

## **MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL MELALUI *SELF REGULATED LEARNING* DALAM MEMBENTUK KARAKTER BANGSA YANG KUAT**

**Awaluddin<sup>1</sup>, St. Amaliah Muthmainnah<sup>2</sup>, dan Muh. Ridwan Ali<sup>3</sup>**

*Pendidikan Bahasa dan Sastra Inggris, Universitas Muhamadiyah Makassar<sup>1</sup>*

*Pendidikan Sosiologi, Universitas Muhamadiyah Makassar<sup>2</sup>*

*Akuntansi, Universitas Muhamadiyah Makassar<sup>3</sup>*

rudiputrasulung@gmail.com

st.amaliahmuthmainnah@gmail.com

ridwanbatulicin@gmail.com

### ***ABSTRAK***

*Indonesia sebagai sebuah bangsa yang selalu mengedepankan nilai-nilai etika dan estetika serta moral yang berbudi luhur di dalam berkehidupan berbangsa dan bernegara sudah sangat tergerus oleh kemajuan-kemajuan zaman saat ini, salah satu alasannya karena mereka tidak memiliki kecerdasan emosi ketika pengaruh tertinggi dalam kehidupan yaitu 80 persen berasal dari kecerdasan emosi dan 20 berasal dari kecerdasan intelektual. Tapi sekarang lebih menekankan sebagian besar intelektual bukan emosional sehingga begitu banyak penyimpangan yang terjadi, dengan demikian peningkatan kecerdasan emosional harus diterapkan melalui metode *Self Regulated Learning* untuk menciptakan motivasi pribadi yang penuh, kepribadian, peduli lingkungan dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga membentuk karakter yang kuat dan akan menjadi pengaruh yang kuat pada bangsa.*

***Kata Kunci: Kecerdasan Emosi, Self Regulated Learning, Karakter Bangsa.***

### ***ABSTRACT***

*Indonesia is a country that is increasingly noble values, ethics, morals and aesthetics has begun to erode. This proved so many phenomena happened lately. One reason because they did not have good emotional intelligence when highly influential in the success of living 80 percent comes from emotional intelligence and only 20 percent of the intellectual. But now that more emphasis is mostly intellectual rather than emotional so many irregularities that occurred Thus the increase in emotional intelligence should be applied through the method of *Self-Regulated Learning* to create a full personal motivation, personality, caring environment and able to adjust to the environment so as to form a strong character and will be a strong influence on the nation.*

***Key word : emotional intelligence, Self Regulated Learning, character of the Nation.***

## PENDAHULUAN

Pada zaman kompetitif ini Indonesia kehilangan jati dirinya sebagai negara yang bersih dan berdaulat. Fenomena-fenomena yang hadir beberapa tahun terakhir ini sungguh sangat membuat kita semua merasa miris dikarenakan Indonesia sebagai sebuah bangsa yang selalu mengedepankan nilai-nilai etika dan estetika serta moral yang berbudi luhur didalam berkehidupan berbangsa dan bernegara sudah sangat tergerus oleh kemajuan-kemajuan zaman saat ini, berbagai berita yang disajikan oleh media cetak maupun media elektronik telah cukup membuktikan bahwa kemunduran atau bahkan kehancuran moral inipun kini kian terasa hampir menyeluruh diberbagai bidang dan aspek didalam tantangan budaya kehidupan berbangsa dan bernegara, tidak dapat dipungkiri lagi kehancuran moralitas sudah menyelimuti semua kalangan anak bangsa, baik itu para penyelenggara pemerintahan, penegak hukum, instansi-instansi maupun masyarakat awam bahkan anak kecil sekalipun kini mengalami suatu degradasi moral yang kian memprihatinkan.

Di kalangan birokrasi pemerintahan, hampir semua lembaga Negara tidak bersih dari kasus korupsi. Hingga saat ini, misalnya, tercatat 158 kepala daerah, yang terdiri atas gubernur, walikota dan bupati, tersangkut kasus korupsi. Beberapa di antaranya sudah divonis bersalah (Kompas, Juni 2011). Melihat fenomena tersebut dapat disimpulkan bahwa sedikit demi sedikit kepribadian bangsa Indonesia yang berpedoman pada hukum dan pancasila sudah mulai terkikis dari segi makna dan realisasinya. Itu dikarenakan kesadaran dari tiap individu mulai merosot. Jadi pandangan seseorang yang selama ini beranggapan bahwa kehancuran suatu bangsa dan peradaban itu disebabkan karena pengaruh dari luar itu kurang tepat. Hal ini sesuai pendapat sejarawan Arnold Toynbee bahwa kehancuran suatu peradaban disebabkan bukan oleh penaklukan dari luar melainkan pembusukan moral dari dalam.

