



Peran Orang Tua Mengembangkan Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Islam Di Masa Pandemi Covid-19

Frisca Della Permatasari¹, Eni Fariyatul Fahyuni²

^{1,2} Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

¹ frisca0112permata@gmail.com

² eni.fariyatul@umsida.ac.id

Abstract

Keywords:

The role of parents; emotional intelligence

Emotional intelligence in children is very important for their growth and development. The role of parents is very supportive, especially during the COVID-19 pandemic. The role of parents is not only developing intellectual, but also emotional intelligence. The purpose of this study is to determine the role of parents in developing emotional intelligence in the perspective of Islam during the COVID-19 pandemic. The research method is triangulation (combination) of interviews, observations, and documentation. The results showed five parental roles, namely 1) supervising, 2) helping, 3) establishing communication, 4) giving responsibilities, 5) motivating children, and directing. The role of parents is still low at the supervision stage, where supervision by parents at this stage is difficult because children at this age are at the stage of exploration of the surrounding environment.

Abstrak:

Kata Kunci:

Peran orang tua; Kecerdasan emosional

Kecerdasan emosional pada anak sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangannya. Peran orang tua sangat mendukung, utamanya pada masa pandemi COVID-19. Peran orang tua tidak hanya mengembangkan intelektual, namun juga kecerdasan emosional. Tujuan penelitian ini mengetahui peran orang tua membangun kecerdasan emosional dalam perspektif Islam di masa pandemi COVID-19. Metode penelitian adalah triangulasi (kombinasi) wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat lima peran orang tua, yakni 1) mengawasi, 2) membantu, 3) menjalin komunikasi, 4) memberi tanggung jawab, 5) memotivasi anak, dan mengarahkan. Peran orang tua yang masih rendah pada tahap pengawasan, dimana pengawasan yang dilakukan orang tua pada tahap ini sulit dilakukan karna anak-anak pada usia ini berada pada tahap eksplorasi terhadap lingkungan sekitarnya.

Received : 10 Juli 2020; Revised: 16 Desember 2020; Accepted: 30 Desember 2020

<http://doi.org/10.19105/tjpi.v15i2.3597>

© Tadris Jurnal Pendidikan Islam
Institut Agama Islam Negeri Madura, Indonesia



This is an open access article under the [CC-BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license

1. Pendahuluan

Di masa pandemi COVID-19 saat ini mengharuskan semua anak-anak belajar dari rumah bersama orang tua masing-masing, dari semua jenjang pendidikan mulai Taman Kanak-kanak hingga perguruan tinggi. COVID-19 membawa pengaruh besar terhadap dunia pendidikan, dan tantangan untuk orang tua yang harus mendampingi anak-anak belajar dirumah serta membentuk dan mengembangkan kepribadian yang baik untuk anak-anak mulai dari kecerdasan intelektual hingga kecerdasan emosional. Semua ini yang awalnya diserahkan kepada bapak ibu guru disekolah namun sekarang orang tua yang berkewajiban mengembangkan kepribadian anak. Dengan begini peran orang tua jauh lebih besar untuk mendampingi anak-anak dalam belajar dan mengembangkan potensi anak, baik potensi daya pikir atau *intelligence* maupun kecerdasan emosional. Orang tua merupakan objek utama dalam mendidik anak dan mengasuh anak. Pada penelitian LeDoux sangat penting antara integrasi emosi dan akal dalam proses belajar, sehingga membuat anak lebih mudah dalam menerima hal-hal baru dan keberhasilan yang diinginkan.¹

Pada hakikatnya, orang tua juga menginginkan anaknya tumbuh dan berkembang dengan baik serta menjadi anak yang sholih sholihah, dan berakhlakul karimah. Harapan semua ini bisa terwujud apabila orang tua sadar akan perannya sebagai orang tua yang sangat besar pengaruhnya terhadap tumbuh kembang anak. Terlebih pada anak usia 4-6 tahun, di usia ini juga disebut dengan *golden age* atau fase usia emas dan anak cenderung lebih besar rasa ingin tahunya, dan haus akan hal-hal baru yang membuat dia penasaran. Dari segi kecerdasan intelektual, anak-anak sudah berada pada fase pra-operasional dan egosentris, dimana egosentrismenya semakin berkurang dengan bertambahnya usia dan kecerdasan dalam hal lain semakin meningkat. Pada usia emas ini sangatlah penting untuk membentuk dan mengembangkan kecerdasan emosionalnya dan peran orang tua sangatlah berpengaruh.² Tak luput dari kecerdasan emosionalnya yang semakin meningkat juga, membuat anak semakin ingin melakukan hal-hal baru. Peran orang tua haruslah mendukung dan memberikan kesempatan untuk anak agar mencoba hal-hal baru yang ingin dia lakukan, namun tidak semerta-merta membebaskan anak tanpa pengawasan dari orang tua. Bantu anak dalam mengembangkan kecerdasan emosionalnya melalui pengetahuan agama yang cukup, melatih anak untuk bersikap sopan terhadap orang tua, serta melatih anak untuk beribadah kepada Allah Swt. Agama Islam hadir untuk membawa pencerahan sekaligus pengontrol emosi untuk semua orang.³

Hasil penelitian menunjukkan, bahwa tingkat intelegensi (IQ) adalah faktor utama dalam menentukan capaian prestasi belajar bahkan dalam mencapai

¹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, ed. Muchlis, Cetakan ke (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017).

