

Kecerdasan Emosional Siswa dalam Pemilihan Sekolah Lanjutan

Yulia Undriani, Yusri & Indah Sukmawati
Universitas Negeri Padang
e-mail: Yuliaundriani@gmail.com

Abstract

Emotional intelligence plays an important role in education, one of them in the school election. Emotionally intelligent students select schools according to their own desires and interests and talents. In fact there are some students who indicated less emotionally intelligent, which is still dependent on his parents and went along with a friend in high school election, causing disappointment in him after entering the selected schools. The purpose of research to describe the emotional intelligence of students in the school elections in SMK4 Padang. Results of the study revealed that (1) the emotional intelligence of students in the school elections from the aspects of the bulk identify emotions in middle category (2) aspects of managing emotions mostly in middle category (3) aspects of motivating your self to be in the medium category. From the research results suggested Teacher Guidance and Counseling/Counselors provide guidance and counseling services that can minimize the less intelligent students emotionally, so that students can develop the potential in him. The services can be given that the service in formation, service content mastery, and group counseling services that matter relating to emotional intelligence services. It can also be given individual counseling services for students who have less trouble emotionally intelligent. Then it is also suggested to home room, principals, and school personnel in order to cooperate in identifying and providing great attention to students who are less emotionally intelligent.

Keywords: *Emotional intelligence, the selection of secondary school*

Copyright ©2016 Universitas Negeri Padang All rights reserved

PENDAHULUAN

Remaja adalah individu yang sedang berada dalam proses perkembangan ke arah kedewasaan. Proses perkembangan ke arah kedewasaan yang dimaksud adalah transisi individu dari masa anak-anak ke masa dewasa. Salah satu bentuk proses perkembangan yang dialami remaja adalah perkembangan emosi (Enung Fatimah, 2006).

Menurut M. Darwis Hude (2006:18) emosi adalah suatu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap, dan tingkah laku, serta terlihat dalam bentuk ekspresi tertentu. Emosi dirasakan secara psiko-fisik karena terkait langsung dengan jiwa dan fisik. Goleman (2002:411) mengatakan emosi adalah suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis, psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak.

Menurut Gohm & Clore (dalam Triantoro & Nofrans, 2009:13-14) emosi dibagi menjadi dua kategori umum sesuai dengan dampak yang ditimbulkannya, yaitu sebagai berikut:

1. Emosi positif (afek positif)
Emosi positif memberikan dampak yang menyenangkan dan menenangkan. Contoh: tenang, santai, rileks, gembira, lucu, haru, dan senang. Ketika seseorang merasakan emosi positif ini, maka dia akan merasakan keadaan psikologis yang positif.
2. Emosi negatif (afek negatif)
Emosi negatif adalah emosi yang tidak diinginkan, sehingga menimbulkan dampak tidak menyenangkan dan menyusahkan. Contoh: sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dan dendam.

Pada dasarnya individu akan berusaha untuk menghindari dan menghilangkan emosi negatif. Adakalanya individu mampu untuk mengendalikannya, tetapi adakalanya juga gagal untuk mengendalikan emosi negatif tersebut. Ketika individu gagal mengendalikan atau menyeimbangkan emosi negatif, maka akan berdampak buruk pada keadaan atau suasana hati individu yang bersangkutan.

Remaja berada dalam proses perkembangan, di mana dalam proses perkembangan tersebut remaja mengalami emosi yang tidak stabil, kadang-kadang berada dalam emosi positif atau emosi negatif. Dalam kehidupannya remaja akan berusaha untuk menghindari dan menghilangkan emosi negatif, agar bisa menjalani masa remaja dengan baik dan jauh dari rasa tertekan. Tapi, adakalanya emosi negatif tersebut sulit untuk dihindari atau dihilangkan oleh remaja karena kondisi sosial atau keadaan lingkungan. Meningginya emosi negatif pada remaja, di mana remaja seringkali mudah marah, mudah tersinggung, dan tidak bisa mengendalikan perasaannya, hal itu terjadi karena remaja berada di bawah tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru, sedangkan selama masa kanak-kanak remaja kurang mempersiapkan diri untuk menghadapi keadaan-keadaan itu (Hurlock, 1999:212-213).

