

Konsep Kecerdasan Emosional dalam Pembentukan Karakter Remaja Perspektif Pendidikan Islam

Fatmawati

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, Sumatera Barat, Indonesia.

*) fatmawati.syafei21@gmail.com

Abstract: *This research is motivated by the current condition that there are often mistakes in understanding the concept of education, parents prioritize cognitive-oriented education for their children rather than affective, so it is often found that teenagers with vulnerable conditions have low emotional intelligence. So the formation of emotional intelligence becomes a necessity for adolescents which includes elements of self-awareness, self-regulation, self-motivation, empathy and social interaction. This study aims to determine the concept of awareness, regulation, motivation, self-empathy and the concept of interaction in the formation of adolescent character from an Islamic education perspective. This research uses library research method. The method used is by reviewing books related to the titles discussed. Then the data that has been collected is discussed and analyzed, through inductive and deductive thinking patterns. Based on the results of the study, so that teenagers with Islamic characters were born in accordance with the guidance of the Qur'an and hadith as the basis of Islamic education. To create happiness in this world and the hereafter.*

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kondisi saat ini bahwa sering terjadi kesalahan dalam memahami konsep pendidikan, orang tua lebih mengutamakan pendidikan yang berorientasi kognitif untuk anaknya daripada afektif, sehingga sering ditemukan bahwa remaja dengan kondisi rentan memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Sehingga pembentukan kecerdasan emosional menjadi kebutuhan bagi remaja yang meliputi unsur kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati dan interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konsep kesadaran, regulasi, motivasi, empati diri dan konsep interaksi dalam pembentukan karakter remaja dari perspektif pendidikan Islam. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kepustakaan. Metode yang digunakan adalah dengan meninjau buku-buku yang berkaitan dengan judul yang dibahas. Kemudian data yang telah dikumpulkan dibahas dan dianalisis, melalui pola berpikir induktif dan deduktif. Berdasarkan hasil penelitian, sehingga remaja dengan agama Islam karakter lahir sesuai dengan tuntunan Al-Qur'an dan hadits sebagai dasar pendidikan Islam. Untuk menciptakan kebahagiaan di dunia ini dan akhirat..

Keywords: Concept of emotional intelligence; youth character; islamic education.

How To Cite:

Article info: Submitted: 21th Juli 2022 | Revised: 11th September 2023 | Accepted: 29th November 2023

PENDAHULUAN

Pada tahun 1995 Daniel Goleman berhasil mempopulerkan kecerdasan emosional melalui karyanya “*Emotional Intelligence*” dengan bahasa yang lumrah bagi orang awam. Goleman memperlihatkan factor-faktor yang terkait mengapa orang yang ber-IQ tinggi gagal dan orang yang ber-IQ sedang menjadi sukses. Faktor-faktor ini mengacu pada cara lain untuk menjadi cerdas yang disebut dengan kecerdasan emosional. Kecerdasan (di dalam bahasa Inggris disebut *intelligence* dan dalam bahasa Arab disebut dengan *al-dzaka*) yang berarti pemahaman, kecepatan, dan kesempurnaan sesuatu. (Tim Penyusun, 1998)

Melalui teori *multiple intelligence*, yang ditemukan Howard Gardner, (Gardner, 2003) dapat dipahami bahwa manusia tidak hanya memiliki dua aspek kemampuan saja,

melainkan manusia memiliki kecerdasan yang komplisit mulai dari kemampuan logika, *linguistic, musical*, interpersonal, hingga intrapersonal sehingga kecerdasan tidak terbatas pada aspek IQ melainkan juga pada aspek EQ. Sedangkan emosi (*emosional*) menurut Daniel Goleman sebagai "setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu; setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap". Saya menganggap emosi merujuk pada suatu keadaan biologis dan psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak".(Daniel, 1999) Sehingga dapat dipahami bahwa emosi merupakan suatu keadaan jiwa seseorang yang melahirkan suatu dorongan, baik dorongan tersebut berasal dari dalam tubuh, yang mampu melahirkan suatu tindakan yang dapat dilihat secara nyata dari perilaku yang dilahirkan.

