

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Dalam menjalani kehidupan, seseorang tidak pernah lepas dari kehidupan emosi yang bervariasi dari waktu ke waktu, khususnya pada masa remaja yang dikatakan oleh Thornburg (1982) sebagai masa yang penuh emosi. Masa remaja yang merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, dikenal sebagai masa yang sulit tapi juga sebagai masa yang paling menarik (Steinberg, 2002). Masa remaja merupakan masa di mana terjadi pergolakan emosi. Maka dari itu, remaja perlu mengembangkan kecerdasan emosionalnya guna berinteraksi dengan orang lain. (<http://www.geocities.com/morgenvivero/>, oleh Zainun Mu'tadin, S. Psi., M. Si, 2008).

Daniel Goleman juga menuturkan bahwa kecerdasan emosional (*Emotional intelligence*) merupakan kemampuan seseorang untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan membina relasi dengan orang lain (Daniel Goleman, 1995).

Kecerdasan emosional diperlukan dalam kegiatan ekstrakurikuler (ekskul) guna menampung minat dan bakat siswa. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang memerlukan adanya kecerdasan emosional adalah ekstrakurikuler PMR (Palang Merah Remaja). PMR merupakan suatu organisasi para remaja yang merupakan bagian

dari PMI (Palang Merah Indonesia) yang anggota-anggotanya dididik, dan dilatih dengan berbagai keterampilan ilmu pengobatan kepalangmerahan agar menjadi insan-insan yang berguna bagi sesama umat manusia, membantu melaksanakan tugas kepalangmerahan yang menjurus ke rasa cinta sesama dan suka menolong sesama (Ecep Moch. H, 1997).

Dalam ekskul PMR diperlukan adanya kecerdasan emosional guna mengarahkan siswa agar mampu mencapai prinsip-prinsip kepalangmerahan, yaitu dengan dimilikinya kemampuan untuk berempati maka dapat mencapai prinsip kemanusiaan, kesamaan, kenetralan, kesukarelaan, dan kesatuan, di mana siswa jadi dapat menghargai orang lain, peduli terhadap lingkungan, sampai pada melakukan kegiatan-kegiatan intelektual. Selain kemampuan berempati, dengan dimilikinya kemampuan dalam mengendalikan emosi, maka siswa dapat mencapai prinsip kemandirian, sedangkan dengan dimilikinya kemampuan dalam memanfaatkan emosi maka siswa dapat mencapai prinsip kesempatan di mana siswa memiliki hak dan kewajiban yang sama untuk menolong sesama. (<http://wordpress.com/signup/>, 2007).

Salah satu kegiatan ekskul di SLTPN "X" Ciamis adalah PMR. PMR di SLTPN "X" Ciamis ini beranggotakan siswa-siswi kelas VII sampai kelas IX yang berusia 12-14 tahun. PMR di SLTPN "X" ini memiliki tujuan untuk memberikan pertolongan pertama bagi sesama, khususnya teman di lingkungan sekolah yang sedang sakit. Latihan ekskul PMR ini diadakan sekali dalam seminggu dengan jenis latihan yang bermacam-macam, seperti latihan teori, latihan praktek untuk memberikan pertolongan pertama pada kecelakaan, dan

latihan *outbond* secara berkelompok guna menumbuhkan rasa kebersamaan dan kekompakan di antara sesama anggota disertai pencarian berbagai jenis tumbuhan yang dapat digunakan sebagai obat. Selain itu, mereka juga mengadakan kegiatan bakti sosial peduli lingkungan dan peduli terhadap sesama, di antaranya melakukan kerjasama dengan POLRES setempat dalam memberikan penyuluhan tentang NARKOBA, menggalang dana untuk korban bencana alam, bekerjasama dengan PMI mengadakan kegiatan donor darah, serta mengikuti lomba gerak jalan tingkat kabupaten.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa orang pembina PMR, didapatkan informasi bahwa selain kecerdasan intelektual diperlukan pula kecerdasan emosional dalam keanggotaan PMR. Di mana, siswa yang menjadi anggota PMR harus dapat menahan emosinya apabila sedang merawat teman yang sakit yang tidak mereka sukai, dapat mengambil hikmah dari setiap kegagalan yang dialami, seperti belajar dari kesalahan ketika sedang merawat teman agar kesalahannya tidak terulang kembali, peka dan tanggap terhadap perasaan orang lain, mampu membina hubungan baik dengan orang-orang di sekitar lingkungan PMR, serta menjadi anggota PMR haruslah sukarela tanpa paksaan. Hal ini sesuai dengan prinsip kegiatan PMR, yaitu kemanusiaan, kesamaan, kemandirian, kesukarelaan, dan kesatuan (Ecep Moch. H, 1997).

