

**PENGEMBANGAN EMOTIONAL QUOTIENT PADA ANAK
(STUDI PADA SISWA KELAS VII MTsN YOGYAKARTA 1)**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Strata Satu Ilmu Sosial Islam

Disusun Oleh:

SITI THOHURUTUL ULA

NIM. 07220020

Pembimbing:

IRSYADUNNAS, M. Ag.

NIP. 19710413 199803 1 006

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2011**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Siti Thohurotul Ula
NIM : 07220020
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah

menyatakan dengan sesungguhnya dan sejujurnya, bahwa skripsi saya yang berjudul:

“PENGEMBANGAN EMOTIONAL QUOTIENT PADA ANAK (STUDI PADA SISWA KELAS VII MTsN YOGYAKARTA 1)”

merupakan hasil karya sendiri / penelitian saya sendiri, dan bukan plagiasi dari hasil karya orang lain dan sepanjang sepengetahuan penyusun skripsi ini tidak terdapat karya orang lain yang diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Yogyakarta, 13 Juni 2011
Yang Menyatakan



Siti Thohurotul Ula
NIM: 07220020

IRSYADUNNAS, M.Ag.
Fakultas Dakwah
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Saudari Siti Thohurotul Ula

Kepada Yth.
Bapak Dekan Fakultas Dakwah
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah memeriksa dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka selaku pembimbing saya menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Siti Thohurotul Ula
Nim : 07220020
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul : **PENGEMBANGAN EMOTIONAL QUOTIENT PADA ANAK
(STUDI PADA SISWA KELAS VII MTsN YOGYAKARTA 1)**

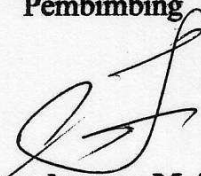
Telah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial Islam.

Harapan saya semoga saudara tersebut segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqosyah.

Demikian atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 13 Juni 2011
Pembimbing



Irsyadunnas, M.Ag.
NEP. 19710413 199803 1 006



KEMENTERIAN AGAMA RI
UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA
FAKULTAS DAKWAH
Jl. Marsda Adisucipto, Telepon (0274) 518856 Fax (0274)
552230 Yogyakarta 55221

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor: UIN.02/DD/PP.00.9/979/2011

Skripsi/Tugas Akhir dengan judul:

**PENGEMBANGAN EMOTIONAL QUOTIENT PADA ANAK
(STUDI PADA SISWA KELAS VII MTsN YOGYAKARTA 1)**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

N a m a : Siti Thohurotul Ula
Nomor Induk Mahasiswa : 07220020
Telah dimunaqasyahkan pada : Senin, 7 Juni 2011
Nilai Munaqasyah : A/B

dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga.

TIM MUNAQOSYAH

Pembimbing

Irsyadunnas, M.Ag.

NIP. 19710413 199803 1 006

Penguji I

Penguji II

Slamet, M.Si.

NIP. 19691214 199803 1 002

Dr. Moh. Nur Ichwan, M.A.

NIP. 19701024 200112 1 001

Yogyakarta, 5 Juli 2011

UIN Sunan Kalijaga

Fakultas Dakwah

Dekan



Prof. Dr. H. M. Bahri Ghazali, MA.

NIP. 19561123 198503 1 002

HALAMAN MOTTO

*“Berprinsiplah Bahwa Perasaan Marah Yang Terpendam
Sama Halnya Seperti Bom Waktu Yang Setiap Saat Akan
Meledak Dan Menghancurkan Diri Anda”.¹*

(Tutu April A. Suseno)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹ Tutu April A. Suseno, *EQ Orangtua VS EQ Anak*, (Yogyakarta: Locus, 2009), hlm. 78.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala Puji Bagi Allah Subhanahu Wata'ala, atas rahmatNya karya sederhana ini dapat terselesaikan.

Terima kasih untuk segala cinta, perhatian, do'a dan dukungan dari orang-orang yang tersayang:

Kedua orang tua ku tercinta, yang selalu memberikan do'a agar ananda mendapat yang terbaik, memberikan pengorbanan, dukungan, kasih sayang yang tulus yang tidak dapat tergantikan oleh apapun dan selalu memberikan bimbingan serta mendidik dengan segala kesabarannya....

Dedek-ku tercinta Faizatul Haniya, M. Fachru Rozi untuk setiap motivasi dan dukungannya.

*Almamater tercinta UIN SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA.*

ABSTRAK

SITI THOHURUTUL ULA. Pengembangan Emotional Quotient Pada Anak (Studi Pada Siswa Kelas VII MTsN Yogyakarta 1). Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2011.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara pengembangan EQ dan aspek yang dikembangkan dalam pengembangan EQ pada siswa di MTsN Yogyakarta 1. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif yang dilakukan secara langsung terhadap obyek yang diteliti untuk mendapatkan data-data yang dibutuhkan dan berkaitan dengan rumusan masalah yaitu: cara mengembangkan EQ siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1 dan Aspek apa saja yang dikembangkan dalam pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1. Sumber data penelitian ini adalah guru BK kelas VII MTsN Yogyakarta 1 yaitu Ibu Utaminingsih, S.Pd, dan siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1 sebanyak 9 siswa. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan beberapa metode yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan metode deskriptif kualitatif yaitu mengolah data yang telah diperoleh selama penelitian kemudian secara sistematis diinterpretasikan ke dalam laporan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan: 1) Cara guru bk dalam mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas VII di MTsN Yogyakarta, dengan cara yang diterapkan pada siswa yaitu membuka hati, menjelajahi emosi dan tanggung jawab. 2) Aspek yang dikembangkan dalam pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1, yaitu dengan cara penerapan indikator-indikator dari kecerdasan emosi itu sendiri, adapun indikator kecerdasan emosi yang diterapkan pada siswa yaitu pada kesadaran diri siswa, pengaturan diri siswa, emosi siswa, empati dan keterampilan sosial siswa, yang dilakukan dengan cara mengembangkan perilaku siswa sehari-hari di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: Pengembangan Emotional Quotient, Siswa Sekolah

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur hanyalah bagi Allah, Dzat yang menguasai semua makhluk dengan kebesarannya, yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayahnya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Sholawat serta salam semoga senantiasa terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, sebagai penuntun terbaik untuk ummat dalam mencari ridlo Allah SWT untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

Penulis sadar dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas berkat bantuan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, baik material maupun spritual yang merupakan andil yang tidak ternilai bagi penyelesaian skripsi ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. DR. HM. Bahri Ghozali MA, selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN Sunan Kalijaga.
2. Bapak Nailul Falah, S.Ag, M.Si, dan Bapak Slamet, S.Ag., M.Si, selaku ketua Jurusan dan sekretaris Jurusan BKI UIN sunan kalijaga.
3. Bapak Irsyadunnas, M.Ag, selaku pembimbing yang tekun dan sabar memberikan arahan, bimbingan, ide dan gagasan serta solusi yang terbaik kepada penulis demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.
4. Bapak Mukhsin Kalida, S. Ag. MA, selaku penasehat akademik.

5. Seluruh dosen BKI Fakultas Dakwah UIN sunan kalijaga, sehingga penulis memperoleh banyak pengetahuan dan ilmu yang bermanfaat yang menunjang studi penulis.
6. Kepala sekolah MTsN Yogyakarta 1 Ibu. Dra. Hj. Siti Nurdiyati, M.Pd.I
7. Guru BK MTsN Yogyakarta 1, Ibu Utaminingsih, S.Pd, Bapak Yusuf PS, S.Pd, dan Bapak Rianto, S.Pd.
8. Bapak dan Ibu Guru MTsN Yogyakarta 1 yang telah mempermudah penulisan dalam mencari data yang diperlukan dalam penelitian ini.
9. Ayahanda dan Ibunda tercinta, yang selalu sabar membimbing, memberi dukungan baik materiil maupun spritual, serta mendidik dan selalu memberikan motivasi penulis untuk tetap semangat, jasmu tidak pernah terlupakan.
10. Keluarga besar tercinta, mbak Indah tersayang, mas Ardi, abah Slamet dan umi, serta adik-adikku Faizatul Haniyah, M. Fachru Rozi dan My Spirit Muhammad Rifa' Jamaludin Nasir, yang telah memberikan cinta, kasih sayang, do'a dan semangat yang tiada putusnya dengan sabar, tulus dan ikhlas dalam setiap langkah penulis.
11. Teman-teman BKI angkatan 2007 sahabat-sahabatku yang telah mengisi dalam warna-warni kehidupanku dan yang selalu membuat hari-hariku menjadi ceria.
12. Teman-teman PP. Sunan Pandanaran terutama anak kamar yasmin dan keluarga besar maem, Alina, Aulia, mami Sari, ibu Menik, mbak Rifa, dek Mbot, mbak Isti, dek Ulfa, dek Izum, Shofi, Nining, Naura dan Azizah

yang telah memberikan motivasi dan perhatian yang selama ini diberikan dengan ketulusan dan keikhlasan hati.