Daniel Goleman mengemukakan bahwa *kecerdasan emosional* merupakan suatu kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdo'a. (Daniel, 1999) Ary Ginanjar Agustian mengemukakan bahwa EQ adalah kemampuan untuk merasa, kunci kecerdasan emosi adalah pada kejujuran anda pada suara hati. (Ary Ginanjar, 2001) Islam menuntun umatnya untuk mengenali dirinya sebagai sebuah kesadaran diri sebagai salah satu unsur dari kecerdasan emosional, sehingga manusia dapat berbuat dengan baik sebagaimana kodrat dirinya, hal ini dapat diketahui dari firman Allah dalam surat ath-Thariq ayat 5;

قَلْبِنظَرِ الْإِنْسَانِ مِمَّ خُلِقَ

Maka hendaklah manusia memperhatikan dari apakah dia diciptakan? (Q.S. ath- Thariq, 86: 5)

Dalam proses penciptaannya, manusia diciptakan Allah dari tanah hitam yang berbau lumpur yang busuk. Dan kemudian ke dalam kerangka manusia ditiupkan roh, dan itulah yang disebut manusia. Proses penciptaan manusia memiliki makna yang dalam, manusia adalah makhluk yang berdimensional, yakni makhluk yang bersifat ganda salah satu dimensi bersifat jasmani dan salah satunya lagi bersifat metafisis (gaib) yakni roh yang berasal dari *Illahi* yang cenderung kepada ketaatan kepada Allah SWT sebagai Tuhan Yang Maha Esa pencipta manusia.

Pendidikan yang sangat dibutuhkan remaja saat ini adalah pendidikan yang dapat mengintegrasikan pendidikan karakter dengan pendidikan yang dapat mengoptimalkan perkembangan seluruh dimensi anak (kognitif, fisik, sosial-emosi, kreativitas, dan spiritual). Pendidikan karakter tujuannya agar generasi Indoensia masa depan menjadi sosok manusia yang berkarakter, yang mampu berperilaku positif dalam segala hal. Pendidikan dengan model pendidikan seperti ini berorientasi pada pembentukan anak sebagai manusia yang utuh.

Berkaitan dengan degradasi moral, mencermati kenakalan remaja di kalangan anak-anak sekolah makin beragam. *Bullying*, tawuran, dan narkoba menjadi masalah yang serius bila tidak segera ditangani dengan baik. Seperti kematian seorang guru kesenian SMA Negeri 1 Torjun Sampang Jawa Timur yang bernama Budi Cahyono yang dianiaya oleh siswanya. Detik News memberitakan di Semarang terhadap sesama pelajar di kawasan Sumogawe, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang.

Kondisi seperti ini tidak berbanding lurus dengan tujuan pendidikan nasional, yakni mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan negara,

berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Mengacu pada fungsi sistem pendidikan nasional di atas, pendidikan berupaya membentuk bangsa berkualitas, memiliki wawasan luas disertai oleh jiwa spritualitas yang kuat. Namun sejauh ini, pengembangan kecerdasan emosional dan *spritualitas* remaja masih kurang diperhatikan. Hal ini tentu berpengaruh pada gersangnya nilai emosional di kalangan remaja yang berdampak pada buruknya karakter remaja. Pengembangan kecerdasan emosional bagi remaja sesuai dengan tuntunan ajaran Islam yakni agar para remaja atau generasi muda terpelihara prilakunya sehingga tidak terjerumus ke dalam perbuatan dosa. Tanggung jawab utama dalam hal ini adalah orang tua sebagaimana firman Allah dalam surat at-Tahrim ayat 6;

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari siksa api neraka“ (Q.S. at-Tahrim: 6)

Dalam kitab tafsir *al-Misbah*, dijelaskan bahwa dakwah dan pendidikan harus bermula dari rumah. Ayat di atas walau secara redaksional tertuju kepada kaum pria (ayah), tetapi itu bukan berarti hanya tertuju kepada mereka. Ayat ini tertuju kepada perempuan dan laki-laki (ibu dan ayah). Ini berarti kedua orang tua bertanggung jawab terhadap anak-anak sebagaimana masing-masing bertanggung jawab atas kelakuan anak-anak mereka. Ayah atau ibu sendiri tidak cukup untuk menciptakan satu rumah tangga yang diliputi oleh nilai-nilai agama serta dinaungi oleh hubungan yang harmonis. (M. Quraish Shihab, n.d.)