Namun pada dasarnya berdasarkan hasil observasi, kondisi tersebut tidak tampak di keanggotaan PMR SLTPN "X" Ciamis. Sebagian besar anggota PMR sulit bekerja sama terutama jika diminta bantuan untuk merawat teman yang sakit. Mereka cenderung untuk menunjuk teman yang lain jika diminta bantuannya.

Tidak adanya tanggung jawab anggota dalam melaksanakan piket, dan kurangnya kekompakan antar sesama anggota ketika latihan *outbond*, menunjukkan bahwa anggota tersebut kurang mampu dalam membina relasi dengan orang lain. Banyak juga teman yang mereka rawat mengeluh karena merasa kurang puas terhadap pelayanan anggota PMR. Mereka tidak merasa nyaman jika mendapatkan perawatan dari anggota PMR, karena anggota PMR tersebut tidak menunjukkan empati terhadap teman yang sedang dirawatnya. Jika ditegur, beberapa dari mereka ada yang memperhatikan teguran tersebut, namun ada juga yang merasa tersinggung sehingga mereka tidak hadir waktu latihan, baik itu latihan praktek maupun latihan teori dan sebagian dari mereka jadi suka menggerutu sendiri, sehingga di antara anggota banyak yang tidak aktif dalam kegiatan kepalangmerahan. Hal ini menunjukkan bahwa anggota tersebut kurang mampu dalam mengendalikan emosi.

Dalam penelitian ini, dilakukan survei dengan wawancara terhadap 12 anggota PMR di SLTPN "X". Terdapat 66,67% anggota PMR yang mengungkapkan bahwa mereka mengetahui dengan pasti perasaan apa yang sedang mereka alami pada suatu waktu tertentu. Jika sedang mengikuti kegiatan kepalangmerahan di luar sekolah, seperti bakti sosial, mengadakan penyuluhan tentang NARKOBA, mengadakan kegiatan donor darah dengan PMI, dan mengikuti lomba gerak jalan, mereka merasakan senang dan bangga telah menjadi anggota PMR. Lain halnya jika mereka sedang latihan teori, mereka merasakan jenuh dan bosan sehingga terkadang mereka memilih untuk membolos. Hal ini menunjukkan bahwa mereka mampu menyadari emosi dirinya.

Sebanyak 41,67% anggota mengatakan bahwa mereka sulit untuk mengendalikan emosinya. Mereka sering berselisih pendapat dengan anggota yang lain ketika sedang latihan *outbond*, sehingga timbul rasa kesal terhadap anggota yang lain. Jika mereka merasa kesal, maka mereka akan langsung melampiaskan kekesalannya pada orang yang telah membuatnya kesal dengan cara memaki teman tersebut dengan kata-kata kasar, bahkan terkadang mereka juga melampiaskan kekesalannya pada teman yang sedang mereka rawat meskipun teman tersebut tidak ada sangkut pautnya. Hal ini menunjukkan bahwa mereka kurang mampu dalam mengelola emosi secara tepat.

Terdapat 75% anggota kurang mampu dalam memanfaatkan emosi. Mereka memutuskan untuk ikut kegiatan ekstrakurikuler PMR karena mereka ikut-ikutan teman sehingga mereka tidak menikmati kegiatan selama ekstrakurikuler berlangsung. Di antara mereka juga berkata bahwa mereka ikut ekstrakurikuler PMR karena mereka tidak termasuk dalam daftar anggota ekstrakurikuler yang lain karena ekstrakurikuler yang lain sudah penuh anggotanya, sehingga mereka mengikuti ekstrakurikuler PMR semata-mata demi memenuhi kewajiban sebagai siswa di SLTPN "X" untuk mengikuti salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan oleh pihak sekolah.