² D. Gunarsa Singgih and D. Gunarsa Singgih Yulia, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, ed. Gunarsa D. Singgih Yulia, Cetakan ke (Jakarta: Libri, 2011).

³ Roni Zaini and Ramlan, "TADRIS : Jurnal Pendidikan Islam Penguatan Pendidikan Aqidah Anak Dari Penyimpangan Budaya Online," 1907, 201–14, doi:10.19105/tjpi.

kesuksesan. Namun saat ini dalam pandangan kontemporer bahwa untuk mencapai kesuksesan hidup tidak hanya ditentukan oleh kecerdasan intelektual saja, namun juga ditentukan oleh kecerdasan emosionalnya.⁴ *Emotional Intelligence (EI)* sebuah istilah yang relatif baru dan dikembangkan oleh Daniel Goleman, berdasarkan hasil penelitiannya bahwa kecerdasan emosional sama-sama penting dengan kecerdasan intelektual. Kecerdasan emosional selalu melihat kemampuan kita dalam mengenali diri sendiri dan juga orang lain, kemampuan dalam memberi motivasi pada diri sendiri, kemampuan mengelola emosi positif dengan baik, serta kemampuan menjaga hubungan dengan orang lain.

Menurut Goleman, manusia sebenarnya memiliki dua potensi pikiran yaitu pikiran rasional dan pikiran emosional. Pikiran rasional dilakukan oleh kemampuan intelektual atau *Intelligence Quotient (IQ)*, sedangkan pikiran emosional dilakukan oleh emosi itu sendiri. Kecerdasan emosi dalam Islam sudah diterangkan dalam Al-Qur'an yang terdapat pada beberapa surat yaitu (QS. Az Zumar: 15) yang menjelaskan tentang kesadaran diri, (QS. Al Hadid: 23) yang menjelaskan tentang pengendalian diri, (QS. Thaaha: 67-68) yang menjelaskan tentang ketekunan dan motivasi, (QS. An Nur: 2) yang menjelaskan tentang rasa empati terhadap sesama, dan (QS. Al Hujurat: 13) yang menjelaskan tentang kemampuan bersosial⁵. Seseorang yang pandai dalam mengelola kecerdasan emosi akan lebih mudah dalam meraih kesuksesan, antara IQ dan EI haruslah tetap berjalan beriringan atau tetap seimbang agar mudah dalam mencapai apa yang diinginkan.⁶

Wabah yang saat ini melanda dari berbagai sudut dunia, termasuk pada proses pendidikan formal. Dampak yang terjadi saat ini pada perkembangan anak salah satunya kecerdasan emosionalnya, anak yang cenderung lebih mudah marah, mudah cemas, mudah khawatir. Hal ini menjadikan tantangan untuk orang tua dengan cara mengambil alih peran guru disekolah, dilakukan dirumah bersama orang tua. Kecerdasan emosional merupakan hal yang sangat penting dikembangkan agar anak bisa berkembang sebagaimana mestinya.⁷

Kebaruan dari penelitian ini adalah memaksimalkan peran orang tua untuk mengembangkan kecerdasan emosional anak pada menurut perspektif Islam di masa pandemi COVID-19. Peran orang tua selain membantu anak dalam mengembangkan kecerdasan intelektual namun perlu diimbangi dengan kecerdasan emosionalnya. Dalam Islam sudah dijelaskan semuanya termasuk kecerdasan emosi seseorang, sebagai orang tua adalah madrasah pertama untuk anak-anaknya yang membantu tumbuh kembang anak agar menjadi pribadi yang sesuai dengan ajaran Islam. Menurut penelitian bahwa kecerdasan emosional tidak datang begitu saja sejak anak dilahirkan, namun dibentuk dan dikembangkan oleh orang tua dan lembaga sekolah dengan sebaik-baiknya. Apabila anak tidak bisa menguasai kecerdasan emosional, maka akan berpengaruh juga pada masa depannya.⁸

⁴ Desmita, *Psikologi Perkembangan*.

⁵ (Al-Qur'an dan Terjemahan)

⁶ Anisatul Masrurroh, "Konsep Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Pendidikan Islam," *MUDARRISA: Journal of Islamic Education* 6, no. 1 (2015): 61, doi:10.18326/mdr.v6i1.759.

⁷ Psikologi Dan, Pendidikan Serta, and Kebijakan Pemerintah, "Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase (Covid-19) Terhadap" 6, no. 1 (2020): 39–49.

⁸ Goleman Daniel, *Emotional Intelligence*, ed. Hermaya T. (Jakarta: Gramedia, 1995).