Dewasa ini sering terjadi kekeliruan dalam memahami konsep pendidikan, para orang tua lebih mengedepankan pendidikan yang berorientasi kognitif kepada anak-anaknya dibanding afektif, hingga sering ditemukan para remaja dengan kondisi rentan memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Psikolog Martin Seligmen mengemukakan bahwa epidemi depresi yang meningkat hampir sepuluh kali lipat di antara anak-anak dan remaja dalam lima tahun terakhir, terjadi pada usia muda sebagai akibat dari terabaikan aspek EQ pada anak. (Laurence., n.d.)

METODE

Metode yang dipakai adalah dengan penelaahan buku-buku yang berhubungan dengan judul yang dibahas. Kemudian data yang telah terhimpun dibahas dan dianalisis, melalui pola berpikir induktif dan deduktif. Berdasarkan hasil penelitian, sehingga lahirnya remaja berkarakter Islami sesuai dengan tuntunan al-Qur’an dan hadis sebagai landasan pendidikan Islam. Guna mewujudkan kebahagiaan dunia dan akhirat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Kesadaran Diri dalam Pembentukan Karakter Remaja Perspektif Pendidikan Islam

Kesadaran diri merupakan kecerdasan yang dimiliki individu untuk mampu memahami dirinya. Secara lebih sempit dapat diartikan merupakan kemampuan remaja untuk mengenal dan mengidentifikasi emosi, juga keinginannya. Selain itu remaja juga mampu memikirkan tindakan yang sebaiknya dilakukan dan memotivasi dirinya sendiri. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Howard Gardner bahwa kecerdasan intrapersonal merupakan pengetahuan dari aspek-aspek internal dari diri seseorang yakni akses pada merasa hidup dari diri sendiri, rentang emosi sendiri, kemampuan untuk mempengaruhi diskriminasi di antara emosi-emosi ini dan pada akhirnya memberi label pada emosi itu dan menggunakannya sebagai cara untuk memahami dan menjadi pedoman tingkah laku sendiri. (Gardner, 2003)

Kondisi emosi yang labil demikian tentu sangat tidak menguntungkan para remaja, oleh sebab itu remaja perlu memiliki kemampuan kecerdasan pribadi yang baik guna mengelola sekaligus mengendalikan kondisi-kondisi emosionalnya kearah yang bermanfaat dan baik hal ini dapat dilakukan dengan berbagai cara di antaranya :

Teori kecerdasan emosional menawarkan agar para remaja terlebih dahulu dibangun tentang kesadaran diri. Daniel Goleman mengungkapkan bahwa "ajaran Socrates tentang "Kenalilah dirimu" menunjukkan inti dari kecerdasan emosional yakni kesadaran akan perasaan diri sendiri sewaktu perasaan itu timbul" dan mampu menyadari akan perasaan itu sendiri serta tindakan yang akan diambil sebagai realisasi dari perasaan tersebut.

Daniel Goleman mengungkapkan tiga gaya orang tua dalam mendidik anak yang secara emosional pada umumnya tidak efisien. (Daniel, 1999) **Pertama**, Sama sekali mengabaikan perasaan. Orang tua semacam ini memperlakukan masalah emosional anaknya sebagai hal kecil atau gangguan, sesuatu yang mereka tunggu-tunggu untuk dibentak. **Kedua**, Terlalu membebaskan. Orang tua ini peka akan perasaan anak, tetapi berpendapat apapun yang dilakukan anak untuk menangani badai emosinya sendiri itu baik adanya, bahkan misalnya dengan cara memukul. **Ketiga**, Menghina, tidak menunjukkan penghargaan terhadap perasaan anak, orang tua semacam ini biasanya suka mencela, mengancam dan menghukum keras anak mereka.