Sebanyak 33,33% anggota kurang mampu berempati pada teman yang sedang dirawatnya, mereka tidak mengetahui perasaan teman yang sedang dirawatnya sehingga terkadang teman yang sedang dirawat merasa tidak nyaman dengan perawatan yang diterimanya. Bahkan, mereka juga sulit untuk memahami perasaan yang sedang dialami oleh sesama anggota PMR yang lain. Jika anggota

PMR yang lain sedang merasa sedih, mereka cenderung tidak peduli dan tidak berusaha untuk menghiburnya.

Sedangkan 50% anggota kurang mampu membina hubungan dengan orang lain, terutama dengan orang-orang di sekitar lingkungan PMR. Mereka kurang mampu diajak kerja sama untuk melaksanakan tugas piket membersihkan UKS (Unit Kesehatan Sekolah) dan mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan anggota PMR yang baru. Di samping itu, mereka cenderung menghindari sesama anggota PMR atau menolak merawat teman yang sedang sakit yang tidak disukai oleh mereka, meskipun mereka terpaksa harus bekerjasama dengan orang-orang yang tidak mereka sukai atau harus merawat teman yang tidak mereka sukai, namun mereka tetap menunjukkan perasaan tidak sukanya tersebut melalui sikap ataupun ekspresi wajahnya.

Berdasarkan paparan di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai gambaran kecerdasan emosional pada siswa-siswi yang mengikuti ekstrakurikuler PMR di SLTPN "X" Ciamis.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Masalah yang hendak diteliti dalam penelitian ini adalah gambaran mengenai taraf kecerdasan emosional pada siswa-siswi yang mengikuti ekstrakurikuler PMR di SLTPN “X” Ciamis.

## **1.3. Maksud Dan Tujuan Penelitian**

Maksud dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran tentang taraf kecerdasan emosional pada siswa-siswi yang mengikuti ekstrakurikuler PMR di SLTPN “X” Ciamis.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keterkaitan antara taraf kecerdasan emosional pada siswa-siswi yang mengikuti ekstrakurikuler PMR di SLTPN “X” Ciamis dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional.

## **1.4. Kegunaan Penelitian**

### **1.4.1. Kegunaan Ilmiah**

Sebagai informasi tambahan dalam bidang ilmu psikologi, khususnya Psikologi Perkembangan pada tahap remaja dan Psikologi Pendidikan dalam kaitannya dengan kecerdasan emosional, serta menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti-peneliti lainnya yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai gambaran kecerdasan emosional terkait dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional.

#### **1.4.2. Kegunaan Praktis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi orang tua, mengenai kecerdasan emosional remaja awal, sehingga orang tua dapat membantu remaja dalam mengembangkan kecerdasan emosionalnya.
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi anggota PMR mengenai kecerdasan emosional yang dapat membantu anggota PMR dalam mengembangkan kecerdasan emosionalnya.
3. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi para pembina ataupun semua pihak yang berhubungan dengan keanggotaan PMR, khususnya para pembina ekskul PMR, agar dapat mengarahkan anggota PMR dalam mengembangkan kecerdasan emosionalnya sesuai dengan masa perkembangannya.

#### **1.5. Kerangka Pemikiran**

Masa remaja dikenal dengan masa di mana terjadi pergolakan emosi yang diiringi dengan pertumbuhan fisik yang pesat dan pertumbuhan secara psikis yang bervariasi. Pergolakan emosi yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari bermacam pengaruh, seperti lingkungan keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas-aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Bila aktivitas-aktivitas yang dijalani tidak memadai untuk memenuhi tuntutan gejolak energinya, maka remaja seringkali meluapkan kelebihan energinya ke arah yang negatif, misalnya tawuran. Hal ini menunjukkan betapa besar gejolak emosi yang ada dalam diri remaja bila berinteraksi dalam lingkungannya. Dalam