2. Metode Penelitian

Jenis Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan tujuan untuk mendeskripsikan hingga menarasikan peran orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosional dalam perpektif Islam di masa COVID-19. Penelitian kualitatif juga dikategorikan penelitian baru, metode penelitian ini disebut dengan metode artistik, karena pada proses penelitian lebih mengarah ke seni (kurang terpol) dan disebut juga sebagai metode interpretive, karena pada saat pengambilan data hasil mengacu pada hasil penelitian di lapangan.⁹

Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilaksanakan secara triangulasi (gabungan), antara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dengan melalui beberapa tahap akhirnya dapat ditarik kesimpulan. Teknik wawancara adalah sebuah metode pengumpulan data yaitu dengan cara bertanya secara langsung dan dibantu dengan susunan terstruktur wawancara. Susunan terstruktur dimaksudkan agar mempermudah peneliti dalam pengambilan data dan sesuai dengan tujuan penelitian. Kemudian observasi ialah peneliti melakukan sebuah proses pengamatan langsung terhadap peran yang dilaksanakan orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosional dalam perspektif Islam di masa pandemi COVID-19 ini. Teknik observasi ini dilaksanakan peneliti dengan susunan terstruktur observasi agar hasil penelitian sesuai dengan harapan dari peneliti. Dokumentasi yaitu sebuah teknik pengumpulan data dengan cara mengumpulkan beberapa dokumen pendukung yang dibutuhkan oleh peneliti yang sesuai dengan topik penelitiannya.¹⁰ Tempat penelitian ini dilakukan di Desa Suruh Kecamatan Sukodono Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur.

Teknik Analisis Data

Pada teknik penelitian ini melibatkan beberapa alur proses penelitian, antaranya:

a. Reduksi data

Reduksi data atau penyaringan data adalah sebuah proses merangkum, memilah beberapa hal yang inti, pemfokusan pada hal yang penting, dan membuang beberapa hal yang tidak perlu. Pada proses ini harus dilakukan secara terus menerus selama proses penelitian dan hingga sampai pada laporan akhir tersusun secara lengkap.¹¹

b. Penyajian data

Pada proses penyajian data diharuskan sudah melalui tahap penyaringan data dan telah diolah menjadi sebuah narasi. Saat penyajian data hal yang perlu digunakan yaitu grafik, tabel, atau uraian, dsb. Semua digabungkan

⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2016).

¹⁰ Arif Wijayanto, "DIKLUS : Jurnal Pendidikan Luar Sekolah Peran Orangtua Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional" 1, no. 1 (2020): 55–65.

¹¹ Nurhabibah Nurhabibah, "Penanaman Nilai-Nilai Keislaman Dalam Keluarga Di Lingkungan Lokalisasi Pasar Kembang Yogyakarta," *TADRIS: Jurnal Pendidikan Islam* 13, no. 2 (2018), doi:10.19105/tjpi.v13i2.1708.

agar dapat menghasilkan hasil penelitian yang baik dan benar. Kemudian setelah semua proses dilalui, peneliti dapat menarik kesimpulan.¹²

c. Penarikan kesimpulan

Penarikan kesimpulan tidak selamanya bersifat permanen tetapi masih dapat berubah seiring berjalannya data-data yang lebih kuat untuk mendukung proses pengumpulan data. Kemudian setelah beberapa informasi sudah terkumpul sehingga akan lebih mudah untuk disimpulkan. Proses penarikan kesimpulan ini hanya beberapa persen dari kegiatan dan selanjutnya dilakukan proses verifikasi data selama penelitian sedang berlangsung.¹³

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Peran dan Tugas Orang Tua Dalam Perspektif Islam

Sebagaimana dalam Firman Allah Swt, yang ada didalam QS. Al-Kahfi: 46.

ثَوَاباً رَبِّكَ عِنْدَ خَيْرِ الصَّالِحَاتِ وَالْبَاقِيَاتِ الدُّنْيَا الْحَيَاةِ زِينَةً وَالْبُنُونَ الْمَالُ
أَمْلاً وَخَيْرٌ

Artinya: *"Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia, tetapi amanah-amanah yang kekal lagi sholeh adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan."*¹⁴

Penjelasan ayat tersebut mengandung dua makna yang begitu penting, yang pertama dalam mencintai harta dan anak ialah sebuah fitrah manusia dari Allah Swt, kemudian kedua yakni anak harus dididik dan dibimbing untuk menjadi anak yang sholeh dan harapannya bisa bermanfaat untuk manusia lainnya. Lain halnya sebagai orang tua juga harus mampu mengembangkan semua potensi yang ada dalam diri anak untuk kemudian dibentuk dengan optimal. Orang tua dapat memetik hasilnya kelak saat anak sudah dewasa, dan mereka dapat meraih kesuksesan dengan bantuan jerih payah orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosional anak.

Dalam proses pengembangan anak, berikut ini adalah tugas dan peran orang tua antaranya:

a. Mendampingi

Anak-anak sebenarnya memerlukan perhatian yang lebih besar dari orang tuanya, terlebih pada anak masa fase pra-sekolah kisaran usia 4-6 tahun. Namun dalam kehidupan kenyaatan saat ini orang tua memiliki waktu lebih banyak untuk bekerja sehingga waktu bersama keluarga terutama anak sangatlah terbatas dan minim sekali. Bahkan untuk orang tua yang didapati super sibuk bekerja hingga larut malam pengasuhan anak diserahkan kepada asisten rumah tangga sangatlah kurang tepat. Karena peran orang tua untuk anak sangatlah penting, terlebih di usia 4-6 juga termasuk usia emas atau *golden age*. Meskipun waktu yang tersedia untuk anak sangatlah minim ada baiknya orang tua memberikan perhatian yang lebih dan berkualitas dengan cara fokus menemani anak-anak

¹² Ibid.