Maka peningkatan kecerdasan emosi pada setiap individu haruslah ditanamkan. Karena menurut Goleman bahwa keberhasilan hidup 80 persen ditentukan oleh kekuatan (inteligensi emosi) dan paling banyak 20 persen

ditentukan oleh IQ. Inteligensi emosi bukan hanya sebagai interaksi antara dimensi kognisi dan emosi saja melainkan inteligensi emosi mencakup dimensi kognisi, emosi, dan kepribadian. Jika seseorang tidak memiliki motivasi maka akan berdampak pada dirinya sendiri dan bangsa ini karena karakter manusia yang kuat akan membentuk sebuah bangsa yang maju dan berwibawa. Sebaliknya karakter yang lemah oleh tiap individu akan melemahkan karakter bangsa ini.

Hal ini terlihat jelas bangsa Indonesia lemah seperti yang diutarakan Mochtar Lobis dan Koentjaraningrat: meremehkan mutu, suka menerabas, tidak percaya diri, tidak berdisiplin, mengabaikan tanggung jawab, hipokrit, lemah kreativitas, etos kerja buruk, suka feodalisme, dan tak punya malu. Maka motivasi dalam hal ini peningkatan inteligensi emosi harus diaplikasikan. Inteligensi emosi dapat diterapkan mulai dari setiap individu untuk menghasilkan hasil yang efektif melalui *Self Regulated Learning*. Karena ini merupakan metode yang mengharapakan dan mengharuskan siswa untuk menghubungkan

pengetahuan dan terapannya dengan kehidupan sehari-harinya bahkan sebagai anggota keluarga dan masyarakat di mana ia hidup (US Department of Education, 2011 dalam Qurays). Dalam hal ini setiap individu terutama anak yang paling mudah dibentuk karakternya dan sangat peka terhadap lingkungannya harus mampu menempatkan dirinya sebagai anak didik penerus generasi bangsa dalam menyelesaikan dan mampu membentuk dan mengubah lingkungan yang ada sesuai dengan kebutuhan atau tantangan hidupnya.

Menurut Ensiklopedia bahasa Indonesia, Kecerdasan emosional atau yang biasa dikenal dengan *Emotional Quotient* adalah kemampuan seseorang untuk menerima, menilai, mengelola, serta mengontrol emosi dirinya dan orang lain di sekitarnya. Dalam hal ini, emosi mengacu pada perasaan terhadap informasi suatu hubungan. Sedangkan, kecerdasan mengacu pada kapasitas untuk memberikan alasan yang valid akan suatu hubungan. Kecerdasan emosional belakangan ini dinilai tidak kalah penting dengan kecerdasan intelektual. Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa kecerdasan

emosional dua kali lebih penting dari pada kecerdasan intelektual dalam memberikan kontribusi terhadap kesuksesan seseorang.

Menurut Howard Gardner (1983) terdapat lima pokok utama dari kecerdasan emosional seseorang, yakni mampu menyadari dan mengelola emosi diri sendiri, memiliki kepekaan terhadap emosi orang lain, mampu merespon dan bernegosiasi dengan orang lain secara emosional, serta dapat menggunakan emosi sebagai alat untuk memotivasi diri.

## **METODE PENULISAN**

### **Jenis Tulisan**

Jenis tulisan ini adalah penelitian pustaka (*library research*) yang bersifat deskriptif dalam menjabarkan metode *Self Regulated Learning* sebagai media edukasi untuk meningkatkan kecerdasan emosi sehingga mampu membentuk karakter bangsa yang kuat.

### **Objek Tulisan**

Objek penulisan ini adalah meningkatkan kecerdasan emosi melalui *Self Regulated Learning* dalam Membentuk Karakter yang Kuat

sehingga mampu mewujudkan bangsa yang bermutu dan maju.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Pertama-tama kami mengumpulkan data-data yang memiliki relevansi dengan judul karya tulis ini, melalui artikel internet dan buku-buku. Selanjutnya kami seleksi data-data itu, dan kami mengaitkannya satu sama lain, sehingga terstruktur dengan baik.