13. Semua pihak yang telah membantu dengan ikhlas dalam penyusunan skripsi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis berdo'a semoga Allah SWT memberikan imbalan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini terdapat banyak sekali kekurangan, oleh karena itu saran, kritik, dan masukan akan sangat berharga dan penulis senantiasa mengharapkannya.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik kepada para pembaca pada umumnya dan bagi penulis khususnya. Amin.

Yogyakarta, 13 Juni 2011

Penulis

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Siti Thohurotul Ula
NIM: 07220020

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN NOTA DINAS	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Penegasan Istilah	1
B. Latar Belakang Masalah	4
C. Rumusan Masalah	9
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Kegunaan Penelitian.....	10
F. Telaah Pustaka.....	10
G. Landasan Teori.....	12
H. Metode Penelitian.....	31

BAB II GAMBARAN UMUM.....	37
A. Letak Geografis.....	37
B. Sejarah Singkat Berdirinya Sekolah.....	37
C. Visi, Misi dan Tujuan Madrasah.....	39
D. Struktur Organisasi MTsN Yogyakarta 1.....	40
E. Keadaan Guru, Karyawan, dan Siswa	42
F. Keadaan dan Program BK.....	46
G. Sarana dan Prasarana.....	57
H. Proses Kegiatan Pembelajaran di MTsN Yogyakarta 1	59
BAB III CARA MENGEMBANGKAN EMOTIONAL QUOTIENT PADA	
ANAK.....	62
A. Cara mengembangkan Emotional Quotient siswa kelas VII	
MTsN Yogyakarta 1	62
1. Membuka Hati.....	63
2. Menjelajahi Emosi.....	64
3. Bertanggung Jawab.....	65
B. Aspek yang dikembangkan dalam pengembangan Emotional	
Quotient pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1	67
1. Kesadaran Diri (<i>Self-Awareness</i>).....	70
2. Pengendalian Diri (<i>Self-Regulation</i>).....	73
3. Motivasi (<i>Motivation</i>)	79
4. Empati (<i>Empathy</i>).....	84

5. Kecakapan Sosial (<i>Social Skill</i>)	86
BAB IV PENUTUP	92
A. Kesimpulan.....	92
B. Saran	93
C. Penutup.....	94
DAFTAR PUSTAKA.....	95
LAMPIRAN	



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel I	Jumlah Siswa Tahun Ajaran 2010/2011	43
Tabel II	Kegiatan Ekstrakurikuler kelas VII	44
Tabel III	Kegiatan Ekstrakurikuler Kelas VIII	45
Tabel IV	Keadaan Guru BK Berdasarkan Pendidikan Dan Jabatan	45
Tabel V	Program BK 2010/2011	52
Tabel VI	Mata Pelajaran dan Alokasi Waktu MTsN Yogyakarta 1	60



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

- Gambar I Struktur Organisasi MTsN Yogyakarta 1 41
- Gambar II Struktur organisasi Bimbingan dan Konseling MTsN Yogyakarta I 56



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Untuk menghindari kesalahan dan demi terarahnya penulisan pada skripsi yang berjudul **“Pengembangan Emotional Quotient pada Anak”**, (Studi Pada Siswa Kelas VII MTsN Yogyakarta 1), penulis memandang perlu untuk memberikan penjelasan dan batasan mengenai beberapa istilah yang terkandung dalam judul skripsi ini, agar dapat diketahui ruang lingkup pembahasannya.

1. Pengembangan

Pengembangan berasal dari kata dasar kembang yang artinya mekar, terbuka, menjadi bertambah sempurna (pola pikir atau perilaku seseorang) yang terjadi sebagai suatu fungsi yang mempengaruhi biologis dan lingkungan. Pengembangan berarti perbuatan mengembangkan atau menjadi sesuatu lebih baik dan sempurna.¹

Adapun yang dimaksud dalam hal ini adalah cara membuat kecerdasan emosional (EQ) anak menjadi memadai dan lebih sempurna.

¹ Dewa Ketut Sukardi dan Desak Made Sumiati, *Kamus Istilah Bimbingan Penyuluhan* (Surabaya: PT. Usaha Nasional, 1990), hlm. 49.

2. Emotional Quotient.

EQ atau Kecerdasan Emosional adalah kemampuan memahami perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri dan kemampuan mengelola emosi, baik pada diri sendiri maupun orang lain.²

Ary Ginanjar mendefinisikan EQ (Kecerdasan Emosional) sebagai kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi, koneksi dan pengaruh manusia.³

Salovey dan Mayer mendefinisikan EQ (Kecerdasan Emosional) sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, memilah-milah semuanya, dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.⁴

Jadi EQ (Kecerdasan Emosional) dalam penelitian ini adalah kemampuan mental dan emosi seorang anak untuk dapat merasakan, memahami, merespon dan menyelesaikan problem-problem yang ada, baik pada dirinya sendiri maupun orang lain dengan mengacu pada kesehatan pikiran dan tindakan.

² Daniel Goleman. *Kecerdasan Emosional*. Alih Bahasa T. Hermaya. *Emotional Intelligence*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama 1991), hlm. 541.

³ Ary Ginanjar Agustin, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan Spiritual (ESQ)*, (Jakarta: PT Arga, 2001), hlm. 199.

⁴ Lawrence E. Saphiro, *Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak*, Alih Bahasa: Alex Tri Kantjono, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998), hlm. 8.

3. Anak Usia Sekolah Menengah Pertama

Anak usia sekolah menengah pertama menurut pendapat Hurlock adalah anak yang berusia 13-17 tahun, pada masa ini anak mulai mengenal keinginan untuk menyendiri, kurangnya kemauan untuk bekerja, mulai timbul minat pada lawan seks, kegelisahan, kejemuan dan kepekaan perasaan susila dan kesukaan berkhayal.⁵

Menurut Konopka (Pikunas, 1976) Anak usia menengah pertama adalah anak yang berusia 12-15 tahun, pada masa ini negatif dalam sikap sosial, negatif dalam prestasi, baik prestasi jasmani maupun prestasi mental dan tidak stabilnya emosi.⁶

Berdasarkan penjelasan di atas penulis menggunakan teori konopka (Pikunas, 1976) karena Anak mulai menyadari bahwa pengungkapan emosi secara kasar tidaklah diterima di masyarakat. Oleh karena itu, dia mulai belajar untuk mengendalikan dan mengontrol ekspresi emosinya. Kemampuan mengontrol emosi diperoleh anak melalui peniruan dan latihan (pembiasaan). Emosi-emosi yang dialami pada tahap perkembangan anak fase usia sekolah menengah pertama ini adalah marah, takut, cemburu, iri hati, kasih sayang, rasa ingin tahu, dan kegembiraan (rasa senang, nikmat, atau bahagia).⁷ Pada usia ini anak belum dapat mengendalikan emosinya dengan baik, pada usia 12 tahun merupakan saat

⁵ Muhammad Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), hlm. 68.

⁶ Syamsu Yusyf LN. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002), hlm. 181.

⁷ *Ibid*, hlm. 181.

yang kondusif bagi orang tua dan guru BK untuk mengembangkan kecerdasan emosi anak.

Berdasarkan penjelasan di atas, maksud dari judul skripsi “Pengembangan EQ Pada Anak”, (Studi Pada Siswa Kelas VII MTsN Yogyakarta 1), yaitu kegiatan membuat kemampuan mental dan emosi siswa kelas VII menjadi lebih sempurna sehingga mereka dapat merasakan, memahami, merespon dan menyelesaikan problem-problem yang ada, baik pada dirinya sendiri maupun orang lain, khususnya pada anak usia 12 tahun, ketika anak dapat berinteraksi dengan teman sebayanya maupun dengan lingkungan sekitarnya.

B. Latar Belakang Masalah

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain.⁸

Menurut Daniel Goleman, kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya adalah kecerdasan emosional atau *Emotional Quotient* (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (mood),

⁸ Daniel Goleman, *Kecerdasan Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003), hlm. 12.

berempati serta kemampuan bekerja sama.⁹ Dari hal itu ada yang berpendapat bahwa kalau kecerdasan intelektual (IQ) mengangkat fungsi pikiran, kecerdasan emosional mengangkat fungsi perasaan. Orang yang memiliki kecerdasan emosi tinggi akan berupaya menciptakan keseimbangan dalam dirinya, bisa mengusahakan kebahagiaan dari dalam dirinya sendiri dan bisa mengubah sesuatu yang buruk menjadi positif dan bermanfaat.

Dalam hal ini Rosulullah saw bersabda dalam haditsnya:

(مَا مِنْ مَوْلُودٍ إِلَّا يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يَنْصَرَانِهِ أَوْ يمجِّسَانِهِ (رواه البخارى)
Artinya: “Tiada seorang anakpun yang dilahirkan kecuali ia dilahirkan menetapi fitrah. Maka kedua orang tuanyalah yang menyebabkan ia menjadi yahudi, nasrani atau majusi” (HR. Bukhari).¹⁰

Hadits di atas menjelaskan pada dasarnya anak adalah amanah atau titipan Allah SWT pada kedua orang tuanya, hati seorang anak adalah suci, ia merupakan permata yang sangat berharga. Ia bersih dari semua goresan, ukiran maupun gambaran. Akan tetapi ia dapat menerima segala suatu yang digoreskan dan diukirkan kepadanya, sebagaimana ia dapat condong kepada segala sesuatu yang dicondongkan kepadanya.¹¹ Orang tua memiliki tanggung jawab berat atas anaknya, karena dari kedua orang tualah awal pendidikan yang menentukan hidup dan kehidupan anaknya.