¹³ Ibid.

¹⁴ Al-Qur'an dan Terjemahan.

bercerita pengalaman hari-hari yang telah dilewati, mendengarkan ocehan anak juga dapat membuat orang tua rileks karena fase seperti ini ocehan anak masih lugu dan terkesan polos sehingga dapat membuat obat penat setelah bekerja seharian dikantor, menemani anak bersenda gurau, bermain sambil belajar. Meskipun anak dipercayakan kepada asisten rumah tangga namun mereka tetap membutuhkan figur orang tua untuk berbagi ceritkeluh kesahnya, dan mendapatkan perhatian yang banyak dari orang-orang yang ia sayang. Dengan cara seperti ini anak merasa dihargai dan disayang.¹⁵

b. Menjalin komunikasi

Dalam sebuah hubungan baik orang tua dengan anak, keluarga dengan kerabat, komunikasi ialah hal yang penting sekali bagi orang tua dan anak karena dengan adanya komunikasi dapat menjembatani sebuah harapan, keinginan, hingga respon dari masing-masing pihak yang bersangkutan. Dengan adanya komunikasi orang tua juga dapat mendengarkan cerita keseharian anak, keinginan anak, bahkan harapan-harapan kecil sampai harapan besar sang anak. Dengan begitu orang tua juga dapat bercerita balik kepada anak dan menjadikan cerita orang tua tersebut dijadikan motivasi oleh anak. Komunikasi yang baik dan menyenangkan juga akan menimbulkan rasa nyaman dan rasa hangat dalam keluarga.¹⁶

c. Memberikan kesempatan

Sebagai orang tua perlu memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk mengenal dunianya. Namun dimaksudkan orang tua memberikan kesempatan ialah memberikan sebuah kepercayaan kepada anak agar lebih merasa percaya diri, berani dalam mengeksplere lingkungan sekitar, hingga mengambil keputusan yang menurut dia baik untuk dilakukan. Untuk orang tua yang memberikan kepercayaan kepada anak tidak sepenuhnya diserahkan kepada anak tanpa adanya pengawasan dan pengarahan dari orang tua, namun peran orang tua disini memberikan kesempatan ini bertujuan agar anak memiliki rasa tanggung jawab.¹⁷

d. Mengawasi

Dalam melakukan pengawasan terhadap anak termasuk hal yang mutlak diberikan kepada anak agar mereka dapat diarahkan jika mereka melakukan kesalahan. Mengawasi anak bukan berarti kita mematai-matai setiap gerak gerik atau tingkah laku seorang anak namun perlu dilandasi dengan komunikasi dan keterbukaan yang baik antar orang tua dan anak, agar tidak menimbulkan kesalahpahaman. Mengawasi anak memiliki tujuan yaitu untuk meminimalisir pengaruh hal negative kepada anak dan selalu membenarkan jika ia bersalah. Sehingga tidak sampai terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti salah asuh atau salah didik kepada anak.¹⁸

e. Mendorong atau memberi motivasi

Motivasi merupakan suatu keadaan dalam diri seseorang yang mendorong untuk melakukan sebuah perilaku atau melaksanakan tujuan yang diinginkan. Dalam melakukan motivasi juga dapat muncul dari individu maupun bantuan dari lingkungan sekitar. Motivasi juga dapat digunakan sebagai bentuk apresiasi atau penghargaan dan dorongan

¹⁵ Mutmainnah Muthmainnah, "Peran Orang Tua Dalam Menumbuhkan Pribadi Anak Yang Androgynius Melalui Kegiatan Bermain," *Jurnal Pendidikan Anak* 1, no. 1 (2015): 103–12, doi:10.21831/jpa.v1i1.2920.

¹⁶ Ibid.

¹⁷ Ibid.

¹⁸ Ibid.

kepada anak agar selalu mempertahankan apa yang sudah ia kerjakan dan yang ia capai, mendorong anak agar semangat untuk mencapai apa yang sudah menjadi harapan kecilnya untuk dapat terwujud. Apabila anak gagal maka memberikan motivasi sangat perlu agar ia dapat segera bangkit dan kemudian mencoba lagi tanpa berputus asa.¹⁹

f. Mengarahkan

Menurut M. Sochib, menjadi orang tua memiliki sebuah posisi yang amat penting dalam mengembangkan disiplin diri dan mengembangkan kecerdasan emosional anak.²⁰