### **Teknik Analisis Data**

Setelah menyeleksi data-data, kami menganalisisnya secara runtut, kemudian menyusun data-data itu secara struktural, sehingga membentuk tulisan yang rapi dan gampang dipahami oleh pembaca.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Pembentukan Karakter**

Dalam khazanah kajian intelegensi emosi, ada pertanyaan penting yang erat kaitannya dengan wacana karakter. Pertanyaan itu demikian: mengapa banyak orang yang secara intelektual cerdas namun mereka tak becus menjadi pilot yang

baik dalam kehidupan etika moral mereka? sebaliknya mengapa banyak orang yang secara intelektual biasa bias saja namun mereka sanggup menjadi pilot yang baik atas kehidupan etika moral mereka?. Mengenai pertanyaan itu dapat disimpulkan bahwa siswa yang memiliki intelegensi emosi lebih tinggi umumnya cenderung kurang agresif dan lebih prososial. Sebaliknya siswa yang memiliki intelegensi emosi rendah cenderung lebih mudah lepas control, rentan mengalami depresi, mudah putus asa, cenderung memiliki rasa rendah diri, mudah merasa cemas dan mudah terlibat kenakalan remaja.

Maka dari itu kecerdasan emosi sangat penting dalam pembentukan karakter. Sebab dinamika kehidupan moral dan karakter seseorang sesungguhnya sangat dipengaruhi oleh dinamika kehidupan emosionalnya. Konsep-konsep moral secara hakiki terkait dengan emosi demikian pula keputusan-keputusan moral senantiasa mengespresikan perasaan kita.

### **Pengaruh dan Manfaat**

*Self regulated learning* adalah metode yang dipergunakan untuk

meningkatkan kecerdasan emosi siswa. Metode ini menekankan siswa untuk memiliki kemandirian dan motivasi dalam menyelesaikan permasalahan lingkungan dan untuk selalu berbuat baik dengan menerapkan ilmunya di jalan yang benar. Metode ini merupakan metode yang menghubungkan pelajaran dalam konteks kehidupan sehari-harinya dengan konteks kehidupan pribadi, sosial, dan kultural. Dalam kaitannya dengan kecerdasan emosi siswa atau anak diharapkan mampu memecahkan masalahnya sesuai kehidupannya dan selalu memiliki motivasi dalam diri sehingga memiliki kepribadian yang bisa menjadi aset bangsa.

Jika seseorang tidak memiliki motivasi maka akan berdampak pada dirinya sendiri dan bangsa ini karena karakter manusia yang kuat akan membentuk sebuah bangsa yang maju dan berwibawa. Sebaliknya karakter yang lemah oleh tiap individu akan melemahkan karakter bangsa ini. Jadi metode ini cocok dalam meningkatkan kecerdasan emosi karena bagaimanapun pintarnya seseorang dalam akademik namun tidak cerdas dalam hal emosi akan sia-sia. Seperti keadaan sekarang ini banyak orang

pintar dan berpendidikan yang menyalahgunakan ilmu mereka. Namun orang yang memiliki kecerdasan emosi akan mampu mengontrol dirinya dalam bertindak sreta memiliki motivasi yang kuat dalam dirinya sehingga mampu menjadi seseorang yang berkarakter kuat. Seseorang yang berkarakter kuat akan berdampak pada bangsa yang kuat.

### **Cara Penerapan**

*Self Regulated Learning* adalah metode pembelajaran yang mengaitkan antara problem anak-anak dengan pengalaman dan kehidupan sosialnya.

#### *1. Lingkungan Sekolah*

Lingkungan sekolah merupakan salah satu wadah untuk melakukan perubahan sosial. Adapun hal-hal yang harus dilakukan dalam lingkungan sekolah adalah:

a. Guru mengadakan kegiatan tahunan dengan tema (misalnya Tahun Perdamaian, Tahun Disiplin Diri, Tahun Keberanian), sering kali dikombinasikan dengan fokus tiga bulanan misalnya “

mengembangkan perdamaian di kelas kita, mengembangkan perdamaian di keluarga kita, mengembangkan perdamaian dalam masyarakat kita dan dunia.

b. Penetapan kebijakan yang tepat bagi setiap kelas, yang dipelajari di sepanjang tahun pelajaran. Misalnya, ketertiban untuk taman kanak-kanak, ikhtiar untuk kelas satu, kebaikan hati untuk kelas dua, tanggung jawab untuk kelas tiga, dan ketekunan untuk kelas empat. Cara demikian memberikan kesempatan untuk studi mendala, pengulangan praktik, dan pembentukan kebiasaan.

c. Pendekatan budaya sekolah yang menekankan pada penciptaan etos keunggulan moral dan intelektual dan member perhatian pada karakter dalam seluruh program kurikiler dan kokurikuler tetapi tidak perlu member nama seperangkat kebijakan yang menjadi saasaran yang secara formal menjadi komitmen sekolah.