⁹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), hlm. 44.

¹⁰ Ahmad Bin Ali Bin Hajar Alasqolani, *Fathul Albari*, Hadist ke 1359, Juz 3, Beirut: Daru Alfikri, 2000, hlm. 583.

¹¹ Syeih Muhammad Djamaluddin Al-Qosyimi Adim Syaqi, *Terjemahan Maudhatul Mu'minin: Bimbingan Orang-Orang Mu'min*, (Semarang: As Syifa, 1993), hal. 132.

Demikian pula dengan pendapat Al-Ghazali bahwa:

“Anak dilahirkan dengan membawa fitrah yang seimbang dan sehat. Kedua orang tuanyalah yang memberikan agama kepada mereka. Demikian pula anak dapat mempengaruhi sifat-sifat yang buruk. Ia mempelajari sifat-sifat yang buruk itu dari lingkungan yang dihadapinya. Dari corak hidup yang memberikan peranan kepadanya keadaan tubuh anak belum sempurna, kekurangan ini diatasinya dengan latihan dan pendidikan yang ditunjang dengan makanan. Demikian pula halnya dengan tabiat yang difitrahkan. Kepada anak yang merupakan kebajikan yang diberikan al-khalik kepadanya.¹²

Ketika anak berada di rumah merupakan tugas dan tanggung jawab orang tua untuk mendidik dan membimbingnya. Akan tetapi ketika anak berada di sekolah merupakan tugas dan tanggung jawab guru untuk mendidik dan membimbingnya.

Sekolah dapat membantu siswa untuk mengembangkan potensinya, yang tidak didapatkannya di rumah. Dengan semakin berkembangnya dunia pendidikan saat ini, peranan guru sangat dibutuhkan baik dalam mengembangkan intelektual maupun mengembangkan kecerdasan emosi anak didiknya, perhatian dan rasa kasih sayang guru di sekolah, dapat membantu anak dalam mengikuti kegiatan belajar-mengajar, dalam mengembangkan potensi siswa baik pada intelektual maupun emosionalnya, sehingga anak nantinya akan memiliki kepribadian yang baik.

Peranan guru BK MTsN Yogyakarta 1 sendiri selalu memberikan pengalaman awal yang positif kepada anak didiknya, dalam mengembangkan kecerdasan emosinya. Karena kecerdasan emosi mempunyai peranan penting

¹² Al-Ghazali, *Ikhtisar Ihya 'Ulumuddin*, Terjemah: KH. Mochtar Rosyadi & Mochtar Yahya, (Yogyakarta: Al-Falah,1968), hlm. 15.

terhadap mental dan perilaku siswa, untuk mengembangkan kecerdasan emosi dan memberikan suri tauladan yang baik, harus sesuai dengan kaidah dan prinsip-prinsip dalam Al-Qur'an dan Al-Hadits, sangat memungkinkan dengan cara pengembangan kecerdasan emosi seorang anak dapat dididik sehingga mampu memotivasi diri, mengendalikan diri, mengelola emosi, memelihara hubungan pada diri sendiri, dan orang lain, lebih-lebih kepada tuhan.¹³

Seorang guru BK dapat mengembangkan kecerdasan emosional anak dengan melihat karakter dan sifat anak, karena setiap anak mempunyai sifat dan karakter yang berbeda, dengan mengetahui hal ini guru BK dapat memberikan metode untuk mengembangkan kecerdasan emosi anak sesuai dengan karakter dan sifat anak.

Dalam kaitannya dengan hubungan tersebut maka upaya untuk membangun dan mengembangkan kecerdasan emosional anak patut diperhatikan karena secara psikologis bukan pikiran rasional saja yang dapat membantu anak mengalami perkembangan, tetapi pikiran emosional juga memberi dampak efektif terhadap perkembangan emosi siswa, sehingga kecerdasan emosinya akan terbentuk, antara lain seorang siswa akan lebih kreatif dan memiliki kepekaan serta kepedulian dengan sekitarnya, memiliki rasa simpatik, hatinya akan tenang dan tenteram, sehingga menghasilkan pola pikir dan tingkah laku yang akan menghantarkan seseorang kepada kecerdasan secara emosional.

¹³ Wawancara dengan Utaminingsih, S.Pd. pada hari Kamis, pada tanggal 9 Oktober 2010.

Kesenjangan dalam berperilaku dapat terjadi pada anak-anak yang tidak memiliki kecerdasan secara emosional, karena anak yang tidak memiliki kecerdasan emosional tidak dapat mengendalikan dan mengontrol emosinya dengan baik. Begitu pula yang terjadi di MTsN Yogyakarta 1, ketika awal masuk sekolah, sebagian siswa masih terbawa kebiasaannya pada waktu di sekolah dasar, karena belum terbiasa dengan teman-teman barunya dan belum dapat bersosialisasi dengan baik, dengan kenyataan siswa tersebut cenderung lebih mementingkan dirinya, sulit diatur, tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik, dan kurang memiliki sosialisasi dengan temannya yang lain, begitu pula dalam mengikuti pelajaran terkadang masalah-masalah tersebut kerap terjadi di kelas, sehingga mengganggu proses belajar-mengajar. Sikap keakuan siswa kerap muncul dalam pergaulan dengan temannya, hal ini mengakibatkan adanya kesenjangan dalam pergaulan karena ada sebagai murid yang tidak mau berteman dengan murid yang tidak disenanginya.

Akan tetapi setelah mengikuti proses kegiatan belajar-mengajar di sekolah, serta bimbingan, arahan dan pengertian dari guru BK dapat membantu siswa beradaptasi dengan orang lain, untuk merubah tingkah lakunya menjadi lebih baik.

Emosi memang memegang peran penting dalam berlangsungnya kehidupan manusia, karena dengan emosi manusia dapat mengontrol tindakan yang dilakukan, menjaga diri, menjalin hubungan dengan orang lain, mempunyai keinginan untuk berkompetensi dan sebagainya. Tapi apabila emosi yang berlebihan sehingga mengalahkan nalar yang rasional, maka kurang baik bagi kehidupan manusia dan itu yang perlu dikembangkan.

Madrasah Tsanawiyah Negeri Yogyakarta I adalah lembaga pendidikan Islam formal, lembaga pendidikan ini adalah milik pemerintah, yang telah melakukan usaha-usaha dalam bentuk kegiatan belajar mengajar baik intra maupun ekstra, dan memenuhi amanat Undang-undang No. 20/2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional serta upaya penyelenggaraan pemerintahan yang baik (*good governance*), sehingga dapat memenuhi kepuasan pihak-pihak yang terkait (*stakeholders*).¹⁴

Dilihat dari latar belakang di atas maka penulis terdorong untuk mengadakan penelitian tentang pengembangan EQ pada anak (studi pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1). Penulis bermaksud untuk meneliti lebih jauh tentang cara mengembangkan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1. Disamping itu secara implisit untuk mengetahui aspek yang dikembangkan dalam pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1.

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana cara guru BK mengembangkan EQ siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1?
2. Aspek apa saja yang dikembangkan dalam pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1?

¹⁴ Dokumentasi profil MTsN Yogyakarta 1

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui cara pengembangan EQ pada siswa di MTsN Yogyakarta 1?
2. Untuk mengetahui aspek yang dikembangkan dalam pengembangan EQ pada siswa di MTsN Yogyakarta 1?

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoretis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmiah di bidang BKI dalam pengembangan kecerdasan emosi bagi anak sekolah.

2. Kegunaan Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi positif bagi sekolah, untuk lebih mengembangkan perannya dalam mendidik para siswa dalam mengembangkan EQ (Kecerdasan Emosional) dan bagi para pembaca semua.

F. Telaah Pustaka

Banyaknya orang yang tertarik kepada konsep kecerdasan emosional memang dimulai dari perannya dalam membesarkan dan mendidik anak-anak, tetapi selanjutnya orang menyadari pentingnya konsep ini baik di lapangan kerja maupun hampir di semua tempat yang mengharuskan manusia saling berhubungan.

Adapun skripsi yang membahas mengenai kecerdasan emosional telah dilakukan oleh beberapa orang diantaranya, skripsi Shofiyah mahasiswa Tarbiyah Jurusan Kependidikan Islam tahun 2002 dengan judul “*Peranan Orang Tua Dalam Mendidik Anak Menuju Kecerdasan Emosional (Studi Terhadap John Gottman)*”.¹⁵ Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang isinya lebih spesifik membahas tentang kecerdasan emosional menurut John Gottman dan cara-cara atau kiat-kiat dalam mendidik dan meningkatkan kecerdasan emosi anak.