Kebaikan lain yang dapat dirasakan atas adanya kesadaran diri remaja adalah lahir perilaku berkarakter seperti yang dikemukakan oleh Daniel Goleman yakni; **Pertama**, Toleransi yang lebih tinggi terhadap frustrasi dan pengelolaan amarah. **Kedua**, Berkurangnya ejekan verbal, perkelahian dan gangguan di ruang kelas. **Ketiga**, Mampu mengungkapkan amarah dengan tepat, tanpa berkelahi. **Keempat**, Berkurangnya perilaku agresif atau merusak diri sendiri. **Kelima**, Perasaan yang lebih positif terhadap diri sendiri, sekolah dan keluarga. **Keenam**, Lebih baik dalam menangani ketegangan jiwa. **Ketujuh**, Berkurangnya kesepian dan kecemasan dalam pergaulan. Islam dengan tuntunan al-Qur'an jauh sebelum teori kecerdasan emosional muncul telah menuntun umatnya untuk memiliki kesadaran diri, salah satu caranya dengan menyadari dan mengkaji dari apa dia diciptakan, sebagaimana firman Allah SWT. dalam surat ath-Thoriq ayat 5;

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ

Artinya: Maka hendaklah memperhatikan dari apakah dia diciptakan?" (Q.S. ath-Thoriq: 5)

Dalam proses penciptaannya, manusia diciptakan Allah SWT. dari tanah yang hitam yang berbau atau lumpur yang busuk. Dan kemudian ke dalam kerangka manusia itu ditiupkan roh, dan itulah yang disebut manusia. Ayat ini mengingatkan manusia akan betapa lemahnya asal kejadiannya, sekaligus membimbingnya untuk mengakui adanya hari kemudian. yaitu hari berbangkit. Karena sesungguhnya Tuhan yang mampu menciptakannya dari semula mampu pula untuk mengembalikannya seperti keadaan semula, bahkan lebih mudah. (Daniel, 1999)

Memperhatikan tafsiran Ibnu Katsir di atas dapat dipahami bahwa dengan memiliki kesadaran diri terutama tentang kejadian dan proses penciptaannya akan menuntun remaja kepada keyakinan bahwa mereka adalah makhluk ciptaan Tuhan yang seyogyanya tunduk dan patuh dengan segala aturan dan tuntunan hidup yang terdapat di dalam al-Qur'an. Apabila remaja telah patuh dan tunduk terhadap ajaran al-Qur'an niscaya mereka akan tampil dalam perilaku yang berakhlak mulia.

Menurut Abdurrahman An Nanhlawi, bahwa petunjuk dari al-Qur'an itu ditujukan untuk menghancurkan kecongkakan manusia dan melemahkan ketakaburannya sehingga dia benar-benar tawaduk dalam kehidupannya. Sebagaimana firman Allah SWT. :

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَدْنَيْنَاهُ خَلْقًا ءآخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ

Artinya: Dan Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim). Kemudian air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. kemudian Kami jadikan Dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha sucilah Allah, Pencipta yang paling baik. (Q.S. al-Mukminun: 12-14) (M. Quraish Shihab, n.d.)

Ayat tersebut membawa manusia kepada perilaku untuk menyadari eksistensi diri dan pengakuan atas keindahan rasa syukur kepada Allah SWT sebagai Penciptanya. Buah pendidikan Qur'ani ini kan menjadikan manusia taat dan patuh atas segala tuntunan hidup dari Allah SWT. Jika hal ini dijadikan sebagai alat untuk membuka kesadaran diri remaja alhasil akan lahir generasi-generasi yang berakhlak mulia seperti:

Pertama, toleransi dan pemaaf sehingga mampu mengungkapkan amarah dengan tepat dan tidak agresif atau merusak diri seperti bunuh diri. menahan amarah. Aspek-aspek pemaafan dapat mencakup banyak hal, seperti menahan amarah, memaafkan kesalahan, lapang dada, keluasaan hati, menghapus kesalahan, melupakan masa lalu yang menyakitkan hati, lakfir (menutup kesalahan orang lain), membuka lembaran baru, memperbaiki hubungan menjadi indah (harmonis) mewujudkan kedamaian dan keselamatan bagi semua pihak, mendoakan orang yang berbuat jahat, bermusyawarah

dengan orang-orang yang pernah menyakiti (berbuat salah), dan menyerahkan urusan kepada Allah SWT. (tawakal). Inilah salah satu hal penting dari wujud kesadaran diri seseorang karena akan menyerahkan dirinya hanya kepada Allah SWT. Sebagaimana firman-Nya dalam surat al-Baqarah ayat 237, sebagai berikut:

وَإِنْ طَلَقْتُمْوهُنَّ مِنْ قَبْلِ أَنْ تَمْسُوهُنَّ وَقَدْ فَرَضْتُمْ لَهُنَّ فَرِيضَةً فَنِصْفُ مَا فَرَضْتُمْ إِلَّا أَنْ يَعْفُونَ أَوْ
يَعْفُوا الَّذِي بِيَدِهِ عَقْدَةُ النِّكَاحِ وَأَنْ تَعْفُوا أَقْرَبُ لِلتَّقْوَىٰ وَلَا تَنْسُوا الْفَضْلَ بَيْنَكُمْ إِنَّ اللَّهَ بِمَا
تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Dan pema'afan kamu itu lebih dekat kepada takwa. dan janganlah kamu melupakan keutamaan di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha melihat segala apa yang kamu kerjakan. (Q.S al-Baqarah: 273)

Akhlik yang mulia ini bagi umat Islam perlu diwariskan dengan teladan dari generasi ke generasi terutama dengan meneladani akhlak Rasulullah Saw, generasi muda atau remaja perlu mengetahui dan diberi informasi yang tepat mengenai akhlak Rasulullah saw dan para sahabat, sehingga mereka tidak salah mencontoh kepada perilaku yang tidak sesuai dengan ajaran Islam. Demikianlah Islam menuntun umatnya untuk memiliki sikap-sikap yang mulia sebagai wujud kesadaran diri yang membawa umatnya kepada ketakwaan dan bertawakal.

Kedua, kesadaran diri akan membawa kepada karakter berfikiran positif baik terhadap diri sendiri maupun orang lain dan lingkungan. Dalam Islam dikenal dengan istilah *husnuzhahan* yang sering diartikan dengan baik. Orang yang memiliki kesadaran diri sebagai makhluk Allah SWT. dan bertawakal kepada-Nya akan menghiasi hidupnya *husnuzhahan* dan bukan *su'uzzhan* yakni berburuk sangka yaitu "hatinya bulat menuduh saudaranya sebagai orang yang tidak baik, sedangkan diri sendiri tidak mengetahui sepenuhnya perbuatan atau hati saudaranya.

Kewajiban berfikiran positif ini didasarkan kepada adanya ayat al-Qur'an yang dengan jelas yang menyatakan bahwa hendaklah *su'uzzhan* sebagai kebalikan dari *husnuzhahan* itu dihindari, sebagaimana firman Allah SWT. dalam surat al-Hujurat ayat 12

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَب بَّعْضُكُم
بَعْضًا أَيُّبُّ أَحَدَكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan berburuk-sangka (kecurigaan), karena sebagian dari purba-sangka itu dosa. dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang. (Q.S. al- Hujurat: 12)

Dalam Islam manusia dianjurkan untuk berfikiran positif dan larangan untuk berprasangka, karena prasangka itu kebanyakan bersifat destruktif dan berpotensi dosa.

Hal ini tentu dapat ditanamkan dan dikembangkan kepada kaum remaja, bahwa sebagai hamba yang beriman taat kepada Allah SWT. seyogyanya manusia untuk selalu berfikiran positif.