Pendekatan ini umumnya digunakan oleh sekolah menengah yang memiliki tradisi yang kuat dalam menekankan karakter.

- d. Janji (kredo) dan semboyan (motto) sekolah yang bertumpu pada karakter
- e. Penggunaan bahasa karakter dalam interaksi sehari-hari dan dalam pedoman perilaku yang berlaku di sekolah, kebiasaan sehari-hari dan upacara, pertemuan pertemuan, kegiatan ekstra kurikuler, buku siswa, rapor, humas sekolah, dan komunikasi dengan orang tua siswa.
- f. Kesepakatan mengenai kebijakan yang hendak dicapai, termasuk kebijakan-kebijakan dalam hubungan kerja dan antarpribadi.
- g. Digunakannya pendekatan/ancangan yang jelas terhadap mata pelajaran yang mengajarkan kebijakan-kebijakan dan mengenal karakter yang baik, dengan cara memberikan penekanan pada sisi alasan moral yang melatarbelakangi perlunya

melakukan sesuatu yang baik.

Upaya segenap warga sekolah untuk mengembangkan komunitas sekolah yang peduli untuk mencegah terjadinya kekejamandi antara teman sebaya.

- h. Lingkungan visual yang kaya karakter (menggunakan tanda, poster, kutipan-kutipan, dll).
- i. Menyediakan jadwal untuk merencanakan personel, mendiskusikan serta merefleksi program karakter, budaya moral dan intelektual sekolah.
- j. Masukkan dalam workshop guru dan karyawan, diskusi mengenai 'iklim moral sekolah' dan sasaran yang akan dicapai dalam kehidupan moral di sekolah.

## 2. Lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan pranata dasar yang amat penting guna menghadapi dahsyatnya gempuran gerak modernitas, keluarga adalah wilayah yang pada akhirnya mampu memberi rasa aman anggotanya dan pusat bertumbuh kembangnya segala hal yang disebut kebijakan hidup. Orang tua adalah orang pertama

yang mampu membentuk karakter anak sekaligus sebagai contoh teladan yang baik bagi anak-anaknya dalam berperilaku dan bertindak. Maka penggunaan *Self Regulated Learning* dapat diaplikasikan orang tua kepada anaknya karena ini akan sangat berpengaruh. Dalam hal ini mengajarkan anaknya untuk selalu mandiri dalam mengambil keputusan dan bersifat demonstrasi pada anak karena anak lebih cenderung melakukan sesuatu yang berasal dari dirinya sendiri. Dengan catatan bahwa orang tua membiarkannya selama anak bertindak sesuai aturan tertentu.

### 3. Lingkungan Masyarakat

Peningkatan kecerdasan emosi dengan kata lain pendidikan karakter akan dipengaruhi oleh lingkungan social atau masyarakat karena pendidikan bukanlah paket informasi yang disampaikan dengan mengabaikan konteks. Melainkan, ia adalah komunikasi dalam konteks masyarakat dan komunikasi di tengah situasi kehidupan nyata. Sehingga pembentukan kecerdasan emosi

akan dipengaruhi lingkungan yang merupakan lingkungan anak.

### **Media Penerapan**

Media yang digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosi untuk membentuk karakter yang kuat adalah dengan memberikan buku handcase, yaitu buku bulanan yang didesain sedemikian rupa untuk mengontrol dan mengetahui peningkatan anak. Adapun desain buku tersebut adalah:

1. Pada sampul buku tersebut anak didorong untuk menulis motto misalkan 'menjadi pribadi yang baik itu lebih baik dari pada sekedar keberhasilan akademik'. Hal ini membantu anak memiliki prinsip yang kuat sehingga mereka mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-harinya dan akan menjadi kebiasaan yang mampu menciptakan anak yang berkarakter kuat. Di sampul buku tersebut juga harus ada gambar pahlawan yang disukai anak agar pahlawan itu mampu menjadi pribadi yang dicontoh dari segi perjuangan, semangat dan kepribadiannya sehingga anak