Arini Mustika, dengan judul “*Hubungan Pola Pendidikan dalam Keluarga Terhadap Tingkat Kecerdasan Emosional siswa di MAN Yogyakarta 1*”,¹⁶ penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang hasilnya menunjukkan bahwa pada umumnya keluarga siswa MAN Yogyakarta 1 menerapkan pola demokratis dalam pendidikan anak sementara itu, tingkat kecerdasan emosional siswa adalah sebagian besar cukup baik. Selanjutnya, analisis membuktikan bahwa pola pendidikan demokratis yang diterapkan orang tua merupakan salah satu aspek yang berperan dalam meningkatkan kecerdasan emosional anak-anaknya.

Skripsi yang lain adalah skripsi Umami Muslihatin, dengan judul “*Pengembangan Kecerdasan Emosional Pada Pesantren Muallimat*

¹⁵ Shofiyah, *Peranan Orang Tua Dalam Mendidik Anak Menuju Kecerdasan Emosional (Studi Terhadap John Gottman)*, Skripsi tidak diterbitkan, (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga 2002).

¹⁶ Arina Mustika, *Hubungan Pola Pendidikan dalam Keluarga Terhadap Tingkat Kecerdasan Emosional siswa di MAN 1 Yogyakarta*, Skripsi tidak diterbitkan, (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga 2004).

Muhammadiyah Yogyakarta”,¹⁷ penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang hasilnya menunjukkan bahwa kecerdasan emosional anak didik muallimat memaparkan tentang kegiatan-kegiatan di pesantren tersebut yang mengarah kepada pengembangan kecerdasan emosional. Dalam hal ini yang diteliti adalah siswa-siswi, guru-guru, kegiatan-kegiatan pesantren tersebut atau kurikulum pendidikan yang dapat meningkatkan kecerdasan emosional.

Sedangkan pembahasan yang dilakukan penulis sendiri di sini berbeda, perbedaannya terletak pada permasalahannya atau tema pokok yang diangkat, dan perbedaannya terletak pada obyek kajiannya, juga peneliti-peneliti terdahulu membahas tentang peran orang tua dalam mendidik kecerdasan emosi anak. Sementara penelitian penulis terfokus kepada pengembangan Emotional Quotient guru BK yang mempunyai andil sangat besar dalam kehidupan manusia dengan tidak melupakan kelima aspek yang penting yaitu kesadaran diri, pengendalian diri, memotivasi diri, empati dan kecakapan sosial.

G. Landasan Teori

1. Tinjauan Tentang Emotional Quotient

a. Pengertian EQ atau Kecerdasan Emosional

kecerdasan emosional, menurut pendapat Peter Salovey dan Jack Mayer menjelaskan sebagai kemampuan untuk mengenali

¹⁷ Ummi Muslihatin, Pengembangan Kecerdasan Emosional Pada Pesantren Muallimat Muhammadiyah Yogyakarta, *Skripsi* tidak diterbitkan, (Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga 2001).

perasaan, meraih dan membangkitkan perasaan untuk membantu pikiran, memahami perasaan dan maknanya mengendalikan perasaan secara mendalam sehingga membantu perkembangan emosi dan intelektual. Dengan kata lain EQ adalah serangkaian kecakapan yang melapangkan jalan di dunia yang rumit, aspek pribadi, sosial, dan pertahanan dari seluruh kecerdasan, akal sehat, dan kepekaan yang penting untuk berfungsi secara efektif setiap hari. Dalam bahasa sehari-hari kecerdasan emosional biasanya disebut sebagai “street smart (pintar)”, atau kemampuan khusus yang disebut “akal sehat”.¹⁸

Banyak perbedaan antara school smart (pandai) dan street smart (pintar) antara braininess (kepandaian) dan general savvy (keterampilan umum). Yang pertama sudah jelas, namun yang kedua, lebih sulit dilihat, jauh lebih menarik, yaitu kemampuan untuk beradaptasi dengan lingkungan, memahami situasi, dan mengaitkannya dengan hal-hal lain sambil menata kehidupan pribadi. Saat ini EQ telah menunjukkan keterkaitan yang sangat erat antara kemampuan yang boleh dikatakan tidak ada kaitannya dengan intelektual itu sendiri dan kesuksesan jangka panjang.¹⁹

Intelligensi berarti kecerdasan.²⁰ Menurut Well W.Cruze yang mengatakan bahwa intelligensi adalah kemampuan manusia untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. Manusia perlu mempunyai

¹⁸ Trinanda Rainy Januarsari dan Yudhi Murtanto, *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*, (Bandung: Kaifa, 2002), hlm. 29-30.

¹⁹ *Ibid*, hlm. 28.

²⁰ A. Budiarjo dkk, *Kamus Psikologi*, (Semarang: Dahara Prize, 1987), hlm. 210.

kemampuan untuk menerima dan mengembangkan kondisi-kondisi hidupnya di mana diperlukan kemampuan menguasai situasi dan memecahkan problem yang dihadapi sehingga mampu menciptakan kondisi yang sebaik mungkin dalam kehidupannya.²¹

Jadi kecerdasan adalah suatu kemampuan untuk memecahkan masalah dengan melakukan suatu arahan berupa mengarahkan pikiran, mengubah arah tindakan dan mengkritik diri sendiri. Untuk memahami kecerdasan emosional secara komprehensif, penulis akan memaparkan terlebih dahulu makna dari emosi itu sendiri. Hal ini dimaksudkan agar pijakan awal dalam membahas kecerdasan emosional tidak mengambang.

Emosional adalah menyentuh perasaan empati, motivasi diri, pengendalian diri, dan kerjasama sosial.²² Dalam bukunya Syamsu Yusuf LN, tertuang di dalamnya tentang pendapatnya Sarlito Wirawan mengenai emosi, bahwa menurutnya emosi merupakan setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna afektif baik pada tingkat lemah atau dangkal maupun pada tingkat yang luas dan mendalam. Yang dimaksud warna afektif ini adalah perasaan tertentu yang dialami pada saat menghadapi (menghayati) suatu situasi tertentu. Contohnya: gembira, bahagia, putus asa, terkejut, benci atau tidak senang dan sebagainya.²³

²¹ Joko Santoso dan Moh. Musyfik, *Intelligensi*, (Surabaya: Pusat Pelayanan Psikologi Terapan, 1964), hlm. 2.

²² *Ibid*, hlm.17.

²³ Syamsu Yusuf LN, *Op. Cit*,2002, hlm. 115.

Berangkat dari kerangka dasar tentang emosi, sebuah teori yang kaitannya dengan kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Goleman yaitu tentang kemampuan seperti kemampuan memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengandalkan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar bebas dari stres, tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa.

Sebenarnya teori Goleman tersebut dapat disimpulkan dalam perubahan-perubahan Bahasa Arab, "*Man Shabara Dzafara*", artinya "*barang siapa yang bersabar, ia akan sukses*" peribahasa ini bisa disimpulkan bahwa orang yang sukses dalam hidupnya adalah orang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi atau orang yang sabar. Keadaan ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara sukses dan kecerdasan. Kecerdasan biasanya dibentuk dengan melatih kesabaran dan ketekunan dalam menempuh perjalanan sabar, seperti itulah seorang sufi yang menempuh perjalanan menuju Allah SWT. Ia tempuh berbagai bencana tetapi ia tetap sabar.²⁴

Adapun Cooper dan Sawaf (1998) mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi dan pengaruh yang manusiawi. Sedangkan menurut Howes dan Herald (1999) mengatakan bahwa kecerdasan emosional merupakan

²⁴ Jalaluddin Rahmat, *Meraih Cinta Ilahi*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2001), hlm. 240.

komponen yang membuat seseorang menjadi pintar menggunakan emosinya.²⁵

Demikianlah definisi kecerdasan emosional menurut beberapa pakar. Kecerdasan emosional ini memang merupakan istilah baru. Namun isi dari EQ ini adalah istilah-istilah, seperti: kesadaran diri, pengaturan diri, empati, motivasi diri, empati dan kecakapan sosial. Sebagai dasar-dasar dari kecerdasan emosional ini merupakan istilah lama yang pada substansinya adalah bagaimana seseorang bisa mengenal, menguasai dan mengendalikan emosi yang ada dalam dirinya merupakan akses diri sikap ini, seseorang dapat dewasa dalam emosi (kecerdasan emosi).

b. Sejarah Singkat Kecerdasan Emosional

Pada tahun 1948, peneliti Amerika dan R. W. Leeper, memperkenalkan gagasannya tentang “pemikiran emosional”, yang diyakini sebagai dari “pemikiran logis”. Namun, hanya sebagian kecil psikolog atau pendidik yang menindaklanjuti pemikiran ini sampai lebih 30 tahun. Kemudian Albert Ellis pada tahun 1955 mulai meneliti dan kemudian dikenal sebagai *Rational Emotive Therapy*, suatu proses yang melibatkan unsur pengajaran untuk menguji emosi manusia secara logis dan mendalam. Pada tahun 1983, Howard Gardner, Universitas Harvard, menulis tentang kemampuan melakukan introspeksi dan “kecerdasan pribadi”. Kemudian Reuven Bar-On aktif

²⁵ Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2006), hlm. 115.

mengerjakan penelitiannya dan sudah menyumbangkan ungkapan “emotional quotient”. Istilah “emotional intelligence” diciptakan dan secara resmi didefinisikan oleh John (Jack) Mayer dari Universitas New Hampshire, dan Peter Salovey dari Universitas Yale pada tahun 1990. David Caruso sejak saat itu mengembangkan uji kecerdasan emosional lainnya yang berbeda dengan EQ karya Bar-On, bukan dalam bentuk laporan yang dibuat sendiri, melainkan berdasarkan kemampuan.²⁶

2. Tinjauan Tentang Pengembangan Emotional Quotient Pada Anak

Pengembangan berasal dari kata dasar kembang yang artinya mekar, terbuka, menjadi bertambah sempurna (pola pikir atau perilaku seseorang) yang terjadi sebagai suatu fungsi yang mempengaruhi biologis dan lingkungan. Pengembangan berarti perbuatan mengembangkan atau menjadi sesuatu lebih baik dan sempurna.²⁷

Jadi yang dimaksud pengembangan adalah cara untuk membentuk siswa menjadi siswa yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik dengan melalui kesadaran diri, pengaturan diri, empati, motivasi diri dan keterampilan sosial.

