi pembelajarannya.
2. Guru menyampaikan permasalahan kehidupan yang berkaitan dengan kepemilikan uang dan keharusan Islam untuk membayar zakat, infak dan sedekah. Dengan diskusi kelas siswa mengidentifikasi pengertian zakat, infak dan sedekah serta perbedaan prinsipil antara ketiganya.
3. Siswa diminta menunjukkan dan membaca/menghafal dari naqli tentang zakat, infak dan sedekah
4. Guru memberikan tugas kepada siswa untuk menghitung besarnya zakat mal yang harus dibayarkan dengan memberikan soal ceritera yang berkaitan dengan pembayaran zakat: seperti: Pak Amin memiliki deposito sebesar Rp. 35 juta dan sudah dimiliki selama 18 bulan. Apakah Pak

Amin sudah termasuk wajib Zakat? Mengapa? Kalau sudah berapa zakat yang harus dibayarkan?

5. Setelah anak memahami pengertian zakat, infak, sedekah, dan penghitungan zakat: dengan teknik rangking anak diminta membuat prioritas terhadap sebuah masalah:

a. Jika kamu mendapatkan uang sebesar 2 juta rupiah, prioritas apa yang akan kamu lakukan dengan uang tersebut:

- 1). Ditabung
- 2). Ntraktir makan teman
- 3). Memberikan sebagian anak miskin dan yatim
- 4). Membayar uang sekolah

Untuk merangking dapat dilakukan secara individual maupun diskusi kelompok. Siswa diminta penjelasan mengapa membuat rangking tersebut

b. Jika kamu melihat orang tuamu memiliki uang cukup banyak apa yang kamu lakukan pada orang tuamu:

- 1). Bertanya uang itu untuk apa
- 2). Minta dibelikan sesuatu
- 3). Biasa-biasa saja
- 4). Bertanya apakah sudah membayar zakat/sedekah

Bila siswa memilih satu jawaban guru dapat mendiskusikan lebih jauh dengan siswa, mengapa dia memilih jawaban tersebut.

5. Setelah selesai diskusi dan Tanya jawab guru mengalokasikan waktu kurang lebih 10 menit untuk siswa dapat membuat kesimpulan dan refleksi dari pembelajaran yang diterima dengan bimbingan dari guru.

6. Guru membagi anak dalam kelompok, menugaskan anak untuk:

- a. menyisihkan sebagian uang jajan dalam satu minggu kemudian uang dikumpulkan.
- b. Secara berkelompok anak meyedekahkan uangnya kepada anak-anak miskin dan anak jalanan sambil berbincang dengan mereka di sekitar sekolah
- c. Anak menyusun laporan dan sharing pengalaman dengan kelompok yang lain dalam satu kelas.

Pembelajaran pendidikan Agama Islam pada aspek kognitif tetap dilaksanakan, akan tetapi aspek sikap perlu lebih ditekankan. Selama ini ada kesan bahwa ibadah mahdlah lebih tinggi nilainya dibandingkan dengan muamalah maupun akhlaq. Dengan kesan demikian kecenderungan menganggap bahwa jika sudah mengerjakan shalat, puasa, zakat dan haji, lalu memandang kurang penting implementasi nilai-nilai ibadah tersebut dalam konteks muamalah dan akhlaq. Kecenderungan ini berimplikasi pada seseorang yang taat mengerjakan shalat tetapi tidak peduli dan tidak tenggang rasa dengan orang lain (kurang memiliki sikap empati). Atau pada orang-orang yang mengatasnamakan ajaran Islam justru bertindak emosional, saling menuduh dan bertindak brutal mengesampingkan nilai-nilai akhlaq Islami yang mengajarkan kecerdasan Emosional.

Pembelajaran pendidikan agama Islam jangan hanya bersifat teoritis, akan tetapi lebih ditekankan pada aplikasi perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Misalkan pembelajaran tauhid tidak semata penjelasan tauhid dalam dimensi vertikal, tetapi pengembangan materi tauhid dalam dimensi horisontal/tauhid sosial akan lebih bermanfaat bagi upaya pengembangan kecerdasan emosional. Mengkaitkan secara langsung materi pendidikan agama Islam pada masalah-masalah aktual yang dialami anak baik di rumah, di sekolah maupun di masyarakat lebih menunjang bagi kecerdasan emosi anak. Mengapa banyak anak jalanan? Mengapa ada perkelahian? Mengapa ada rumah anak yatim? Hal-hal tersebut dapat menjadi topik yang didiskusikan dengan anak. Problem solving yang dikemukakan oleh anak sesuai dengan usia mereka. Argumen anak. dapat menggambarkan siapa dirinya (anak mengenal dirinya sendiri) serta memberikan kesadaran bagi mereka tentang pentingnya kebersamaan dan rasa bersyukur. Juga langkah apa yang dilakukan oleh seorang anak untuk menggalang kebersamaan dengan teman-temannya memberikan sikap empati anak. Apabila kurang tepat dalam sharing dan diskusi guru memberikan masukan kepada anak bagaimana yang seharusnya.

Kurikulum pendidikan Agama Islam di sekolah lebih bersifat konsentris dari tingkat rendah sampai tingkat perguruan tinggi mempunyai sumber yang sama dengan tingkat kedalaman yang berbeda. Hal ini berarti sepanjang anak sekolah ia akan belajar tentang kecerdasan emosional sesuai dengan tingkat perkembangannya. Dilihat dari isi dan waktu yang dipakai, pendidikan agama Islam tepat bagi pembelajaran kecerdasan

emosional, hanya saja diperlukan adanya pembaharuan agar kecenderungan PAI yang bersifat kognitif dan informatif dapat ditinggalkan.

Pembelajaran Pendidikan Agama Islam sebagaimana tersebut diatas membutuhkan figur guru yang cerdas secara intelektual maupun emosional. Cerdas intelektual berarti guru dengan cepat dan tepat menemukan model dan metode pembelajaran, juga kreatif merancang pembelajaran dan mengaplikannya. Cerdas emosional berarti guru menjadi teladan bagi anak untuk kecerdasan emosionalnya.

Daftar Pustaka

- Goleman, Daniel. (2006) Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting dari IQ. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Hamim Thohari dan Ika Rais (2006) Tumbuh Kembang: Kecerdasan Emosi Nabi. Jakarta: Pustaka Inti.
- Segal, Jeane. (2000). Melejitkan Kepekaan Emosional. Bandung: Mizan Media Utama
- Simon, Sidney., Howe, Leland W., & Kirchenbaum, Howard. (1978). *Values Clarification: A handbook of Practical Strategies for Teachers and Students*. New York: Hart Publishing Company, Inc.