Agar perkembangan emosi pada remaja dapat berjalan secara optimal dan terhindar dari emosi negatif, maka dibutuhkan suatu kecerdasan. Remaja yang cerdas secara emosional mampu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya, seperti sikap anak-anak (Hurlock, 1999:213). Senada dengan itu Goleman (2002:57) mengatakan remaja yang cerdas secara emosional adalah mampu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

Kecerdasan emosional merupakan hal yang sangat penting dalam perkembangan remaja. Kecerdasan emosional juga sebagai penentu dalam mewujudkan suatu kesuksesan selain dari kecerdasan otak (intelektual). Individu yang memiliki intelektual yang tinggi ada yang tidak sukses dalam kehidupannya, hal itu disebabkan karena tidak memiliki kecerdasan emosional di dalam dirinya. Kecerdasan emosional merupakan *meta-ability*, yang menentukan seberapa baik individu mampu menggunakan keterampilan-keterampilan yang dimiliki, termasuk kemampuan intelektual (Goleman, 2002:47). Senada dengan itu Ary Ginanjar Agustian (2009:9) mengatakan bahwa "inti kemampuan pribadi dan sosial yang merupakan kunci utama keberhasilan seseorang sesungguhnya adalah kecerdasan emosional".

Kecerdasan emosional juga berperan penting dalam dunia pendidikan, terutama pemilihan sekolah lanjutan. Menurut Goleman (2002:73) kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan untuk mengambil keputusan, di mana perasaan sebagai pedoman dalam menempuh arus keputusan-keputusan pribadi yang terus menerus dilakukan dalam kehidupan. Bila perasaan yang sangat kuat dapat menciptakan kekacauan dalam penalaran, maka tidak adanya kesadaran dapat pula menjadi bencana, terutama dalam mempertimbangkan keputusan-keputusan yang amat menentukan nasib selanjutnya, seperti: sekolah yang akan dimasuki dan karir yang akan dikejar (Goleman, 2002:73).

Menurut Goleman (2002:73) keputusan-keputusan yang menyangkut masa depan tidak dapat dibuat dengan sebaik-baiknya hanya berdasarkan rasionalitas, tetapi membutuhkan suara hati dan kebijaksanaan emosional. Logika formal belaka tidak akan pernah berhasil sebagai landasan untuk menentukan keputusan yang akan diambil akan berdampak baik, karena wilayah nalar yang tidak mengikissertakan perasaan adalah buta.

Sebagaimana yang dijelaskan Goleman, maka dalam pemilihan sekolah lanjutan, kecerdasan emosional harus dimiliki oleh remaja, karena hal tersebut menyangkut keputusan-keputusan yang menentukan nasib selanjutnya dan berhubungan dengan masa depan atau cita-cita yang akan diraih. Masa remaja berlangsung dari usia 13 tahun dan berakhir pada usia 18 tahun (Hurlock, 1999:206). Dari rentang usia remaja tersebut, maka dapat dikatakan bahwa siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) sebagai remaja, karena siswa SMK rata-rata berumur 15 sampai 18 tahun. Pada dasarnya anak Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) sudah mulai memikirkan masa depan mereka secara bersungguh-sungguh (Hurlock, 1999:221). Pemilihan sekolah lanjutan dapat dikatakan ke dalam salah satu bentuk memikirkan masa depan, karena siswa memilih sekolah yang mereka sukai sesuai dengan minat dan bakat yang dimilikinya, sehingga pendidikan di sekolah dapat menambah wawasan siswa dalam memasuki dunia pekerjaan.