Mengingat pentingnya peran emosi dalam kehidupan anak, tidaklah mengherankan kalau sebagai keyakinan tradisional tentang emosi yang telah berkembang selama ini bertahan kukuh tanpa informasi yang tepat untuk menunjang ataupun menentangnya sebagai contoh ada

²⁶ *Ibid*, hlm. 31-32.

²⁷ Dewa Ketut Sukardi dan Desak Made Sumiati, *Kamus Istilah Bimbingan Penyuluhan* (Surabaya: PT. Usaha Nasional, 1990), hlm. 49.

keyakinan yang telah diterima secara luas bahwa sebagian orang dilahirkan dengan sifat yang lebih emosional dibanding yang lainnya. Konsekuennya, sudah menjadi kenyataan yang diterima masyarakat bahwa tidak ada yang dapat dilakukan untuk mengubah karakteristik ini. Pada zaman dulu perbedaan emosionalitas ini dinyatakan sebagai hasil dari perbedaan keadaan jasmani, dan pendapat mutakhir mengatakan bahwa perbedaan emosionalitas merupakan akibat dari perbedaan dalam kelenjar endokrin.²⁸

Dari kedua pandangan awam tersebut dapat dipahami, bahwa perbedaan emosionalitas ini bersifat genetik atau (diturunkan). Nampaknya keyakinan awam tersebut tidak bisa diubah sebelum bukti ilmiah diperoleh, bahkan keyakinan telah bertahan kuat hingga cara orang tua dan guru (para pendidik) yang mempunyai peran pengganti dalam bereaksi terhadap emosi anak.

Namun berkat penelitian para pakar dalam berbagai bidang, khususnya para psikologi menunjukkan bahwa sebenarnya faktor genetik bukanlah satu-satunya yang mempengaruhi emosionalitas anak, terdapat faktor lainnya yang sangat dominan, bahkan menentukan emosionalitas anak, yaitu faktor lingkungan. Faktor lingkungan ini meliputi berbagai hal lainnya seperti lingkungan keluarga sebagai lingkungan yang pertama kali dapat mempengaruhi perkembangan emosionalitas anak, lingkungan sekolah, serta lingkungan masyarakat.

²⁸ Elizabeth B. Hulock, *Perkembangan Anak*, (Jakarta: Erlangga, 1997), hlm. 210.

Berbagai faktor lingkungan tersebut akhirnya dapat menyebabkan adanya keberagaman emosi anak (ciri khas emosi anak), yang berbeda dengan emosi orang dewasa. Orang dewasa yang belum memahami akan ciri khas emosi anak ini cenderung menganggap anak kecil sebagai “tidak matang”. Padahal sebetulnya tidak logis jika orang dewasa menuntut agar semua anak pada usia tertentu mempunyai pola emosi yang sama. Perbedaan individu tidak dapat dielakkan karena adanya perbedaan dalam berbagai hal, diantaranya adalah pematangan dan kesempatan belajar.

Dari kedua faktor tersebut kesempatan belajar merupakan faktor yang lebih penting. Karena belajar merupakan sesuatu yang positif dan sekaligus merupakan tindakan preventif. Maksudnya adalah bahwa apabila reaksi emosional yang tidak diinginkan dipelajari, kemudian memburai ke dalam pola emosi anak, akan semakin sulit mengubahnya dengan bertambah usia anak, bahkan reaksi emosional tersebut akan tertanam kukuh pada masa dewasa dan untuk mengubahnya diperlukan bantuan ahli.

Sebagai akibat dari kedua faktor tersebut, maka dapat dipahami bahwa emosi anak seringkali sangat berbeda dari orang dewasa. Namun terlepas dari adanya perbedaan individu dan faktor-faktornya, ciri khas emosi anak membuatnya berbeda dari emosi orang dewasa diantaranya yang menjadi ciri khas (pola umum) emosi anak adalah emosi takut dan marah. Inilah yang menjadi faktor fundamental dari emosi.

Sebagai faktor lain dari kecerdasan emosi adalah peran orang tua. Apabila seseorang menjadi orang tua, maka terjadilah suatu keganjilan yang patut disesali, dimana mereka akan mulai memainkan suatu peran tertentu, dan lupa bahwa sesungguhnya mereka adalah pribadi manusia. Kini sebagai orang tua mereka memiliki tanggung jawab untuk menjadi lebih baik daripada sekedar sebagai manusia. Beban tanggung jawab yang berat ini merupakan tantangan bagi orang tua dimana mereka merasa bahwa mereka harus selalu bersikap konsisten dalam perasaan-perasaan mereka, harus selalu menyayangi anak-anak, harus menerima dan bersikap toleran tanpa syarat, dan yang terpenting adalah tidak boleh membuat kesalahan-kesalahan yang dilakukan oleh orang tua terhadap anaknya.

Selain orang tua, guru BK sebagai pihak lain yang ikut terlibat dalam memupuk kecerdasan emosi anak memiliki peranan penting. Bahkan sering kali didapatkan, anak lebih menurut pada perintah gurunya dari pada perintah orang tuanya. Hal tersebut sah-sah saja, karena guru BK memang memiliki banyak peranannya dalam membimbing.²⁹ Dalam perannya ini guru BK perlu mengusahakan diri agar dapat melaksanakan perannya dalam mengembangkan kecerdasan emosi anak didiknya.

Kecerdasan emosional bukan merupakan kecerdasan intelektual yang biasa dikenal dengan IQ, namun keduanya berinteraksi secara dinamis pada kenyataannya perlu diakui bahwa kecerdasan emosional memiliki peran yang sangat penting untuk mencapai kesuksesan di

²⁹ Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya*, (Jakarta: Rajawali,1985), hlm. 17.

sekolah, tempat kerja dan dalam berkomunikasi dengan lingkungan masyarakat.

Adapun yang dimaksud *pengembangan kecerdasan emosional* adalah suatu upaya untuk membentuk siswa menjadi yang lebih baik dan sempurna dengan suatu kemampuan untuk *mengetahui, memahami, mengenali*, dan *merasakan* keinginan atau kehendak lingkungannya dan dapat mengambil hikmah sehingga diri akan memperoleh kemudahan untuk *berinteraksi, adaptasi dan bersosialisasi dengan baik, bermanfaat, membahagiakan, menyenangkan dan menyelamatkan*.

Setelah menguraikan konsep kecerdasan emosional sebagaimana yang dipopulerkan oleh Daniel Goleman, dalam bukunya "*Emotional Intelligence*", adalah juga perlu memperhatikan penjelasan teoritis tentang bagaimana perkembangan emosi yang terjadi pada anak-anak. Hal ini penting karena akan menjadi kerangka rujukan (*Frame of Reference*) dalam membicarakan cara guru BK dalam mengembangkan kecerdasan emosional pada anak didiknya yang merupakan pusat perhatian dalam penelitian ini.

Menurut Elizabeth B. Hurlock, kemampuan anak untuk bereaksi secara emosional sudah ada semenjak bayi baru dilahirkan. Gejala pertama perilaku emosional ini adalah berupa keterangsangan umum. Dengan meningkatnya usia anak, reaksi emosional mereka kurang menyebar, lebih

dapat dibedakan, dan lebih lunak karena mereka harus mempelajari reaksi orang lain terhadap luapan emosi yang berlebihan.³⁰

a. Cara mengembangkan EQ (Kecerdasan Emosi)

Cara mengembangkan EQ (Kecerdasan Emosi) yang sangat praktis dirumuskan oleh Claude Steiner. Langkah-langkah ini sangat praktis dan efektif terutama untuk membina kerjasama dengan anak-anak dan siswa. Tiga langkah utama mengembangkan EQ adalah membuka hati, menjelajahi emosi, dan bertanggung jawab.³¹

1) Membuka Hati

Membuka hati adalah langkah pertama karena hati adalah simbol pusat emosi. Hati yang merasa damai saat berbahagia, dalam kasih sayang, cinta, atau kegembiraan. Hati merasa tidak nyaman ketika sakit, sedih, marah, atau patah hati. Dengan demikian, kita mulai dengan membebaskan pusat perasaan dalam impuls dan pengaruh yang membatasi untuk menunjukkan cinta satu sama lain.