- terdorong untuk mengikuti jejaknya.
2. Isi buku terdiri dari 30 lembar. Sepuluh lembar pertama berisikan pertanyaan-pertanyaan. Misalkan pada lembar pertama ada satu pertanyaan 'Ungkapkanlah tokoh idola yang bersifat personal dan mengapa tokoh itu menjadi idola anda', jadi sampai lembaran ke sepuluh akan ada terus pertanyaan satu lembar satu pertanyaan yang haru dijawab anak. Pada lembaran sepuluh sampai dua puluh merupakan lembaran kosong yang akan diisi anak untuk mengungkapkan masalah-masalah moral kepada orang tua mereka khususnya mengenai konflik etis yang dialami anak dalam kondisi kekinian. Buatlah mereka berusaha menuangkan pandangan mereka dalam tulisan. Pada Lembaran sepuluh terakhir, izinkan siswa membuat tulisan berisi kata-kata bermakna versi mereka sendiri. Hal ini membantu anak memiliki komitmen dan kepribadian.
  3. Pada akhir buku ini ada semacam kartu kontrol yang berisikan peningkatan dan penurunan

kondisi anak selama sebulan. Peningkatan maksudnya anak memiliki moral yang baik dan kepribadiannya berkembang. Atau anak yang dulunya bolos dan suka berkelahi sekarang sudah mulai lebih sopan dan menghargai temannya bahkan bisa bertanggung jawab terhadap apa yang menjadi tanggungannya. Sedangkan penurunan yaitu ketika anak yang tidak sering melakukan pelanggaran atau yang biasanya tidak pernah berkelahi sekarang sudah mulai berkelahi dan ketika ada tugas tidak dikerjakan lagi Dan lain-lain. Jadi anak yang mengalami peningkatan akan diberikan penghargaan agar termotifasi untuk lebih baik dan bisa menjadi inspirasi bagi teman-temannya.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

*Self Regulated Learning* adalah salah satu metode pembelajaran yang dapat digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosi anak sehingga mampu membentuk karakter yang kuat dan karakter yang kuat membentuk sebuah bangsa yang maju dan

berwibawa. Karena karakter yang lemah akan berujung pada kehancuran bangsa.

### Saran

Lingkungan sekolah sebagai media edukasi yang kuat dalam pembentukan moral anak-anak. Kemudian dari pihak keluarga sebagai pondasi dasar pembentukan kebajikan sangat berpengaruh terhadap anak, maka orang tua harus benar-benar mampu mengontrol anak mereka. Dan masyarakat sebagai pewarna warni kehidupan sangat berpengaruh terhadap pembentukan karakter anak sehingga lingkungan masyarakat diharapkan mampu menerapkan metode ini, karena sebagai makhluk sosial pasti anak-anak tidak lepas dari interaksi sosial sebagai kehidupan yang nyata.

### DAFTAR PUSTAKA

- Depdiknas. 2008. Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa Edisi Keempat. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gardner, H. (1983/2003). *Frames of mind. The theory of multiple intelligences*. New York: BasicBooks.
- Goleman, D. 1995. *Emotional Intelligence: Why it can matter more than IQ?*, New York: Bantam Books.
- Goleman, D. 2002. *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*, Jakarta: Gramedia.
- Koentjaraningrat. 1974. *Kebudayaan, Mentalitas dan Pembangunan*. Jakarta: Gramedia.
- Kompas Juni 2011
- Lubis, Mochtar. 1991. *Manusia Indonesia*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Mayer, J.D. & Cobb, C.D, 2000. "Educational Policy on Emotional Intelligence: Does It Make Sense. *Educational Review*. 12 (2):163-183.
- Mayer, J.D. Salovey, P. dan Caruso, D. 2000. "Models of Intelligence" in R. Stenberg (eds). *Handbook of Intelligence* (pp.396-420). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Saptono, M.Pd. 2011. *Dimensi-Dimensi Pendidikan Karakter*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Quraisy, Hidayah dkk. 2008. *Teori Belajar dan Metode Pembelajaran*. Uninersitas Muhammadiyah Makassar.
- Zimmerman, B.J. 1990. Self-regulated learning and academic achievement: An overview. *Educational Psychologist*. (25): 3-17.