Berdasarkan fenomena yang ditemui di lapangan yaitu di SMK Negeri 4 Padang, ada beberapa siswa yang kurang memiliki kecerdasan emosional dalam memilih sekolah lanjutan. Fenomena ini terungkap setelah peneliti melakukan wawancara dengan dua orang guru bimbingan dan konseling pada tanggal 11 Agustus 2014. Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa ada beberapa siswa yang kurang bersemangat

dalam belajar karena materi pelajaran yang dipelajarinya di sekolah kurang dapat dipahami dan kurang sesuai dengan keinginannya.

Hal tersebut terjadi karena siswa kurang mampu cerdas secara emosional dalam memilih sekolah lanjutan yang akan dimasuki. Dalam hal ini siswa kurang bisa mengenali dan memahami emosi yang ada di dalam dirinya dalam memilih sekolah lanjutan. Ketika pemilihan sekolah lanjutan siswa masih ragu dan kurang mengetahui arah pemilihan sekolah lanjutan yang akan dimasuki, sehingga siswa menyerahkan semuanya kepada orangtua dengan mengikuti semua masukan, ide-ide, dan pendapat orangtuanya serta orang dewasa lainnya, karena dia beranggapan bahwa pilihan tersebut yang paling tepat, sehingga dia kurang menyadari bahwa akan menimbulkan dampak negatif di dalam dirinya. Dampak yang ditimbulkannya yaitu siswa jadi malas belajar, malas ke sekolah tanpa alasan yang jelas, dan kurang mau untuk bersosialisasi dengan teman, karena ketidaksukaannya terhadap sekolah yang dimasuki.

Dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling juga terungkap bahwa ada beberapa siswa yang kurang bisa mengelola emosinya dengan baik, di mana siswa memilih sekolah lanjutan cenderung tergesa-gesa tanpa berpikir terlebih dahulu, padahal sekolah tersebut bukanlah sekolah yang dia sukai. Hal ini terjadi disebabkan siswa memilih sekolah tersebut karena teman akrabnya juga memilih sekolah itu, sehingga dia juga memilih sekolah yang dimasuki temannya agar selalu bisa bersama-sama. Selain itu karena siswa kurang cerdas secara emosional, dia kurang mampu mengendalikan emosinya dengan tepat, karena tidak terpilih di SMA yang dia sukai, siswa menjadi murung dan stress. Sehingga dia memasuki sekolah yang bisa menerimanya, walaupun sekolah tersebut bukan sekolah yang disukainya, karena masuk ke sekolah yang kurang dia sukai, siswa menjadi kurang bersemangat dalam belajar.

Selanjutnya wawancara dengan 5 orang siswa pada tanggal 13 Agustus 2014 di SMK Negeri 4 Padang terungkap bahwa siswa kurang memiliki kecerdasan emosional dalam pemilihan sekolah lanjutan, di mana siswa kurang mampu untuk memotivasi dirinya sendiri. Ketika memilih sekolah lanjutan siswa kurang memiliki sikap optimis atau yakin bahwa dia bisa untuk masuk ke sekolah yang dia sukai. Dia merasa bahwa sekolah yang dia sukai tersebut adalah sekolah yang susah untuk dimasuki dan banyak sekali peminatnya, sehingga dia urung untuk memilih sekolah tersebut, padahal jika dia berusaha maka dia akan mampu untuk masuk ke sekolah yang dia sukai. Siswa juga kurang cerdas secara emosional, di mana siswa kurang memiliki motivasi untuk berprestasi, hal ini terlihat karena siswa merasa dirinya kurang mampu untuk bersaing dalam memasuki sekolah yang dia sukai. Dia merasa kemampuan yang dia miliki tidak sebanding dengan pesaing-pesaingnya yang lain.

Dari fenomena di atas mengindikasikan bahwa masih ada beberapa siswa yang kurang cerdas secara emosional dalam menentukan sekolah lanjutan yang akan dipilih. Oleh karena itu, perlu kiranya dilakukan penelitian untuk melihat bagaimana kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan dengan judul **“Kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan (studi deskriptif di SMK Negeri 4 Padang)”**.