rangka menghindari hal-hal negatif yang dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain, remaja hendaknya memahami dan memiliki apa yang disebut dengan kecerdasan emosional. Salah satu cara untuk dapat mengembangkan kecerdasan emosionalnya adalah dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Kegiatan ekstrakurikuler (ekskul) merupakan suatu kegiatan di sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan potensi, minat dan bakat siswa secara optimal, serta tumbuhnya kemandirian dan kebahagiaan peserta didik yang berguna untuk diri sendiri, keluarga, dan masyarakat. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang dapat diikuti, di antaranya adalah kegiatan ekstrakurikuler Palang Merah Remaja (PMR). Melalui ekstrakurikuler ini siswa dibina untuk menumbuhkan rasa tanggung jawab kemasyarakatan yang berkaitan erat dengan jiwa dan semangat kemanusiaan, menunjukkan saling pengertian, persahabatan, dan kerjasama antara sesama manusia.

Melalui kegiatan ekstrakurikuler PMR, siswa juga diajarkan bagaimana mengasah kecerdasan emosional mereka karena untuk dapat menjadi anggota PMR yang baik, diperlukan sebuah pengolahan dalam diri yang sifatnya emosional sehingga pertolongan yang diberikan dapat optimal sesuai dengan yang diharapkan. Daniel Goleman (1995) menyatakan bahwa kecerdasan emosional yang dimiliki oleh seseorang merupakan faktor penting dalam keberhasilannya di lingkungan dan aktivitas yang dilakukan.

Kecerdasan emosional dalam diri setiap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler PMR berbeda-beda. Daniel Goleman (1995) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi,

mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati dan membina relasi dengan orang lain. Kecerdasan emosional memiliki beberapa aspek, yaitu mengenali emosi diri, mengendalikan emosi, memanfaatkan emosi, memahami sesama/empati serta membina hubungan dengan sesama.

Menyadari emosi diri meliputi kemampuan siswa yang mengikuti ekskul PMR dalam mengenali gejala-gejala emosi yang sedang dirasakannya, mengenali intensitas emosinya, jenis emosi yang dirasakan, dan bagaimana siswa yang mengikuti ekskul PMR mengenali ungkapan spontan dari emosinya yang dapat mempengaruhi terhadap tindakan yang akan dilakukannya terutama ketika melakukan kegiatan kepalangmerahan. Remaja dengan pengenalan emosi diri yang baik akan waspada pada setiap perasaan yang dialaminya dan berusaha melepaskan diri dari perasaan tidak enak yang dialaminya. Pengenalan emosi diri ini penting karena merupakan hal mendasar yang melandasi terbentuknya kemampuan dalam mengendalikan emosi dirinya.

Mengendalikan emosi merupakan upaya yang dilakukan seseorang untuk menyeimbangkan keadaan emosi yang dirasakannya dengan lingkungan, hal ini bukan berarti menekan emosinya yang tidak menyenangkan dan juga bukan melampiaskan emosinya tanpa kendali. Ketika seorang siswa yang mengikuti ekskul PMR merasa terancam bahaya seperti diperlakukan tidak adil, diremehkan atau bahkan dicaci maki oleh teman sesama anggota PMR yang lain, maka sangatlah wajar siswa tersebut menjadi marah. Namun yang seringkali menjadi

masalah adalah bagaimana dia bertindak dalam menanggapi perasaan marahnya itu. Di sinilah diperlukan peran dari kemampuan mengendalikan emosi. Seorang siswa dikatakan mampu mengendalikan emosinya jika dia dapat menerima kenyataan yang mengecewakan dan menerima kenyataan yang menyenangkan, mampu mengolah emosi dengan tepat sesuai dengan norma yang berlaku.

Memanfaatkan emosi mencakup ketekunan yang melibatkan sifat emosional. Pemanfaatan emosi yang ada dalam diri seorang siswa yang mengikuti ekskul PMR dapat membantu siswa dalam bertanggung jawab pada apa yang sudah menjadi kewajibannya sebagai anggota PMR, belajar dari penderitaan yang telah dirasakannya, membantu siswa dalam mengembangkan minatnya, khususnya dalam ekskul PMR merupakan salah satu jenis kegiatan yang dapat membantu para siswa untuk mengembangkan minat dan bakatnya di bidang kesehatan. Dengan pemanfaatan emosional juga siswa dapat menyadari akibat dari keputusan dan tindakan yang diambilnya serta siswa jadi dapat belajar dari akibat keputusan dan tindakannya tersebut.