Menginjak usia sekolah, anak-anak mulai menyadari bahwa semua pengungkapan emosi jika dilakukan secara terang-terangan dan kasar maka tidak dapat diterima oleh teman-temannya dan lingkungan sekitarnya. Maka dari itu sungguh pentingnya belajar mengendalikan emosi serta mengontrol tingkat emosinya. Kemampuan dalam mengontrol emosi juga diperoleh anak dari didikan orang tuanya, anak-anak belajar dari orang tua melalui proses meniru serta pembiasaan sehari-hari. Jika dalam proses meniru tidak dapat diatur atau diarahkan oleh orang tua maka akan berpengaruh besar terhadap anaknya yang mudah marah atau emosi yang tidak stabil. Apabila seorang anak dibesarkan dan dididik dalam keluarga yang control emosinya tidak stabil (mudah marah, suka berteriak, mudah melampiaskan emosinya ke arah negatif, mudah mengeluh, kecewa, bahkan pesimis) maka cenderung anak juga akan meniru emosi yang kurang stabil.²¹

Ketika anak sudah memasuki usia 6 tahun, ada satu hal sangat penting yang harus dimiliki anak saat sudah mulai masuk sekolah yakni kematangan sekolah, tidak hanya berpatokan pada kecerdasan motorik, dan bahasa namun ada beberapa hal yang juga perlu diperhatikan yaitu berupa dukungan dari orang tua, memiliki sebuah kesadaran akan tugas yang sudah ia tanggung, patuh terhadap perintah, dan juga mampu mengendalikan emosinya dengan baik agar mudah bersosialisasi dengan teman-temannya dan lingkungan sekitarnya yang lingkarannya lebih besar.²²

¹⁹ Ibid.

²⁰ Ibid.

²¹ Ibid.

²² Singgih and Yulia, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*.



Grafik 1: Peran Orang tua dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak

Hasil dari penelitian tersebut, membuktikan bahwa peran orang tua mengembangkan kecerdasan emosional pada anak dalam perspektif Islam dimasa COVID-19 ini sangat berpengaruh terhadap emosi anak. Dalam penelitian ini hasil terendah terhadap pengawasan anak saat berada diluar ruangan masih kurang, beberapa orang tua menganggap sudah hal biasa jika diluar ruangan tanpa adanya pengawasan.

3.2 Kecerdasan Emosional Dalam Persepektif Islam

Kecerdasan (*intelligence*) ialah sebuah kemampuan dalam bertindak dengan cara menetapkan suatu tujuan, berpikir secara rasional, dan untuk berhubungan dengan lingkungan sosial secara memuaskan. Pengertian kecerdasan yang dikutip dari buku psikologi perkembangan karya Desmita menjelaskan bahwa kecerdasan adalah sebuah kemampuan berpikir secara abstrak, dapat memecahkan masalah dengan menggunakan symbol verbal, kemampuan diri untuk menyesuaikan dengan lingkungan sekitar, dan tingkat sosial yang tinggi.

Banyak orang beranggapan bahwa kesuksesan letaknya berada pada kecerdasan otak saja, dan memiliki riwayat pendidikan yang tinggi, belum tentu menjadikan jaminan untuk seseorang dapat sukses didunia pekerjaan. Namun tak sedikit dari orang-orang sukses berangkat dari pendidikan yang rendah, kemungkinan hanya tamatan lulusan sekolah dasar. Yang sudah tersebar pada asumsi masyarakat yakni kecerdasan akal (IQ) dapat menjadikan sukses, disisi lain selain kecerdasan akal yang mumpuni harus diimbangi dengan kecerdasan emosi yang baik seperti, ketangguhan dalam berbuat, mempunyai inisiatif yang tinggi, optimis dalam melakukan segala hal, dan memiliki kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sekitar agar dapat lebih mudah bersosialisasi.²³

²³ Firdaus Daud, "Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) Dan Motivasi Belajar

Emosi mengarah kepada sebuah perasaan dan pikiran yang begitu khas, sebuah keadaan dalam diri dan jiwa manusia, serta serangkaian upaya untuk melakukan sebuah tindakan. Pada dasarnya emosi merupakan dorongan atau tindakan untuk melakukan sebuah hal yang sesuai dengan keinginan hatinya. Emosi berakar pada kata *movere* yang artinya menggerakkan, gerak, kemudian ditambah awalan huruf “e” yang secara sempurna berarti bergerak menjauh. Dari penjelasan tersebut bahwa kecenderungan dalam sebuah tindakan termasuk hal yang sangat mutlak terjadi dalam emosi.²⁴ Menurut Sarlito Wirawan Sarwono yang dikutip dalam jurnal *Kecerdasan Emosi dalam Tasawuf* bahwa emosi ialah sekumpulan perbuatan kita sehari-hari yang dibarengi dengan perasaan-perasaan tertentu, yakni perasaan senang atau perasaan tidak senang.²⁵ Sedangkan menurut Daniel Goleman, emosi dapat didefinisikan sebagai setiap keadaan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap. Emosi juga bisa berupa marah, takut, sedih, bahagia, cinta, malu, dan sebagainya yang merupakan tolok ukur kehidupan emosional yang tiada henti.²⁶

Kecerdasan emosional menurut Goleman, ialah emosional yang merujuk pada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri, dan menjaga hubungan baik dengan orang lain. Kecerdasan emosi selalu bergandengan dengan kecerdasan akademik, banyak orang cerdas secara intelektual namun tidak memiliki kecerdasan emosi sehingga menimbulkan ketidak seimbangan antara *Intelligence Quotient (IQ)* dengan *Emotional Intelligence (EI)*.²⁷