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan maka tujuan penelitian ini adalah 1) Mendeskripsikan kecerdasan emosional siswa ditinjau dari aspek mengenali emosi diri dalam pemilihan sekolah lanjutan. 2) Mendeskripsikan kecerdasan emosional siswa ditinjau dari aspek mengelola emosi diri dalam pemilihan sekolah lanjutan. 3) Mendeskripsikan kecerdasan emosional siswa ditinjau dari aspek memotivasi diri sendiri dalam pemilihan sekolah lanjutan.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang bertujuan mendeskripsikan atau menggambarkan kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan di SMK Negeri 4 Padang.

Populasi penelitian adalah siswa kelas X SMK Negeri 4 Padang yang berjumlah 353 orang dengan sampel 79 orang yang dipilih dengan teknik *proportional random sampling*. Instrument yang digunakan yaitu angket dengan skala Likert. Angket dianalisis dengan teknik persentase.

HASIL

Secara keseluruhan kecerdasan emosional siswa SMK Negeri 4 Padang dalam pemilihan sekolah lanjutan dapat diklasifikasikan seperti tertera pada tabel berikut:

Tabel 1. Rekapitulasi Kecerdasan Emosional Siswa dalam Pemilihan Sekolah Lanjutan
n=79

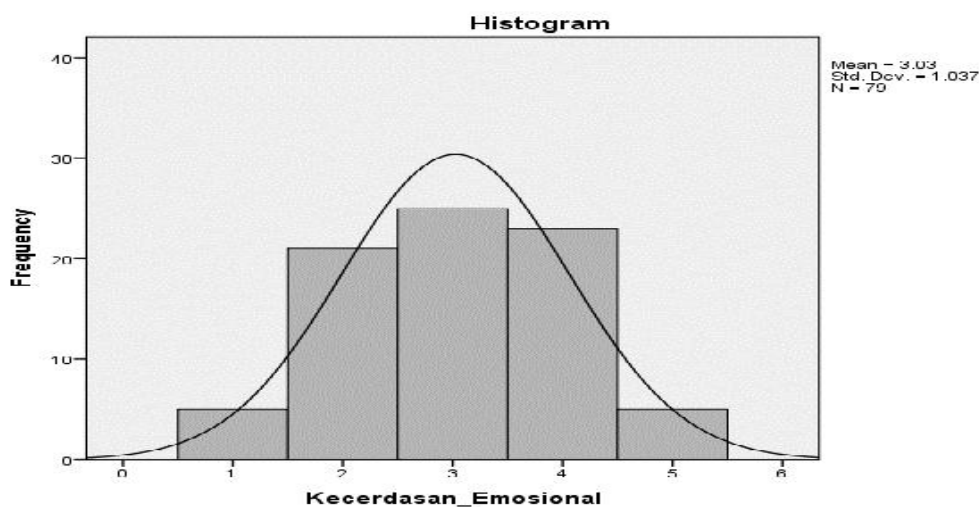
No	Sub Variabel	Kategori	Skor	f	%
1	Mengenali emosi diri	Sangat tinggi	58	5	6,3
		Tinggi	53-57	19	24,1
		Sedang	48-52	31	39,2
		Rendah	43-47	15	19,0
		Sangat rendah	< 43	9	11,4
2	Mengelola emosi diri	Sangat tinggi	64	9	11,4
		Tinggi	58-63	18	22,8
		Sedang	52-57	26	32,9
		Rendah	46-51	18	22,8
		Sangat rendah	< 46	8	10,1
3	Memotivasi diri sendiri	Sangat tinggi	76	2	2,5
		Tinggi	69-75	24	30,4
		Sedang	62-68	33	41,8
		Rendah	55-61	12	15,2
		Sangat rendah	< 55	8	10,1
Keseluruhan		Sangat tinggi	190	5	6,3
		Tinggi	177-189	23	29,1
		Sedang	164-176	25	31,7
		Rendah	151-163	21	26,6
		Sangat rendah	< 151	5	6,3

Dari tabel dapat diketahui diketahui kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan dilihat dari kemampuan mengenali emosi diri yaitu sebanyak 39,2% siswa berada pada kategori sedang, 24,1% siswa berada pada kategori tinggi, 19,0% siswa berada pada kategori rendah, 11,4% siswa berada pada kategori sangat rendah, dan 6,3% siswa berada pada kategori sangat tinggi.

Kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan dilihat dari kemampuan mengelola emosi diri yaitu sebanyak 32,9% siswa berada pada kategori sedang, 22,8% siswa berada pada kategori tinggi, 22,8% siswa berada pada kategori rendah, 11,4% siswa berada pada kategori sangat tinggi, dan 10,1 siswa berada pada kategori sangat rendah.

Kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan dilihat dari memotivasi diri sendiri yaitu sebanyak 41,8% siswa berada pada kategori sedang, 30,4% siswa berada pada kategori tinggi, 15,2% siswa berada pada kategori rendah, 10,1% siswa berada pada kategori sangat rendah, dan 2,5 siswa berada pada kategori sangat tinggi.

Sedangkan kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan secara keseluruhan yaitu sebanyak 31,7% kecerdasan emosional siswa berada pada kategori sedang, 29,1% kecerdasan emosional siswa berada pada kategori tinggi, 26,6% kecerdasan emosional siswa berada pada kategori rendah, 6,3% kecerdasan emosional siswa berada pada kategori sangat tinggi, dan 6,3% tingkat kecerdasan emosional siswa berada pada kategori sangat rendah.



Berdasarkan gambar histogram dapat dilihat bahwa sebagian besar kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan berada pada kategori sedang dengan persentase 31,7%. Jadi, kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan sebagian besar berada pada kategori sedang.

PEMBAHASAN PENELITIAN

1. Mengenali emosi diri

Berdasarkan pengolahan data dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan ditinjau dari aspek mengenali emosi diri berada pada kategori sedang, dengan persentase 39,2%. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar siswa cukup mampu mengenali emosi dirinya, tetapi harus ditingkatkan lagi. Menurut Rochelle (2001:35) mengenali emosi diri merupakan kecakapan yang paling mendasar. Dengan mengenali emosi diri seseorang akan mengetahui apa yang sedang dirasakan dan dapat memberikan arti terhadap rasa tersebut. Arti yang diberikan kepada emosi, menolong seseorang untuk menanggapi. Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi (Goleman, 2002:58)

Dalam hal ini siswa yang mampu mengenali emosi menyadari tentang perasaannya mengenai sekolah mana yang ingin dimasuki. Siswa mengetahui dengan jelas dasar dari keinginannya dalam memasuki sekolah tertentu agar tidak terjadi penyesalan dikemudian hari. Adapun siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan tidak bimbang dan tidak terpengaruh sedikitpun terhadap pilihan dari orang-orang terdekat. Hal ini dikarenakan siswa memilih sekolah tersebut agar dapat melanjutkan keperguruan tinggi yang diinginkan.

Namun dari sebagian besar siswa, masih ada beberapa yang belum mampu untuk mengenali emosinya dalam pemilihan sekolah lanjutan. Siswa yang tidak dapat mengenali emosi dirinya sendiri disebabkan karena tidak adanya kemauan untuk mandiri dan menganggap pilihan orang-orang terdekat dalam pemilihan sekolah lanjutan merupakan pilihan yang terbaik.

Selain itu siswa juga lebih mementingkan perasaan orang-orang terdekatnya dalam pemilihan sekolah lanjutan tanpa menyadari perasaannya sendiri, sehingga dia tidak mampu menguasai perasaannya tersebut. Menurut Ary Ginanjar Agustian (2009:9) kunci dari mengenali emosi diri adalah kemampuan untuk merasa, di mana individu jujur pada suara hati. Dari itu siswa dalam memilih sekolah lanjutan harus jujur pada perasaannya sendiri dan lebih mengutamakan perasaannya dari pada orang lain, karena hal tersebut menyangkut masa depan.