Ketiga, tidak menghina. Seseorang yang memiliki kesadaran diri bagaimana dia diciptakan Allah SWT sebagai makhluk seyogyanya tidak akan melakukan perbuatan menghina orang lain atau lebih dikenal dengan istilah *bullying* di kalangan generasi muda. *Bullying* atau menghina dapat memerosotkan seseorang pada pandangan buruk dan membuat seseorang terseret ke dalam pandangan tersebut sehingga membuat seseorang merasa tidak bahagia, marah, kesal tertekan, takut, malu, tidak nyaman dan lain sebagainya. Sebagaimana firman Allah SWT. dalam surat al-Hujurat ayat 11 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللِّقَابِ بئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya:.. Hai orang-orang yang beriman, janganlah mengolok-ngolok suatu kaum terhadap kaum (laki-laki) yang lain karena boleh jadi mereka (yang diolok-olok) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok) dan jangan para perempuan (mengolok-olok) terhadap para perempuan yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olok) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok) dan jangan kalian saling mencela antara sesama kalian dan jangan kalian saling memanggil dengan julukan / gelar (yang buruk) seburuk-buruk nama itu (adalah kefasikan) (Q.S Al-Hujurat : 11)

Ayat di atas melarang melakukan *al-lamz* terhadap diri sendiri, sedang maksudnya adalah orang lain. Redaksi tersebut dipilih untuk mengisyaratkan kesatuan masyarakat dan bagaimana seharusnya seseorang merasakan bahwa penderitaan dan kehinaan yang menimpa orang lain menimpa pula dirinya sendiri. Di sisi lain, tentu saja siapa yang mengejek orang lain maka dampak buruk ejekan itu menimpa si pengejek, bahkan tidak mustahil ia memperoleh ejekan yang lebih buruk daripada yang diejek itu. Bisa juga larangan ini memang ditujukan kepada masing-masing dalam arti jangan melakukan suatu aktivitas yang mengundang orang menghina dan mengejek anda karena, jika demikian, anda bagaikan mengejek diri sendiri. (M. Quraish Shihab, n.d.) Seruan ayat di atas perlu ditanamkan kepada remaja, karena usia remaja rentan dengan perilaku mengolok-oolok ini atau yang populer disebut dengan *bullying*. Apabila remaja telah memiliki kesadaran diri yang tinggi, dengan tuntunan ajaran Islam maka *bullying* tidak perlu terjadi pada kaum remaja.

Pengenalan diri memiliki dua tujuan. *Pertama*, dengan mengenal diri kita dapat memahami Allah yang merupakan masalah pemikiran manusia dan rahasia alam semesta. *Kedua*, ketahuilah diri anda agar dapat mengetahui apa yang harus dilakukan dalam hidup dan bagaimana harus bersikap (akhlak dan perbuatan). (Muthahhari, 1995)

Dengan demikian pengendalian diri dalam tuntunan Islam mengandung makna religius yakni sebagai wujud kepatuhan dan ketaatan seorang hamba kepada Allah SWT. Dengan memiliki kesadaran diri, diharapkan mampu memiliki karakter dan sikap toleransi dan pemaaf, berfikiran positif dan optimis serta tidak mencela atau menghina dan

mampu mengungkapkan amarah dengan tepat dan tidak agresif atau merusak diri seperti bunuh diri.

Konsep Berinteraksi Sosial dalam Pembentukan Karakter Remaja Perspektif Pendidikan Islam

Manusia adalah makhluk sosial. Ia hidup dalam masyarakat yang individu-individunya diikat oleh hubungan yang beragam, baik hati, sosial, ekonomi, persaudaraan dan sebagainya. Sejak lahir, seorang anak hidup di antara anggota keluarga yang diikat oleh perasaan cinta, kasih sayang, saling menolong, jujur, loyal dan ikhlas sehingga anak merasakan ketenangan, kedamaian dan kebahagiaan di antara orang tuanya inilah lingkungan sosial pertama yang dikenal oleh seorang anak dalam kehidupannya.

Islam telah menuntun umatnya untuk membentuk sikap dan pribadi yang memiliki kemampuan berinteraksi sosial yang baik. Baik antara sesama umat Islam maupun dengan non muslim, untuk hidup berdampingan dengan baik. Karena pada dasarnya setiap manusia itu berasal dari asal yang sama yaitu Adam,as. seperti firman Allah SWT dalam surat Al-Hujurat ayat 13 :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya: Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal. (M. Quraish Shihab, n.d.)