Memahami sesama/empati yakni kemampuan untuk merasakan apa yang orang lain rasakan merupakan kemampuan yang dibangun berdasarkan pengenalan emosi diri, semakin terbuka seorang remaja terhadap emosi dirinya sendiri maka semakin terampil pula ia membaca perasaan orang lain (Goleman, 2001). Kemampuan ini menjadi keterampilan dasar bagi seorang siswa yang mengikuti ekskul PMR untuk berelasi dengan orang-orang di sekitarnya, khususnya dengan orang-orang yang terlibat dalam kegiatan kepalangmerahan. Siswa yang mampu berempati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial

tersembunyi yang mengisyaratkan segala yang dibutuhkan atau dikehendaki oleh orang yang memerlukan jasa perawatan darinya. Kunci untuk memahami perasaan orang lain adalah mampu membaca pesan nonverbal seperti nada bicara, gerak gerik, ekspresi wajah dan lain sebagainya. Manfaat dari mampu berempati ini adalah menjadikan seorang siswa lebih peka terhadap perasaan orang lain, jika ada teman khususnya yang terlibat dalam kegiatan kepalangmerahan yang sedang bersedih, maka mereka turut merasakan kesedihan temannya tersebut dan berusaha untuk menghiburnya, mampu mendengarkan sudut pandang dan pendapat anggota PMR yang lain serta mengungkapkan ketidaksetujuan terhadap pendapat anggota PMR yang lain secara tepat sehingga dapat diterima dalam pergaulan.

Mengolah hubungan yakni kemampuan seorang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler PMR untuk terlibat dan menjalin hubungan dengan orang lain. Siswa yang mampu membina hubungan adalah mereka yang mampu menyesuaikan diri dalam pergaulan sehingga orang lain, terutama teman yang sedang dirawatnya merasa nyaman ketika berada bersama-sama dengan siswa yang bersangkutan. Kemampuan dalam mengolah hubungan ini juga berguna untuk memperluas pergaulan sehingga siswa dapat peduli terhadap sesama dan lingkungan, dapat bekerjasama dengan orang lain, serta mampu untuk memahami hubungan dengan sesama.

Kemampuan dalam menyadari emosi diri, mengendalikan emosi, memanfaatkan emosi, berempati, dan mengolah hubungan dengan sesama menunjukkan kecerdasan emosional yang bervariasi antara seseorang dengan

orang lain yang dapat dikategorikan dalam taraf tinggi dan rendah. Seseorang yang tinggi kecerdasan emosionalnya, secara sosial mudah bergaul, tidak mudah takut atau gelisah dalam setiap menghadapi persoalan. Mereka berkemampuan besar untuk melibatkan diri dengan orang-orang atau permasalahan, dapat memikul tanggung jawab dan mempunyai pandangan moral, juga mereka simpatik dan hangat dalam membina hubungan. Kehidupan emosional mereka kaya tetapi wajar karena mereka merasa nyaman dengan dirinya sendiri, dengan orang lain, dan dengan dunia pergaulannya (Goleman, 2005:60). Sedangkan seseorang dengan taraf kecerdasan emosional rendah, mereka kurang mantap secara sosial dalam hal bergaul, mudah takut dan gelisah jika menghadapi persoalan. Mereka kurang mampu melibatkan diri dengan orang lain atau permasalahan, kurang mampu untuk bertanggung jawab, kurang simpatik serta kurang hangat dalam membina hubungan. Mereka akan merasa kurang nyaman dengan diri mereka sendiri, dengan orang lain, serta dengan dunia pergaulannya. Kelima aspek dalam kecerdasan emosional yang ada pada diri setiap anggota PMR dapat bervariasi. Kelima aspek tersebut yang membentuk kecerdasan emosional mereka.

Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi, mampu untuk melakukan pengenalan terhadap diri sendiri dan pengenalan terhadap sesama (Goleman, 1995). Dengan demikian, seorang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler PMR akan dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang lain di lingkungan PMR yang diikutinya. Dalam sebuah kegiatan kepalangmerahan, hubungan antara sesama anggotanya sangat penting untuk membina kekompakan dalam kegiatan

kepalangmerahan. Menjalin kerjasama dan menjaga hubungan baik (relationship with others) dalam sebuah kelompok akan mempererat relasi antar anggota juga dengan teman yang sedang dirawatnya. Kerjasama yang dijalin dalam sebuah ekskul PMR akan membangun hubungan yang harmonis dalam kegiatan PMR tersebut (Ecep Moch. H, 1997).

Kelima aspek di atas tidak berdiri sendiri-sendiri melainkan saling terkait antara yang satu dengan yang lain dan membentuk suatu tingkatan (Goleman, 1999). Mengenali emosi diri penting untuk dapat mengolah emosi dirinya dan untuk dapat memahami sesama/empati, sedangkan kemampuan mengenali emosi diri dan mengolah emosi diri penting untuk dapat memanfaatkan emosi dengan baik. Dengan dimilikinya kemampuan mengenali emosi diri, mengolah emosi, memanfaatkan emosi, serta memahami sesama/empati dapat menjadikan siswa yang mengikuti ekskul PMR terampil dalam membina hubungan dengan orang lain. Kelima aspek inilah yang membentuk kecerdasan emosional siswa yang mengikuti ekskul PMR. Namun, siswa tersebut tidak harus cakap dalam kelima aspek tersebut tetapi harus menguasai semua aspek itu sampai pada kadar tertentu dan ketika ia tidak terlalu menguasai salah satu aspek, ia dapat mempelajari dan melatihnya supaya dapat menjadikannya lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional lebih banyak diperoleh melalui belajar dan dapat berkembang sepanjang kehidupan sambil terus belajar dari pengalaman sendiri (Goleman, 1999).

Sebenarnya kondisi emosi setiap orang itu sudah tampak sejak seseorang itu lahir, yakni tampak adanya bayi yang bisa bersikap tenang namun ada juga yang

sulit diatur dan tidak sabaran. Kondisi emosi itu ternyata dapat berubah dengan adanya pengaruh dari lingkungan sehingga tidak semua bayi yang tidak sabaran tersebut tidak mampu mengendalikan dirinya ketika ia memasuki masa kanak-kanak dan remaja. Di sinilah peran lingkungan dalam memberikan pelajaran-pelajaran emosi semasa kanak-kanak dan remaja, baik di rumah maupun di sekolah, yang dapat membentuk sirkuit emosi yang membuat seseorang itu cakap atau tidak dalam hal dasar-dasar kecerdasan emosional. Masa kanak-kanak dan remaja memberikan peluang yang penting untuk mengarahkan kebiasaan-kebiasaan emosional yang akan menentukan kehidupan selanjutnya. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dipengaruhi oleh faktor lingkungan (Goleman, 2001).

Adanya pengaruh lingkungan yang mencakup keluarga, teman sebaya dan masyarakat terhadap kecerdasan emosional, maka kecerdasan emosional ini dapat berkembang sejalan dengan proses belajar (Goleman, 2001). Proses belajar juga dapat dilakukan oleh siswa yang mengikuti ekskul PMR di lingkungan sekolah melalui kegiatan kepalangmerahan. Seorang anggota PMR belajar mengelola emosi ketika sedang melakukan kegiatan kepalangmerahan, di antaranya ketika sedang merawat temannya yang sedang sakit. Ketika kondisi emosi seorang anggota PMR sedang dalam keadaan tidak baik namun ia akan belajar untuk merawat teman yang sedang sakit dibantu oleh anggota PMR yang lain, ia harus mampu mengendalikan emosinya serta bekerjasama dengan anggota yang lain agar dapat merawat temannya dengan baik, sehingga teman yang dirawatnya merasa nyaman.