Tahap-tahap untuk membuka hati adalah: latihan memberikan *stroke* kepada teman, meminta *stroke*, menerima atau menolak *stroke*, dan memberikan *stroke* sendiri.³²

³⁰ Elizabeth B. Hurloock, *Op. Cit.*, hlm. 210-212.

³¹ Agus Nggermanto, *Quantum Quotien*, (Bandung: PT. Penerbit Nuansa, 2003), hlm. 100.

³² Stroke yang dimaksud dalam penulisan ini adalah bentuk gangguan saraf (berat mendadak). Pius A Partanto dan M. Dahlan Al Barry, *Kamus Ilmiah Populer*, (Surabaya: Arkola, 1994), hlm, 727.

Adapun yang dimaksud membuka hati adalah langkah ini memang merupakan simbol pusat emosi. Hati yang merasakan kedamaian saat seseorang bahagia maupun gembira, dan hati juga yang merasakan ketidaknyamanan ketika sedang sakit, sedih, dan juga marah.

2) Menjelajahi Emosi

Menjelajahi dataran emosi, sekali telah membuka hati dapat melihat kenyataan dan menemukan peran emosi dalam kehidupan. dapat berlatih cara mengetahui apa yang dirasakan, seberapa kuat, dan apa alasannya. menjadi paham hambatan dan aliran emosi. mengetahui emosi yang dialami orang lain dan bagaimana perasaan mereka dipengaruhi oleh tindakan, mulai memahami bagaimana emosi berinteraksi dan kadang-kadang menciptakan gelombang perasaan yang menghantam dan orang lain. Maka menjadi lebih bijak menanggapi perasaan dan perasaan orang-orang di sekitar.

Tahapan menjelajahi emosi adalah: pernyataan tindakan/perasaan, menerima pernyataan tindakan/perasaan, menanggapi percikan intuisi, dan validasi percikan intuisi.

Langkah ini dilakukan dengan berlatih, menemukan dan mengetahui apa yang dirasakan, seberapa kuat, dan apa alasan yang mendasarinya.

3) Bertanggung Jawab

Mengambil tanggung jawab, untuk memperbaiki dan mengubah kerusakan hubungan, harus mengambil tanggung jawab, dapat membuka hati dan memahami peta dataran emosional orang di sekitar, tapi itu saja tidak cukup. Ketika suatu masalah terjadi antara dengan orang lain, adalah sulit untuk melakukan perbaikan tanpa tindakan lebih jauh. Setiap orang harus mengerti permasalahan, mengakui kesalahan dan keteledoran yang terjadi, membuat perbaikan, dan memutuskan bagaimana mengubah segala sesuatunya. Dan perubahan memang harus dilakukan.

Langkah-langkah untuk menjadi bertanggung jawab adalah: mengakui kesalahan, menerima atau menolak pengakuan, meminta maaf, dan menerima atau menolak permintaan maaf.³³

Adapun yang dimaksud dalam hal ini adalah untuk memperbaiki dan merubah kerusakan hubungan. Seringkali ketika terjadi masalah dengan orang lain, maka akan sulit penyelesaian masalahnya bila tidak ada tanggung jawab untuk menyadari kesalahan, menerima pengakuan, dan menerima permintaan maaf.

b. Aspek-aspek Pengembangan EQ (Kecerdasan Emosi)

Menurut pandangan Daniel Goleman kecerdasan yang merupakan kemampuan untuk memprestasi, membangkitkan dan

³³ Agus Nggermanto *Op. Cit* , hlm. 101-102.

memasuki emosi yang dapat membantu menyadari dan mengatur emosi sendiri maupun orang lain adalah sebagai berikut:³⁴

1) Kesadaran Diri (*Self-Awareness*)

Mengenal dan memahami perasaan pada saat perasaan itu terjadi, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri, memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat. Kesadaran diri juga tidak terlepas dari rasa percaya diri. Percaya diri memberi kita asuransi mutlak untuk maju. Percaya diri memberi kekuatan untuk membuat keputusan yang tepat atau menjalankan tindakan yang diyakini kebenarannya.

Pentingnya kesadaran diri ini sebagaimana Firman Allah Q.S. Ar-rad ayat 28 yang berbunyi:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya: *Yaitu orang-orang yang beriman dan hati mereka*

menjadi tenang dengan mengingat Allah, Ingatlah,

hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi

*tenang.*³⁵

Ayat di atas merupakan perintah supaya dalam diri manusia

selalu menyadari bahwa mengenal dan merasakan emosi dalam diri

adalah penting karena ketenangan dalam diri dapat menjernihkan

³⁴ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), hlm. 42.

³⁵ Depag RI, *Al Qur'an dan Terjemah*, (Semarang: PT. Karya Toha Putra Semarang, 1995), hlm. 373.

pikiran. Tahu akan kedudukannya sebagai hamba untuk selalu mengingat-Nya. Jika seorang hamba tidak mengingat Robbinya maka tidak ada ketenangan dalam jiwanya sehingga akan berbuat menganiaya diri sendiri.

2) Pengendalian Diri (*Self-Regulation*)

Pengaturan diri menangani emosi itu sedemikian baik sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, hal ini meliputi:

a) Peka terhadap kata hati.

Peka akan suasana hati ketika mereka dapat dimengerti bila orang-orang ini memiliki kepintaran tersendiri dalam kehidupan emosional mereka. Kejernihan pikiran mereka tentang emosi lebih jadi melandasi ciri-ciri kepribadian lain, mereka mandiri dan yakin akan batas-batas yang mereka bangun, cenderung berpendapat positif akan kehidupan. Bila suasana hatinya sedang jelek, mereka tidak risau atau tidak larut ke dalamnya dan mereka mampu melepaskan diri dari suasana itu dengan lebih cepat, ketajaman mereka menjadi penolong untuk mengatur emosi.³⁶

b) Sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran.

³⁶ Daniel Goleman, *Op. Cit.*, hlm. 65.

Orang-orang yang sering kali merasa dikuasai oleh emosi dan tak berdaya untuk melepaskan diri, seolah-olah suasana hati mereka telah mengambil alih kekuasaan, mereka mudah marah dan amat tidak peka akan perasaan, sehingga larut dalam perasaan dan bukannya mencari perspektif baru. Akibatnya, mereka kurang berupaya melepaskan diri dari suasana hati yang jelek, merasa tidak mempunyai kendali atas kehidupan emosional mereka, sering kali mereka merasa kalah dan secara emosional lepas kendali.³⁷

c) Mampu pulih kembali dari tekanan emosi.³⁸

Orang-orang ini peka akan apa yang mereka rasakan, mereka juga cenderung menerima begitu saja suasana hati, sehingga mereka yang terbiasa dalam suasana hati yang menyenangkan. Dengan demikian motivasi untuk mengubahnya rendah, orang-orang yang kendati peka akan perasaannya, rawan terhadap suasana hati yang jelek tetapi menerimanya dengan sikap tidak hirau. Menurut Suzanni Miller, seorang ahli psikologi di Temple University, menilai orang cenderung menjadi waspada dengan memperhatikan secara seksama setiap detail. Kondisi bahaya, menghadapi saat-

³⁷ *Ibid*, hlm. 66.

³⁸ M. Hariwijaya, *Tes Kecerdasan Emosional (EQ)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005), hlm. 9.

saat mencemaskan semacam itu dengan berusaha menghibur diri.³⁹

Pengaturan diri menekankan pada kemampuan mengontrol diri dari hambatan-hambatan emosional yang negatif. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi. Emosi berhasil dikelola apabila mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat dari semua itu. Sebaliknya orang yang buruk kemampuannya dalam pengaturan diri pada hal-hal yang negatif yang merugikan dirinya sendiri.

Ada tiga emosi negatif yang perlu dikuasai yaitu:

- a) Marah, dikendalikan dan direndakan dengan memahami orang lain, menikmati selingan yang menyenangkan.
- b) Kecemasan atau kekhawatiran, bersumber dari cara berpikir yang salah.
- c) Kesedihan, mengetahui dengan mengambil suatu hikmat dari persoalan.⁴⁰

Menurut Mayer terdapat tiga macam dalam menangani emosi itu yaitu:

- a) Sadar diri (jernih dan tajam dalam mengatur emosi)
- b) Tenggelam dalam permasalahan (mudah marah)

³⁹ Daniel Goleman, *Op. Cit*, hlm. 67.

⁴⁰ [Http://www.k3webinfo.com/readarticle.php, Article LK3](http://www.k3webinfo.com/readarticle.php?article=LK3), Akses, 26 Agustus. 2005.

c) Pasrah (peka tapi menerima begitu saja suasana hati).⁴¹

3) Motivasi (*Motivation*)

Berarti antusias, memiliki gairah dan daya juang untuk sukses yang dilandasi dorongan hati yang kuat untuk mencapai cita-cita, mampu bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi dalam segala aspek kehidupan.

Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam surat Al-Baqarah ayat 119 yang berbunyi:

إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ بِالْحَقِّ بَشِيرًا وَنَذِيرًا وَلَا تُسْأَلُ عَنْ أَصْحَابِ الْجَحِيمِ

Artinya: *Sesungguhnya, Kami telah mengutusmu (Muhammad) dengan kebenaran, sebagai pembawa berita gembira dan pemberi peringatan, dan kamu tidak akan diminta (pertanggung jawaban) tentang penghuni-penghuni neraka.*⁴²

Ayat di atas, menggambarkan kesedihan Rasul dalam memikirkan umatnya, karena merasa terbebani tanggung jawab dihari akhir nanti sehingga Allah mendatangkan ayat tersebut guna memotivasinya. Dia hanyalah utusan yang tidak dapat memberikan hidayah menuju kebenaran. Bahwa dari ayat tersebut mengandung anjuran supaya selalu memotivasi diri sendiri dalam keadaan

⁴¹ *Ibid*, hlm. 1.

⁴² Depag RI, *Al Qur'an dan Terjemah*, (Semarang: PT. Karya Toha Putra Semarang, 1995), hlm. 31.

terpuruk serta selalu bersikap optimis dalam menjalani kehidupan ini, karena sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang mudah berputus asa.

4) Empati (*Empathy*)

Merasakan apa yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang. Empati dibangun berdasarkan kesadaran diri, semakin terbuka pada emosi diri sendiri, semakin terampil membaca perasaan.⁴³ Tingkat empati tiap individu berbeda-beda. Pada tingkat yang paling rendah empati mempersyaratkan kemampuan membaca emosi orang lain, sedangkan pada dataran yang tinggi empati mengharuskan mengindra, sekaligus menanggapi kebutuhan atau perasaan orang yang tidak diungkapkan lewat kata-kata atau dengan kata lain mampu membaca pesan non verbal, nada bicara, gerak-gerik, ekspresi wajah dan sebagainya.

5) Kecakapan Sosial (*Social Skill*)

Mengendalikan emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain, cermat membaca situasi, berinteraksi dengan lancar, memahami dan bertindak bijaksana dalam hubungan antar manusia. Lewat kecakapan sosial ini, memungkinkan seseorang

⁴³ Daniel Goleman, *Op. Cit.*, hlm. 222.

membentuk hubungan dengan orang lain dalam rangka menggerakkan dan mengilhami orang lain membina kedekatan hubungan, meyakinkan dan mempengaruhi, serta mampu bertindak bijaksana dalam hubungan dengan orang lain serta membuat orang lain merasa nyaman.

Dari uraian di atas menunjukkan bahwa kecerdasan emosi mempunyai lima aspek yang penting yaitu *kesadaran diri, pengendalian diri, memotivasi diri, empati dan kecakapan sosial*. Kelima aspek kecerdasan emosi ini dapat dipahami, bahwa kecerdasan emosi sangat dibutuhkan oleh anak dalam rangka mencapai kesuksesan dalam hidupnya baik dibidang akademik, karier maupun dalam kehidupan sosial.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara yang dilaksanakan oleh seorang peneliti untuk mengumpulkan, mengklasifikasikan dan menganalisa fakta-fakta yang ada di tempat penelitian dengan menggunakan ukuran-ukuran dan pengetahuan, hal ini dilakukan untuk menemukan suatu kebenaran.⁴⁴

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*), adapun jenis penelitian yang penulis gunakan dalam skripsi ini adalah bersifat kualitatif yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk menerangkan

⁴⁴ Koentjoroningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: PT Gramedia, 1997), hlm. 13.

fenomena sosial atau suatu peristiwa. Hal ini sesuai dengan definisi penelitian kualitatif, yaitu suatu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati.⁴⁵

2. Subyek dan Objek Penelitian

Subyek penelitian adalah keseluruhan dari sumber informasi yang dapat memberikan data sesuai dengan masalah yang diteliti.⁴⁶ Adapun guru BK di MTsN 1 berjumlah 3 personal yang terdiri dari 1 koordinator dan 2 anggota guru BK yaitu: Yusuf PS, S.Pd, Rianto, S.Pd, Utaminingsih, S.Pd. Adapun subyek dalam penelitian ini adalah guru BK kelas VII MTsN Yogyakarta 1 yaitu Ibu Utaminingsih, S.Pd, dan siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1 sebanyak 9 siswa. Adapun obyek penelitian ini adalah cara pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1 dan aspek-aspek nya.

3. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara memperoleh suatu data mengenai variabel-variabel penelitian. Dalam penelitian ini metode yang peneliti gunakan untuk mengumpulkan data dan dianggap sesuai dengan permasalahan ini adalah:

⁴⁵ Lexy. J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000), hlm. 3.

⁴⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pengantar*, (Jakarta: Reneka Cipta 1992), hlm. 115.

a. Metode Wawancara

Metode wawancara adalah: dialog oleh pewawancara (interviewer) untuk memperoleh data atau informasi dari wawancara.⁴⁷ Adapun wawancara ini dilakukan pada guru BK dan siswa, untuk memperoleh data cara pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1. Wawancara dalam penelitian ini adalah wawancara bebas terpimpin, artinya dengan pertanyaan bebas namun sesuai dengan data yang ingin diteliti, dengan menyiapkan daftar pertanyaan secara garis besar, sehingga memberikan kebebasan kepada informan mengungkapkan pendapatnya, namun dalam konteks permasalahan penelitian.

b. Metode Observasi

Observasi adalah pengamatan dan pencatatan dengan sistematis terhadap fenomena-fenomena yang diselidiki. Namun observasi bukanlah sekedar mencatat akan tetapi juga mengadakan pertimbangan-pertimbangan kemudian mengadakan penelitian ke dalam skala bertingkat-tingkat.⁴⁸ Kartini kartono menambahkan bahwa observasi adalah studi yang sengaja dan sistematis tentang fenomena sosial dan psikis dengan jalan pengamatan dan pencatatan.⁴⁹ Dalam konteks penelitian ini, observasi dilakukan di Sekolah (MTsN Yogyakarta 1). Melalui observasi, peneliti dapat memperoleh data-data

⁴⁷ Suharsimi Arikunto, *Op, Cit*, hlm. 114.

⁴⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1992), hlm. 234.

⁴⁹ Anas Sujono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, (Jakarta: Rajawali Press, 1992), hlm. 207.

tentang letak geografis, kondisi MTsN Yogyakarta 1, cara guru BK pengembangan EQ pada siswa kelas VII, serta aspek yang dikembangkan dalam pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1.

Pada observasi ini peneliti menerapkan observasi sistematis. Artinya dilakukan berdasarkan pedoman yang telah disiapkan sebelumnya, hal ini untuk mengarahkan dan memfokuskan peneliti pada masalah yang akan diteliti.

c. Metode Dokumentasi

Dokumentasi adalah proses memperoleh informasi data melalui dokumen-dokumen tertulis, seperti profil MTsN Yogyakarta 1, buku penilaian sikap kelas VII MTsN Yogyakarta 1, program bimbingan dan konseling kelas VII MTsN Yogyakarta 1 tahun pelajaran 2010/2011, administrasi bimbingan dan konseling kelas VII MTsN Yogyakarta 1 tahun pelajaran 2010/2011.⁵⁰

Metode ini digunakan untuk memperoleh data atau informasi tertulis tentang sarana dan prasarana, administrasi, dan struktur organisasi yang ada di MTsN Yogyakarta 1. Dalam pelaksanaannya, peneliti mempelajari dan mencatat dokumen yang relevan dengan penelitian, metode ini digunakan untuk melengkapi informasi atas data yang telah diperoleh dari observasi maupun wawancara yang

⁵⁰ Dokumentasi MTsN Yogyakarta 1, pada hari Kamis, pada tanggal 14 April 2011.

berhubungan dengan cara pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1.

4. Penentuan Keabsahan Data

Untuk menguji keabsahan data digunakan triangulasi, yaitu tehnik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain di luar data itu untuk keperluan pengecekan atau perbandingan terhadap data yang memanfaatkan penggunaan sumber data, yaitu membandingkan dan mengecek balik kepercayaan suatu informasi yang telah diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda, hal ini dapat dicapai dengan jalan berikut:

- a. Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara.
- b. Membandingkan apa yang dikatakan orang secara umum dengan apa yang dikatakannya secara pribadi.
- c. Membandingkan apa yang dikatakan orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakan pada waktu itu.
- d. Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang.
- e. Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen.⁵¹

5. Metode Analisis Data

Metode analisis data adalah: proses penyederhanaan data ke dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan.⁵²

⁵¹ Lexy. J. Moleong. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. (Bandung: Remaja Rosdakarya. 1997), hlm. 178.

⁵² Masri Singarimbun dan Sofian Effendi, *Metodologi Penelitian Survei*, (Jakarta: LP3S, 1995), hlm. 263.