Daniel Goleman juga mengelompokkan kecerdasan emosional yang terdiri atas lima komponen, yaitu: mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain.²⁸

1. Mengenali emosi, (kesadaran diri) *knowing one's emotionsself-awareness* artinya mengetahui apa saja yang dirasakan oleh seseorang pada suatu saat dan menggunakannya untuk memimpin pengambilan keputusan diri sendiri, dan juga menjadi tolok ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri sendiri yang kuat. Semakin tinggi kesadaran diri seseorang maka akan semakin pandai dalam menangani perilaku negatif atas diri sendiri.²⁹

Dalam pengertian Islam mengenali emosi atau juga disebut *muraqabah* dan *muhasabah*. **Muraqabah** adalah sebuah proses dalam diri manusia saat mengawasi amal perbuatannya. Berdasarkan pada QS. An-Nisaa': 1

Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo,” n.d., 243–55.

²⁴ Nasruliyah Hikmatul Maghfiroh, “Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak Sejak Dini,” n.d., 556–69.

²⁵ Gitosaroso Penulis and Dosen Stain Pontianak, “KECERDASAN EMOSI (EMOTIONAL INTELLIGENCE)” 2, no. September (2012): 182–200.

²⁶ Daud, “Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo.”

²⁷ Desmita, *Psikologi Perkembangan*.

²⁸ Ibid.

²⁹ Ibid.

إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

“Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu.”³⁰

Sedangkan **Muhasabah** ialah menilai dan menimbang kebaikan serta keburukan yang telah diperbuat oleh diri sendiri. Hal ini digunakan untuk menilai diri sendiri, seperti dalam penjelasan dalam QS. Al-Hasyar: 18

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ

وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.”³¹

Dalam proses *muraqabah* dan *muhasabah* merupakan bagian terpenting dalam kehidupan seorang muslim. Melalui perantara itulah, seseorang dapat mengetahui sejauh manakah kebaikan dan keburukan yang telah diperbuat, mengetahui batas kemampuan diri sendiri dan menjadi tolok ukur dalam menentukan capaian amal ibadahnya dimasa depan.³²

2. Mengelola emosi (*managing emotions*), menangani emosi diri sendiri agar berdampak baik pada diri sendiri. Orang yang memiliki kecerdasan emosional merupakan orang yang dapat menguasai, mengelola, dan mengarahkan emosinya dengan baik. Dalam pengendalian emosi tidak hanya meredakan rasa marah, tidak bahagia, dan emosi yang tidak menyenangkan.³³

Dalam kacamata Islam, kemampuan mengendalikan emosi dan menahan diri dari hawa nafsu disebut dengan sabar. Orang yang bersabar merupakan orang yang paling tinggi dalam mengelola kecerdasan emosionalnya. Orang yang sabar juga lebih tabah dalam menghadapi segala macam gangguan dan tidak menuruti hawa nafsu emosinya, yang berujung dapat mengontrol emosinya.³⁴

Disaat manusia sedang dilanda rasa emosi yang tinggi pada dirinya, lebih baik manusia tersebut dalam mengendalikan atau mengontrol semua gejala emosi yang ada pada dirinya.³⁵ Sesuai dengan perintah dalam QS. Ar-Rad: 28

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram.”³⁶

³⁰ Al-Qur'an dan Terjemahan.

³¹ Ibid.

³² Hamdan Stephani Raihana, “Kecerdasan Emosional Dalam Al-Qur'an,” *SCHEMA: Journal of Psychology Research* 3, no. 1 (2017): 35–45.

³³ Desmita, *Psikologi Perkembangan*.

³⁴ Stephani Raihana, “Kecerdasan Emosional Dalam Al-Qur'an.”

³⁵ Ibid.

³⁶ Al-Qur'an dan Terjemahan.

3. Motivasi diri (*motivating oneself*), menggunakan hasrat yang terdalam dalam menggerakkan dan menuntun manusia menuju obyek sasaran, membantu mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif dan bertahan dalam menghadapi segala kegagalan dan frustrasi. Kunci motivasi yaitu memanfaatkan emosi, sehingga dapat membuat sukses seseorang. Hal ini juga sama dengan motivasi yang didefinisikan sebagai salah satu hal yang menjadi pendorong tingkah laku yang menuntut seseorang untuk memenuhi kebutuhan. Menurut Goleman, motivasi dan emosi memiliki kesamaan, yakni sama-sama menggerakkan.³⁷

Dalam Al-Qur'an juga sudah disebutkan bahwa untuk semua umat muslim agar terus termotivasi untuk melakukan segala hal kebaikan yang semata-mata diniatkan untuk Allah Swt, yang termakhtub dalam penggalan ayat QS. Al-Maidah: 48

فَاسْتَبِقُوا الخَيْرَاتِ ۗ إِلَى اللّٰهِ مَرْجِعُكُمْ جَمِيعًا

"Maka berlomba-lombalah dalam berbuat kebajikan. Hanya kepada Allah-lah kembali semuanya ..."³⁸

4. Mengenali emosi orang lain (*recognizing emotions in other*) atau empati, yakni suatu kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan orang banyak atau masyarakat. Emosi juga jarang diungkapkan dengan kata-kata namun lebih sering diungkapkan melalui pesan nonverbal (suara, nada, ekspresi wajah, dan gerak tubuh).³⁹

Menurut pandangan kacamata Islami, Allah Swt sudah menganjurkan kepada semua kaum yang beriman bahwa untuk saling menyayangi antar sesama muslim, menyebarkan kasih sayang, saling menghibur sesama manusia disaat suka maupun duka.⁴⁰ Juga sudah disebutkan dalam Firman Allah Swt, QS. Al-Balad: 17 yang berbunyi

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

"Dan dia termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang."⁴¹

Dari penjelasan tersebut sebenarnya merupakan sebuah surat nasihat untuk umat muslim agar senantiasa berempati kepada orang lain.