2. Mengelola emosi diri

Dari hasil pengolahan data dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan ditinjau dari aspek mengelola emosi diri berada pada kategori sedang, dengan persentase 32,9%. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar siswa cukup mampu mengelola emosi dirinya, tetapi harus ditingkatkan lagi. Dalam hal ini siswa mengelola emosi dirinya sendiri terutama dalam pemilihan sekolah lanjutan. Menurut Goleman (2002:77-78) mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu. Menjaga agar emosi yang merisaukan tetap terkendali merupakan kunci menuju kesejahteraan emosi.

Dalam hal ini siswa yang dapat mengelola emosinya mampu untuk mengendalikan emosi dan mengekspresikan emosi tersebut dengan tepat. Siswa ketika mengendalikan emosi berusaha sabar dan tidak tertekan walaupun merasa sedih tidak diterima pada sekolah yang diinginkan. Siswa seperti ini karena sudah terlatih dari orang-orang terdekat untuk dapat menahan segala emosi negatif yang ada dalam dirinya. Sebagaimana menurut Enung Fatimah (2006:111) bahwa remaja yang telah melewati banyak badai emosional, dia akan mulai mengalami keadaan emosional yang lebih tenang yang mewarnai pasang surut kehidupannya. Selain siswa mampu mengendalikan emosinya, siswa juga dapat mengekspresikan emosinya dengan tepat, dimana selalu bersemangat mengikuti pelajaran dan selalu datang ke sekolah tepat waktu karena senang sekolah yang dimasuki sesuai dengan harapan.

Namun dari sebagian besar siswa, masih ada beberapa yang belum mampu untuk mengelola emosinya dalam pemilihan sekolah lanjutan. Siswa tidak mampu mengendalikan dan mengekspresikan emosinya dengan tepat, dimana siswa merasa tertekan dan menangis karena tidak diterima pada sekolah yang diinginkan, serta ada juga siswa yang dendam dengan temannya karena telah menjelek pilihan sekolah lanjutan yang dimasuki.

Selain itu juga ada siswa yang malas ke sekolah dan malas mengerjakan tugas sekolahnya karena sekolah yang dimasuki tidak sesuai dengan keinginan dan harapannya. Siswa yang tidak mampu mengelola emosinya dalam pemilihan sekolah lanjutan disebabkan karena tidak dapat berpikir positif atau berpikir dengan jernih, sehingga menimbulkan rasa tertekan di dalam dirinya. Sebagaimana menurut Goleman (2001:77) seseorang yang tidak dapat mengelola emosi akan menimbulkan perasaan-perasaan tertekan dan cenderung memiliki emosi negatif serta sulit untuk fokus dalam bertindak. Sebaliknya seseorang yang mampu mengelola emosinya akan dapat berpikir positif dan akan tetap fokus walaupun berada dalam tekanan.

3. Memotivasi diri sendiri

Berdasarkan pengolahan data dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional siswa dalam pemilihan sekolah lanjutan ditinjau dari aspek memotivasi diri sendiri berada pada kategori sedang, dengan persentase 41,8%. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar siswa cukup mampu memotivasi dirinya sendiri, tetapi harus ditingkatkan lagi.

Dalam hal ini siswa memotivasi dirinya sendiri terutama dalam pemilihan sekolah lanjutan, agar siswa mampu memasuki sekolah lanjutan yang sesuai dengan keinginan dan yang dicita-citakan sehingga tidak terjadi kekecewaan dikemudian hari. Dalam hal ini siswa menyalurkan emosi di dalam dirinya dan tidak membiarkan emosi tersebut hanya sebagai perasaan semata. Emosi tersebut diaplikasikan menjadi suatu tindakan sehingga dapat mewujudkan sesuatu yang diinginkan. Hal tersebut dinamakan dengan memotivasi diri sendiri. Menurut Goleman (2002:58) emosi, perasaan, keinginan yang dirasakan oleh individu tidak akan terwujud jika hanya dibiarkan menjadi perasaan semata, tetapi harus diwujudkan dengan cara memotivasi diri agar dapat menjadi suatu tindakan.