Dalam menganalisa data yang penulis kumpulkan dari lapangan, penulis menggunakan metode deskriptif kualitatif yaitu, menginterpretasikan data-data yang diperoleh dalam bentuk kalimat.⁵³

Adapun analisa data ini dilakukan dengan proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesa kerja seperti yang diolah data.⁵⁴

Proses analisa data ini dilakukan dengan menelaah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber yaitu: observasi, wawancara, studi dokumentasi dan pengamatan yang ditulis dalam catatan lapangan, kemudian secara sistematis diinterpretasikan ke dalam laporan sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

⁵³ Winarno Surahmad. *Pengantar Penelitian Ilmiah*, (Bandung: Tarsito. 1985), hlm. 165.

⁵⁴ Sutrisno Hadi, *Metodologi Resech*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi. 1984), hlm. 42.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan dalam pembahasan dan analisa yang telah dilakukan penulis dengan berdasarkan pada rumusan masalah serta data-data yang diperoleh di lapangan tentang pengembangan EQ pada anak (studi pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1), maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Cara guru BK dalam mengembangkan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas VII di MTsN Yogyakarta, dengan cara yang diterapkan pada siswa yaitu membuka hati, menjelajahi emosi dan tanggung jawab. Penanganan terhadap siswa yang tidak dapat mengendalikan emosi, khususnya terhadap gejala emosional yang kurang berkenaan dengan perasaan "takut, cemas, sedih, siswa yang berbuat tidak sesuai dengan tata krama, dan tidak dapat bertutur kata dengan sopan. Cara guru BK dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa disesuaikan dengan masalah emosional yang dihadapi siswa. Guru BK dalam menghadapi masalah emosional siswa adalah dengan cara, menegur, memberikan nasihat atau cerita, meminta siswanya agar bertanggung jawab atas tindakannya yang kurang sopan terhadap gurunya maka siswa disuruh untuk meminta maaf terhadap guru yang sudah disakitinya, serta melakukan pendekatan secara individual (pendampingan) secara teratur sehingga siswa dapat lebih baik lagi.

2. Aspek yang dikembangkan dalam pengembangan EQ pada siswa kelas VII MTsN Yogyakarta 1, yaitu dengan cara penerapan indikator-indikator dari kecerdasan emosi itu sendiri, adapun indikator kecerdasan emosi yang diterapkan pada siswa yaitu pada kesadaran diri siswa, pengaturan diri siswa, emosi siswa, empati dan keterampilan sosial siswa, yang dilakukan dengan cara mengembangkan perilaku siswa sehari-hari di lingkungan sekolah. Selain itu guru BK juga membimbing, dan memberikan pengarahan serta memberi suritauladan pada anak didiknya, sehingga apa yang disampaikan guru BK dapat dicontoh dan diikuti oleh anak didiknya.

B. Saran

Berangkat dari kesimpulan di atas, maka saran dari penelitian ini, adalah:

1. Dalam menghadapi masalah emosional siswa yang cukup kompleks memang tidaklah mudah bagi guru BK dalam mengembangkan kecerdasan emosional siswa, sehingga perlunya pemberian bantuan terhadap siswa yang dilakukan kerjasama dengan lembaga konsultasi psikologis dengan menggunakan angket penyesuaian diri, dengan cara seperti ini maka guru BK dapat melihat permasalahan siswa. Sehingga guru BK dapat memberikan perhatian yang cukup signifikan kepada anaknya, agar terbentuk pribadi yang berkualitas dari segi emosional siswa.
2. Diharapkan adanya guru BK untuk masuk kelas agar dapat mengembangkan kecerdasan emosi anak dengan optimal agar tujuan

dalam pengembangan kecerdasan emosional siswa kelas VII terwujud lebih baik dan lebih sempurna.

3. Pemberian hukuman dengan jalan musyawarah bersama siswa dan orang tua ini sangat tepat dan sebaiknya dijalankan terus, karena disamping untuk memilih jalan yang terbaik menurut kesepakatan bersama. Musyawarah juga melatih siswa untuk mengambil suatu keputusan yang diambil secara bersama dan tidak mementingkan kepentingannya sendiri. Jadi disini siswa dilatih untuk tidak bersikap egois, dan orang tua tahu apa yang dilakukan siswa ketika disekolah.

C. Penutup

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, penulis panjatkan kehadiran Allah SWT sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik walaupun dalam bentuk yang sederhana. Semua ini tidak terlepas dari karunia dan rahmat-Nya, bimbingan dan tuntunan dari orang tua, serta berkat pengarahan dari pembimbing.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Hal ini karena keterbatasan penulis. Oleh karena itu saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan skripsi ini.

Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pada masyarakat pada umumnya. Akhirnya semoga segala rahmat-Nya tetap tercurah pada seluruh makhluk-Nya. Amin.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Budiarjo dkk, *Kamus Psikologi*, Semarang: Dahara Prize, 1987.
- Agus Nggermanto, *Quantum Quotien*, Bandung: PT. Penerbit Nuansa, 2003.
- Ahmad Bin Ali Bin Hajar Alasqolani, *Fathu Albari*, Hadist ke 1359, Juz 3, Beirut: Daru Alfikri, 2000.
- Al-Ghazali, *Ikhtisar Ihya 'Ulumuddin*, Terjemah: KH. Mochtar Rosyadi & Mochtar Yahya, Yogyakarta: Al-Falah, 1968.
- Anas Sujono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Press, 1992.
- Arina Mustika, Hubungan Pola Pendidikan dalam Keluarga Terhadap Tingkat Kecerdasan Emosional siswa di MAN 1 Yogyakarta, Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah UIN Sunan Kalijaga 2004, *Skripsi* tidak diterbitkan.
- Ary Ginanjar Agustin, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosional dan Spiritual (ESQ)*, Jakarta: PT Arga, 2001.
- Busyairi Madjiji, *Konsep Pendidikan Para Filosof Muslim*, Yogyakarta: Al-Amin Press, 1991.
- Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002.
- _____, *Kecerdasan Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003.
- _____, *Kecerdasan Emosional*. Alih Bahasa T. Hermaya. *Emotional Intelligence*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama 1991.
- Depag RI, *Al Qur'an dan Terjemah*, Semarang: PT. Karya Toha Putra Semarang, 1995.
- Dewa Ketut Sukardi dan Desak Made Sumiati, *Kamus Istilah Bimbingan Penyuluhan* Surabaya: PT. Usaha Nasional, 1990.
- Elizabeth B. Hulock, *Perkembangan Anak*, Jakarta: Erlangga, 1997.

- Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*, Bandung: CV Pustaka Setia, 2006.
- Hamdan Rajih, *Mengakrabkan Anak dengan Tuhan*, Yogyakarta: Diva Press, 2002.
- Http: // *www. K3 Web Info, readerticle. Php, Article LK3, Akses, 26 Agustus. 2005.*
- Jalaluddin Rahmat, *Meraih Cinta Ilahi*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2001.
- Joko Santoso dan Moh. Musyifik, *Intelligensi*, Surabaya: Pusat Pelayanan Psikologi Terapan, 1964.
- Juwariyah, *Hadis Tarbawi*, Yogyakarta: Teras, 2010.
- Kartini Kartono, *Bimbingan dan Dasar-Dasar Pelaksanaannya*, Jakarta: Rajawali, 1985.
- Koentjoroningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, Jakarta: PT Gramedia, 1997.
- Lawrence E. Saphiro, *Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak*, Alih Bahasa: Alex Tri Kantjono, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998.
- Lexy. J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2000.
- M. Hariwijaya, *Tes Kecerdasan Emosional (EQ)*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Masri Singarimbun dan Sofyan Effendi, *Metode Penelitian Survei*, Jakarta: LP3ES, 1989.
- Muhammad Al-Mighwar, *Psikologi Remaja*, Bandung: Pustaka Setia, 2006.
- Shofiyah, *Peranan Orang Tua Dalam Mendidik Anak Menuju Kecerdasan Emosional (Studi Terhadap Buku Jonh Gottman)*, Yogyakarta: Fakultas Tarbiyah IAIN Sunan Kalijaga 2002, *Skripsi tidak diterbitkan.*
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta, 1992.
- _____, *Prosedur Penelitian Suatu Pengantar*, Jakarta: Rineka Cipta 1992.

- Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1984.
- Syamsu Yusyf LN. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002.
- Syeih Muhammad Djamaluddin Al-Qosyimi Adim Syaqi, *Terjemahan Mawidhatul Mu'minin: Bimbingan Orang-Orang Mu'min*, Semarang: As Syifa, 1993.
- Trinanda Rainy Januarsari dan Yudhi Murtanto, *Ledakan EQ: 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*, Bandung: Kaifa, 2002.
- Tutu April A. Suseno, *EQ Orangtua VS EQ Anak*, Yogyakarta: Locus, 2009.
- Udik Abdullah, *Meledakan IESQ Dengan Langkah Takwa Dan Tawakal*, Yogyakarta: Zikrul Media Utama, 2004.
- Winarno Surahmad. *Pengantar Penelitian Ilmiah*, Bandung: Tarsito, 1985.