5. Membina hubungan (*handling relationships*), yakni kemampuan mengendalikan dan menangani emosi dengan baik saat berhubungan dengan masyarakat, cerdas membaca situasi dan keadaan lingkungan, mudahnya berinteraksi, memahami dan bertindak dengan bijaksana dalam melaksanakan hubungan antar manusia. Keterampilan sosial merupakan seni mempengaruhi orang lain.⁴²

Sesungguhnya agama Islam merupakan sebuah agama yang menekankan bahwa sangat penting kehidupan bersosial. Pada mulanya Islam mengajarkan manusia dalam melakukan segala sesuatu harus

³⁷ Desmita, *Psikologi Perkembangan*.

³⁸ Al-Qur'an dan Terjemahan.

³⁹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*.

⁴⁰ Stephani Raihana, "Kecerdasan Emosional Dalam Al-Qur'an."

⁴¹ Al-Qur'an dan Terjemahan.

⁴² Desmita, *Psikologi Perkembangan*.

berlandaskan untuk kesejahteraan bersama, bukan untuk dirinya sendiri. Agama Islam sangat mengutamakan sikap tolong menolong, saling menasehati jika ada yang salah, kesetiakawanan, mempunyai tenggang rasa, dan kebersamaan.⁴³ Sangat banyak ayat dalam Al-Qur'an yang membahas tentang menjaga hubungan sosial yang baik, salah satunya yang termakhtub dalam QS. Al-Maidah: 2 yang berbunyi:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ

"Dan tolong menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa."⁴⁴

Dan dalam QS. Ali Imran: 103 yang berbunyi:

وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا

"Dan berpeganglah kamu semuanya kepada tali (agama) Allah, dan janganlah kamu bercerai berai."⁴⁵

Peran Orang Tua Mengembangkan Kecerdasan Emosional Perspektif Islam di Masa Pandemi Covid-19

Menurut Thamrin Nasution, orang tua ialah setiap orang yang memiliki tanggung jawab pada satu keluarga atau memiliki tugas rumah tangga dan didalamnya disebut bapak dan ibu. Kemudian mereka memiliki tanggung jawab untuk mendidik, mengasuh, dan membimbing anak-anaknya untuk menuju gerbang kesuksesan. Orang tua juga harus mampu menjadi orang terdekat dan terpercaya untuk anak agar menimbulkan kesan nyaman sehingga anak dapat merasakan kasih sayang, rasa yang aman, memuji anak ketika melakukan hal yang positif, dan mengajarkan kepada anak hubungan spiritual kepada Sang Pencipta, hingga meluangkan waktu untuk anak. Dan tak lupa untuk mendidik anak dengan kelembutan, memberikan tanggung jawab kepada anak dan memberi aturan dan batasan kepada anak agar tidak bertindak seenaknya sendiri.⁴⁶

Sangat penting peran orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosional pada anak ini agar mudah dalam mencapai apa yang diinginkan oleh sang anak, terlebih lagi pada masa pandemi COVID-19 ini, tumbuh kembang anak berada ditangan orang tua seratus persen tanpa melibatkan lembaga pendidikan, baik PAUD maupun TK. Peran orang tua juga sangat penting terhadap perkembangan kecerdasan emosional pada awal periode kehidupan anak-anak, dan juga dapat menjadi bekal pada perkembangan anak selanjutnya. Maka dari itu, seharusnya orang tua memperlakukan anak dengan cara yang baik dan dapat memberikan kesempatan pada anak untuk berkembang baik dari segi emosionalnya. Lalu dapat diambil kesimpulan bahwa orang tua merupakan orang yang memiliki tanggung jawab besar dalam mendidik anak. Sebagai orang tua juga harus dapat mengarahkan,

⁴³ Stephani Raihana, "Kecerdasan Emosional Dalam Al-Qur'an."

⁴⁴ Al-Qur'an dan Terjemahan.

⁴⁵ Ibid.

⁴⁶ Ernie Martsiswati and Yoyon Suryono, "Peran Orang Tua Dan Pendidik Dalam Menerapkan Perilaku Disiplin Terhadap Anak Usia Dini," *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat* 1, no. 2 (2014): 187, doi:10.21831/jppm.v1i2.2688.

mendidik, mengawasi anak-anak agar dapat tumbuh dengan baik sesuai dengan tujuan hidup sebenarnya.⁴⁷

Pada realitanya orang tua saat ini kurang memberikan perhatian kepada anak, karena mayoritas orang tua bekerja dan pulang hingga larut malam sedangkan anak juga butuh kasih sayang orang tua, perhatian orang tua. Dalam masa pandemi COVID-19 seperti ini anak juga lebih membutuhkan orang tua yang benar-benar bisa mengarahkan anak, mendidik anak, membimbing anak. Saat ini orang tua lebih mempercayakan anak kepada asisten rumah tangga untuk menemani dan membimbing anak. Dampaknya anak jadi hilang rasa nyaman kepada orang tua.