Menurut Islam pada mulanya manusia ini berada pada satu lingkungan yang kecil. Sehingga hubungan sosialpun masih berada dalam ruang lingkup yang kecil pula, yaitu dalam keluarga. Penyebaran umat manusia ke berbagai penjuru dunia menyebabkan sebagian umat terisolasi dari yang lainnya. Keterisolasian ini menumbuhkan corak budaya yang berbeda-beda, namun demikian untuk kelangsungan hidupnya, manusia memerlukan kemampuan bersosialisasi yang baik antar sesame. (Thohari, n.d.) Karena tanpa kemampuan tersebut manusia tidak dapat eksis di muka bumi untuk mengembangkan berbagai peradaban. Sebagai yang terkandung dalam firman-Nya di surat al-Hujurat ,49 ayat 11 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللِّقَبِّ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh Jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh Jadi yang direndahkan itu lebih baik. dan janganlah suka mencela dirimu sendiridan jangan

memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan Barangsiapa yang tidak bertobat, Maka mereka Itulah orang-orang yang zalim. (Shihab, n.d.)

Seruan Allah SWT pada ayat di atas merupakan landasan dasar untuk membangun sebuah hubungan yang serasi dalam lingkungan dan pergaulan social, yakni setiap orang yang dianjurkan untuk memiliki sikap dan kemampuan untuk menghargai orang lain. Dengan adanya sikap ini perselisihan-perselisihan sosial dapat dan kesenjangan social dapat diatasi. Apabila umat manusia dapat memahami dan melaksanakan tuntunan Allah SWT di dalam al-Qur'an mengenai pola-pola hidup menjadi manusia yang memiliki keterampilan kecerdasan emosional niscaya berbagai kesulitan dalam perjalanan hidup dapat membawa manusia kepada kematangan emosional baik dalam menjawab tantangan hidup di dunia maupun dalam mempersiapkan kehidupan di akhirat kelak.

Beberapa perilaku dan karakter mulia dapat lahir dari kecerdasan interaksi social ini dalam perspektif Islam seperti yang dikemukakan oleh Abdullah Nashih Ulwan. *Pertama*, persaudaraan merupakan ikatan kejiwaan yang mewarisi perasaan mendalam tentang kasih sayang. Persaudaraan yang benar akan melahirkan perasaan-perasaan mulia di dalam jiwa muslim untuk membentuk sikap-sikap positif, seperti saling tolong menolong, mengutamakan orang lain, kasih sayang dan pemberian maaf serta menjauhi sikap negatif. (M.Sayyid, n.d.) *Kedua*, Mengutamakan orang lain merupakan suatu karakter yang mulia yang apabila dimaksudkan untuk mendapatkan keridhaan Allah SWT, akan menjadi dasar kejiwaan berdasarkan kebenaran iman, ketulusan niat dan kesucian diri. Kaum Anshar dicatat dalam al-Qur'an dengan gambaran akhlak yang tinggi yang mengutamakan persaudaraan, saling kasih-mengasahi, mengutamakan orang lain, kemuliaan dan sayang menyanyangi. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat al-Hasyr ayat 9:

وَالَّذِينَ تَبَوَّءُوا الدَّارَ وَالْإِيمَانَ مِنْ قَبْلِهِمْ يُحِبُّونَ مَنْ هَاجَرَ إِلَيْهِمْ وَلَا يَجِدُونَ فِي صُدُورِهِمْ حَاجَةً مِمَّا أُوتُوا وَيُؤْثِرُونَ عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ وَلَوْ كَانَ بِهِمْ خَصَاصَةٌ وَمَنْ يُوقِ شَحْنًا نَفْسِهِ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

Artinya:. Dan orang-orang yang telah menempati kota Madinah dan telah beriman (Anshor) sebelum (kedatangan) mereka (Muhajirin), mereka (Anshor) 'mencintai' orang yang berhijrah kepada mereka (Muhajirin). dan mereka (Anshor) tiada menaruh keinginan dalam hati mereka terhadap apa-apa yang diberikan kepada mereka (Muhajirin); dan mereka mengutamakan (orang-orang muhajirin), atas diri mereka sendiri, Sekalipun mereka dalam kesusahan. dan siapa yang dipelihara dari kekikiran dirinya, mereka Itulah orang-orang yang beruntung (Q.S. al-Hasy: 9)

Kaum Anshar telah berupaya membantu saudara-saudara mereka dari kaum Muhajirin yang teraniaya yang diusir dari negeri asalnya. Sehingga mereka tidak memiliki kesenangan dan perhiasan hidup sedikitpun. Dan kaum Anshar telah menjadikan kaum Muhajirin sebagai saudara dan orang yang harus ditolong. Bahkan lebih mengutamakan mereka dibanding dirinya sendiri.