Dalam pemilihan sekolah lanjutan siswa yang mampu memotivasi dirinya sendiri terlihat dari sikap optimis yang dia miliki yaitu yakin diterima di sekolah yang diinginkan, karena telah berusaha dengan belajar bersungguh-sungguh untuk dapat memasuki sekolah tersebut dan yakin mencapai prestasi yang baik pada sekolah yang dimasuki. Sebagaimana menurut Ary Ginanjar Agustian (2009:121) bahwa rahasia sebuah keberhasilan bukan hanya dengan intelegensi saja, karena

keberhasilan tidak memerlukan kecerdasan yang luar biasa dan keberhasilan tidak juga disebabkan oleh keberuntungan. Melainkan keberhasilan yang sesungguhnya ditentukan oleh besar tidaknya keyakinan seseorang meraih kemenangan.

Namun dari sebagian besar siswa, masih ada beberapa yang belum mampu untuk memotivasi dirinya sendiri dalam pemilihan sekolah lanjutan. Siswa yang tidak mampu memotivasi diri sendiri disebabkan karena mempunyai sikap yang cenderung pasrah, bimbang, putus asa dan tidak mau berusaha. Siswa kurang semangat dalam mencari informasi sekolah lanjutan yang ingin dimasuki, serta jarang ke perpustakaan untuk mencari materi pelajaran agar meningkatkan hasil belajar, sehingga bisa masuk pada sekolah yang diinginkan.

Selain itu siswa juga merasa bahwa dia tidak yakin bisa diterima pada sekolah yang diinginkan dan merasa kemampuan yang dimiliki dalam memasuki sekolah lanjutan yang diinginkan tidak sebanding dengan teman yang lain. Hal ini sangat bertolak belakang dengan seseorang mampu memotivasi dirinya sendiri, di mana orang tersebut akan cenderung memiliki pandangan positif dan tidak putus asa dalam menilai segala sesuatu yang terjadi di dalam dirinya (Enung Fatimah, 2006:116).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas, dapat disimpulkan kecerdasan emosional siswa SMK Negeri 4 Padang dalam pemilihan sekolah lanjutan adalah sebagai berikut:

1. Kecerdasan emosional siswa dari aspek mengenali emosi diri dalam pemilihan sekolah lanjutan berada pada kategori sedang.
2. Kecerdasan emosional siswa dari aspek mengelola emosi diri dalam pemilihan sekolah lanjutan berada pada kategori sedang.
3. Kecerdasan emosional siswa dari aspek memotivasi diri sendiri dalam pemilihan sekolah lanjutan berada pada kategori sedang.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti menyarankan:

1. Kepala sekolah
Kepala sekolah diminta untuk dapat bekerjasama dengan guru bimbingan dan konseling (BK)/konselor dan personil sekolah dalam mengidentifikasi siswa yang kurang cerdas secara emosional dan melengkapi fasilitas sekolah, berupa: buku sumber yang berisi tentang materi meningkatkan kecerdasan emosional. Selain itu memberikan perhatian besar kepada siswa yang kurang cerdas secara emosional agar bisa meningkatkan kecerdasan emosionalnya yaitu dilihat dari aspek:
 - a. Mengenali emosi diri
Sehubungan dengan emosi remaja yang sulit diterka, maka hal yang dapat dilakukan adalah dengan membantu siswa untuk memahami dirinya sendiri, sehingga siswa dapat memberi arti terhadap emosi yang dia rasakan dan dapat menyalurkan emosinya dengan tepat. Bagi siswa yang memiliki emosi dan tingkah laku menyimpang dapat membantunya untuk menyadari bahwa tindakannya kurang baik dan membantunya mencapai keberhasilan dalam pekerjaan atau tugas-tugas sekolah, sehingga siswa menjadi mudah ditangani. Salah satu cara yang mendasar adalah dengan mendorong siswa untuk bersaing dengan dirinya sendiri.
 - b. Mengelola emosi diri
Bagi siswa yang kurang mampu mengelola emosinya dan sering mengalami ledakan-ledakan kemarahan dan mudah cemas, dapat diberikan bantuan dengan cara memperkecil ledakan emosinya tersebut, misalnya dengan jalan tindakan yang bijaksana, lemah lembut, mengubah pokok pembicaraan, dan memulai aktivitas baru.
 - c. Memotivasi diri sendiri