4 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa peran orang tua mengembangkan kecerdasan emosional pada anak dalam perspektif Islam dimasa COVID-19 ini sangat berperan penting dalam proses pengembangan diri anak. Kesadaran orang tua sangatlah perlu untuk memaksimalkan tumbuh kembang anak, terutama pada aspek emosionalnya. Dalam penelitian ini dari kelima aspek peran dan tugas orang tua antara lain mengawasi, mendampingi, menjalin komunikasi, memberikan tanggungjawab, memotivasi, dan mengarahkan.

Dari hasil penelitian ini menyebutkan bahwa yang terendah dalam mengembangkan kecerdasan emosional yaitu peran orang tua dalam mengawasi anak dan hasil yang tertinggi adalah mengarahkan dan memotivasi. Proses pengawasan terhadap anak bukan berarti selalu memata-matai anak, namun perlu dilihat sejauh mana kegiatan anak jika ada sesuatu yang salah maka orang tua perlu membenarkan. Namun pada kenyataannya orang tua kurang begitu andil dalam pengawasan kepada anak. Jika sudah salah arah atau biasa disebut dengan salah asuh, maka orang tua yang rugi karena anaknya susah diingatkan. Terlebih lagi dimasa pandemi COVID-19 ini yang memang seharusnya orang tua yang berperan seratus persen terhadap tumbuh kembang anak.

Daftar Pustaka

- Al-Qur'an dan Terjemahan. "No Title." Bandung: Jabal, n.d.
- Badiyah, Zahrotul. "Peranan Orang Tua Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional Dan Spiritual (ESQ) Anak Dalam Perspektif Islam." *MUDARRISA: Jurnal Kajian Pendidikan Islam* 8, no. 2 (2016): 229. doi:10.18326/mdr.v8i2.229-254.
- Dan, Psikologi, Pendidikan Serta, and Kebijakan Pemerintah. "Dampak Pandemi Novel-Corona Virus Disiase (Covid-19) Terhadap" 6, no. 1 (2020): 39–49.
- Daniel, Goleman. *Emotional Intelligence*. Edited by Hermaya T. Jakarta: Gramedia, 1995.
- Daud, Firdaus. "Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo," n.d., 243–55.

⁴⁷ Ibid.

- Desmita. *Psikologi Perkembangan*. Edited by Muchlis. Cetakan ke. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017.
- Maghfiroh, Nasruliyah Hikmatul. "Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak Sejak Dini," n.d., 556–69.
- Martsiswati, Ernie, and Yoyon Suryono. "Peran Orang Tua Dan Pendidik Dalam Menerapkan Perilaku Disiplin Terhadap Anak Usia Dini." *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat* 1, no. 2 (2014): 187. doi:10.21831/jppm.v1i2.2688.
- Masruroh, Anisatul. "Konsep Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Pendidikan Islam." *MUDARRISA: Journal of Islamic Education* 6, no. 1 (2015): 61. doi:10.18326/mdr.v6i1.759.
- Muthmainnah, Mutmainnah. "Peran Orang Tua Dalam Menumbuhkan Pribadi Anak Yang Androgynius Melalui Kegiatan Bermain." *Jurnal Pendidikan Anak* 1, no. 1 (2015): 103–12. doi:10.21831/jpa.v1i1.2920.
- Nurhabibah, Nurhabibah. "Penanaman Nilai-Nilai Keislaman Dalam Keluarga Di Lingkungan Lokalisasi Pasar Kembang Yogyakarta." *TADRIS: Jurnal Pendidikan Islam* 13, no. 2 (2018). doi:10.19105/tjpi.v13i2.1708.
- Penulis, Gitosaroso, and Dosen Stain Pontianak. "KECERDASAN EMOSI (EMOTIONAL INTELLIGENCE)" 2, no. September (2012): 182–200.
- Singgih, D. Gunarsa, and D. Gunarsa Singgih Yulia. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Edited by Gunarsa D. Singgih Yulia. Cetakan ke. Jakarta: Libri, 2011.
- Stephani Raihana, Hamdan. "Kecerdasan Emosional Dalam Al-Qur'an." *SCHEMA: Journal of Psychology Research* 3, no. 1 (2017): 35–45.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Wijayanto, Arif. "DIKLUS : Jurnal Pendidikan Luar Sekolah Peran Orangtua Dalam Mengembangkan Kecerdasan Emosional" 1, no. 1 (2020): 55–65.
- Zaini, Roni, and Ramlan. "TADRIS : JURNAL PENDIDIKAN ISLAM Penguatan Pendidikan Aqidah Anak Dari Penyimpangan Budaya Online," 1907, 201–14. doi:10.19105/tjpi.