Pada masa remaja, peran keluarga adalah mendukung, membimbing serta mengarahkan remaja dalam bertingkah laku (Steinberg, 2002). Keluarga terutama orang tua dapat menuntun bagaimana seorang siswa yang mengikuti ekskul PMR mengenal emosi diri dan memanfaatkan emosinya, yakni dengan membimbing siswa menelaah masalah yang sedang dihadapi, sehingga siswa tersebut dapat menemukan penyebab dari munculnya suatu masalah agar tidak mempengaruhi keadaan emosinya sehingga emosinya tersebut dapat diungkapkan dengan tepat. Orang tua dapat membantu siswa dalam mengembangkan minat, di mana siswa yang memutuskan untuk ikut ekskul PMR guna mengembangkan minat dan bakatnya di bidang kesehatan memerlukan dukungan dan perhatian dari orang tua. Di samping itu, tingkah laku orang tua sering menjadi model bagi remaja dalam bertingkah laku, misalnya sikap orang tua dalam menghadapi masalah serta cara menyelesaikannya, sikap orang tua dalam mengekspresikan juga mengolah emosinya. Jika orang tua sedang marah dan mengekspresikan amarahnya secara agresif, seperti marah dengan kata-kata kasar atau membanting barang, maka anak akan sulit juga untuk mengungkapkan emosi dengan tepat. Sedangkan orang tua yang mampu memberi pemahaman mengenai cara pengungkapan emosi, akan membuat anak menjadi mampu untuk mengolah emosi dengan tepat. Dari keluarga juga, siswa mempelajari cara berelasi dengan orang lain di antaranya memperoleh dasar mengenai sikap-sikap yang sebaiknya dikembangkan supaya dapat diterima oleh orang lain, di antaranya oleh orang-orang yang terlibat dalam kegiatan kepalangmerahan. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Goleman (2005), bahwa pembelajaran emosi bukan hanya melalui hal-hal yang diucapkan

dan dilakukan oleh orang tua secara langsung kepada anak-anaknya, melainkan juga melalui contoh-contoh yang mereka berikan sewaktu menangani perasaan mereka sendiri atau perasaan yang biasa muncul antara suami dan istri.

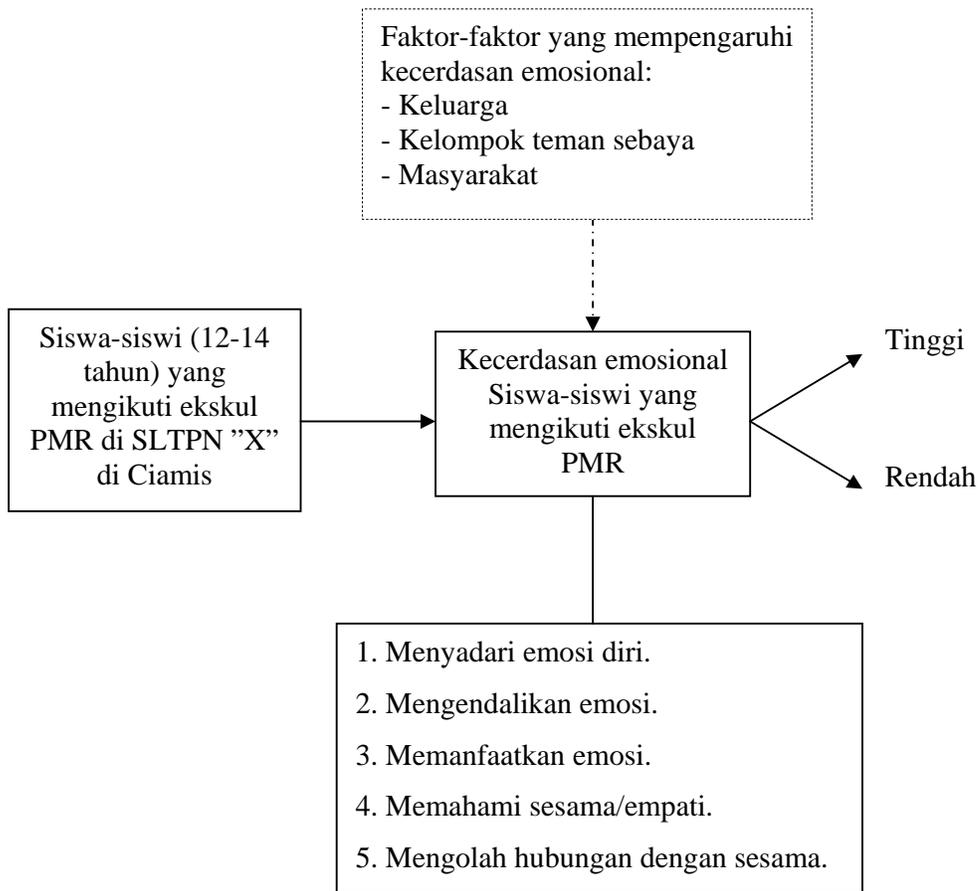
Peran dari teman sebaya juga memberi pengaruh dalam membentuk kecerdasan emosional remaja. Remaja yang menghabiskan sebagian besar waktunya bersama teman, maka kemampuan remaja dalam bersosialisasi dapat meningkat (Brown, 1990). Pengaruh positif dari kelompok teman sebaya adalah sebagai sarana bagi remaja untuk mengenal emosinya ketika menghadapi beragam situasi, bagaimana cara mengungkapkan emosi secara tepat, juga bagaimana cara belajar berinteraksi dengan bermacam-macam karakter orang. Seperti dalam berinteraksi dengan teman yang sedang sakit, dibutuhkan kemampuan untuk merasakan apa yang teman tersebut rasakan, yang dapat membantu siswa untuk memahami temannya sehingga memudahkan siswa dalam menjalin relasi dengan teman yang bersangkutan. Teman sebaya juga sering dijadikan model dalam bertingkah laku dan biasanya peran teman sebaya ini lebih berpengaruh bagi remaja daripada peran keluarga karena adanya keinginan untuk diterima oleh kelompok sosialnya tersebut (Steinberg, 2002).