KESIMPULAN

Dapat pula disimpulkan bahwa makna kecerdasan emosional dalam Islam jauh berbeda dari makna kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh pemikir-pemikir barat, yaitu makna kecerdasan emosional yang terkandung dalam ajaran Islam bukan semata suatu keterampilan pandangan emosi semata, melainkan merupakan sebuah ajaran yang sakral yang diturunkan Allah SWT kepada umat manusia sebagai tuntunan hidup di dunia maupun akhirat. Kecerdasan emosional ini sekaligus manifestasi iman dan ketaatan seorang hamba terhadap-Nya.

Untuk membunuhkembangkan keterampilan sosial remaja agar prilakunya tidak menyimpang baik dari norma agama maupun norma-norma sosial lainnya maka orang tua dapat melakukan beberapa strategi berikut ini yang sesuai dengan ajaran Islam. **Pertama**, Membiasakan tatakrama dan sopan santun pada remaja. **Kedua**, Libatkan remaja dalam kegiatan pelayanan masyarakat. Syarat yang terpenting dalam memilihkan teman untuk anak adalah akhlak dan agamanya. (Mazhahiri, 1999)

Kegiatan-kegiatan di atas dapat dijadikan sebagai wadah untuk mengaktualisasikan diri remaja dan melatih keterampilan emosinya. Pada saat berada di tengah-tengah masyarakat remaja akan dituntut mewujudkan kesadaran, pengendalian diri terhadap emosi-emosi dirinya, mampu memahami bahasa verbal dan non verbal orang lain. Ini akan membawa dirinya untuk mewujudkan keterampilan berinteraksi dengan orang lain secara baik. Dengan demikian kecerdasan-kecerdasan antar pribadi ini dibangun atas kecerdasan emosional lainnya dan dapat “menjalin hubungan dengan orang lain dengan cukup lancar, peka membaca reaksi dan perasaan mereka mamperselisihkan yang mampu memimpin dan mengorganisir, dan pintar menangani perselisihan yang muncul dalam setiap kegiatan manusia.”(Daniel, 1999)

REFERENSI

- Ary Ginanjar. (2001). *ESQ Emotional, Spritual Quotient The ESQ Way 165 Jilid I*. PT Agra Tilanta.
- Daniel, G. (1999). *Kecerdasan Emosional Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*. Gramedia Pustaka Utama.
- Gardner, H. (2003). *Multiple Intelligences: Kecerdasan majemuk teori dalam praktek*. Batam: Interaksara.
- Laurence., E. S. (n.d.). *Mengajarkan Emotional Intellegence Pada Anak*.
- M. Quraish Shihab. (n.d.). *Tafsir Al- Mishbah Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Qur'an, : Vol. Ke-III*.
- Mazhahiri, H. (1999). *Pintar Mendidik Anak, Terj. Segaf Abdillah Asegaf*. Jakarta : Lentera.
- M.Sayyid, A.-Z. (n.d.). *Pendidikan remaja, Antara Islam dan Ilmu Jiwa, penterjemah Abdul Hadeyyie al-Kattani dkk.*, (Jakarta : Gema Insani Press, 2007).
- Muthahhari, M. (1995). *Kritikan Atas Konsep Moralitas Barat, Filsafat Akhlak*. (Bandung: Pustaka Hidayah).

Shihab, M. Q. (n.d.). *Tafsir Al- Misbah Pesan, Kesan Keserasian Al-Qur'an: Vol. volume 13.* (Jakarta : Lentera Hati, 2004).

Thohari. (n.d.). *Dasar-dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling.*

Tim Penyusun. (1998). *Kamus Besar Bahasa Indonesia.* Jakarta, Balai Pustaka.