Bagi siswa yang kurang memiliki motivasi di dalam dirinya dapat diberikan bantuan berupa masukan atau saran agar tidak mudah putus asa dan mendorong siswa agar selalu berusaha untuk mencapai cita-cita yang diinginkan.

2. Wali kelas

Wali kelas diharapkan mampu bekerjasama dengan guru bimbingan dan konseling atau konselor untuk mengidentifikasi siswa yang kurang cerdas secara emosional. Selain itu juga dapat membantu dalam menumbuhkan dan meningkatkan kecerdasan emosional siswa, sehingga siswa bisa mengembangkan segala potensi yang ada di dalam dirinya dengan optimal.

3. Guru bimbingan dan konseling (BK)/Konselor

Guru BK/konselor memberikan layanan Bimbingan dan konseling yang dapat meminimalisir siswa yang kurang cerdas secara emosional, sehingga siswa bisa mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya. Adapun layanan yang dapat diberikan yaitu:

a. Layanan informasi

Materi yang diberikan dapat berupa upaya menumbuhkan dan meningkatkan kecerdasan emosional. Dalam hal ini siswa yang belum mampu cerdas secara emosional ketika pemilihan sekolah lanjutan dapat terbantu oleh materi tersebut, sehingga siswa yang terpaksa bersekolah pada sekolah yang dimasuki, karena tidak suka pada sekolah tersebut dapat menerima dengan lapang dada dan memiliki motivasi untuk berjuang mencapai prestasi. Selain itu dengan materi tersebut juga dapat membantu siswa mengenali emosinya mengenai perguruan tinggi apa yang akan dimasuki dan karir apa yang akan digeluti nantinya.

b. Layanan penguasaan konten,

Materi yang dapat diberikan oleh guru BK/konselor dalam layanan penguasaan konten ini yaitu tentang kiat melatih kecerdasan emosional berupa memahami dan mengendalikan emosi dengan baik yang merupakan salah satu aspek dari kecerdasan emosional.

c. Layanan bimbingan kelompok,

Layanannya bimbingan kelompok dapat diberikan oleh guru BK/konselor untuk meminimalisir siswa yang kurang cerdas secara emosional dengan cara memberikan topik tugas kepada siswa yang membahas tentang makna kecerdasan emosional dan dampak yang ditimbulkan jika tidak memiliki kecerdasan emosional.

d. Layanan konseling perorangan

Melalui layanan konseling perorangan guru BK/konselor membantu siswa mengentaskan permasalahannya yang berhubungan dengan kecerdasan emosional, baik yang menyangkut bidang belajar, pribadi, karir dan sosial siswa, sehingga dengan terentaskannya permasalahan siswa tersebut, siswa dapat menggali serta dapat meningkatkan kecerdasan emosionalnya dengan optimal.

DAFTAR RUJUKAN

- Ary Ginanjar Agustian. (2009). *ESQ Power*. Jakarta: Arga Publishing
- Goleman. (2002). *Kecerdasan Emosional*. Diterjemahkan oleh T.Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Goleman. (2001). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Diterjemahkan oleh Alex Tri Kantjono. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Hurlock. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima)*. Diterjemahkan oleh Istiwidayanti & Soejarwon. Jakarta: Erlangga

Enung Fatimah. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia

M. Darwis Hude. (2006). *Emosi*. Jakarta: Erlangga

Rochelle. (2001). *Emosi*. Diterjemahkan oleh Aryono. Yogyakarta: Kanisius

Triantoro & Nofrans. (2009). *Manajemen Emosi*. Jakarta: Bumi Aksara