Peran masyarakat lebih ditunjukkan dalam bentuk aturan yang ditujukan pada siswa supaya dapat diterima oleh lingkungannya. Dalam masyarakat juga terdapat budaya sebagai acuan dalam berperilaku, misalnya cara mengungkapkan emosinya yang masih dapat diterima oleh orang lain, cara menghadapi suatu masalah dalam ekskul PMR, serta bagaimana siswa membina relasi dengan seseorang. Masyarakat memberi penilaian negatif terhadap perilaku yang

melanggar norma-norma serta budaya yang berlaku di suatu tempat tertentu, misalnya ketika marah seseorang melontarkan kata-kata yang dianggap tidak layak untuk diucapkan karena bermakna kasar, orang tersebut dianggap berperilaku buruk dan memiliki kecerdasan emosional rendah yang pada akhirnya dihindari oleh orang lain. Dalam budaya timur yang mengarahkan seseorang untuk memendam rasa marah ataupun rasa tidak suka terhadap orang lain, akan berpengaruh pada cara orang tersebut mengolah emosinya.

Faktor-faktor seperti proses belajar dari lingkungan keluarga, teman sebaya, dan masyarakat bagi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler PMR berpengaruh agar siswa tersebut mampu untuk mengenal emosi dirinya, mengungkapkan emosinya, memanfaatkan emosi diri ketika sedang menghadapi rintangan, serta dalam membina relasi yang disertai dengan adanya empati.

Uraian di atas dapat digambarkan dalam uraian skema sebagai berikut:



Skema 1.5. Bagan Kerangka pemikiran

### **1.6. Asumsi**

Berdasarkan uraian pada kerangka pemikiran di atas, maka peneliti merumuskan asumsi sebagai berikut:

1. Setiap remaja memiliki taraf kecerdasan emosional yang berbeda antara remaja yang satu dengan yang lain karena adanya pengaruh dari proses pembelajaran, keluarga, teman sebaya, masyarakat, dan usia.
2. Gambaran kecerdasan emosional berdasarkan aspek mengenal emosi diri, mengendalikan emosi, memanfaatkan emosi, memahami sesama serta mengolah hubungan dengan sesama, berbeda antara remaja yang satu dengan remaja yang lain.