

SOSIALISASI DALAM PENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG KECERDASAN EMOSIONAL PADA MAHASISWA PRODI S1 FARMASI UNIVERSITAS SARI MUTIARA INDONESIA MEDAN

¹Sri Ramadhani, ²Laksana Tobing, ³Indomora Siregar
^{1,2,3}Program Studi Psikologi Universitas Sari Mutiara Indonesia
email : ramadhanisyarifin@gmail.com

ABSTRAK

Masalah mahasiswa dalam mempertahankan motivasi, membagi waktu belajar dan bermain, tidak memiliki tujuan, tidak mampu mengatasi tekanan dosen, kemalasan, dan faktor lain seperti lingkungan keluarga dapat menjadi kendala dalam mencapai IPK. IPK, di sisi lain, penting karena dapat berfungsi sebagai kesan pertama dan peran kunci dalam mengamankan pekerjaan. Akibatnya, selain memiliki kecerdasan akademik, siswa juga harus mampu mengatasi tantangan, memahami emosi, dan mengatur emosi mereka untuk sepenuhnya memanfaatkan bakat belajar mereka. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan para mahasiswa/mahasiswi dalam menyikapi dan memahami tentang pentingnya edukasi Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan. Metode pengabdian masyarakat ini dengan edukasi Peningkatan Pengetahuan Tentang Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan dalam bentuk ceramah dan Tanya jawab serta menampilkan gambar-gambar kecerdasan emosional. Hasil Pengabdian masyarakat ini adalah menambah pengetahuan para mahasiswa/mahasiswi untuk lebih mengerti, memahami bentuk-bentuk kecerdasan emosional, dan faktor yang melatarbelakangi kecerdasan emosional. Diharapkan setelah dilakukan edukasi Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan pengetahuannya semakin meningkat.

Kata Kunci : Kecerdasan, Emosional, Kecerdasan Emosional.

ABSTRACT

Student problems in maintaining motivation, dividing study and play time, not having goals, not being able to cope with lecturer pressure, laziness, and other factors such as the family environment can be obstacles in achieving GPA. GPA, on the other hand, is important because it can serve as a first impression and a key role in securing a job. As a result, besides having academic intelligence, students must also be able to overcome challenges, understand emotions, and regulate their emotions to fully utilize their learning talents. The purpose of this community service is to increase the knowledge of students in responding to and understanding the importance of Emotional Intelligence education in Pharmacy Study Program Students, Sari Mutiara Indonesia University, Medan. This community service method is education to increase knowledge about emotional intelligence for students of the Pharmacy Study Program at Sari Mutiara Indonesia Medan University in the form of lectures and questions and answers and display pictures of emotional intelligence. The result of this community service is to increase the knowledge of students to better understand, understand forms of emotional intelligence, and the factors behind emotional intelligence. It is hoped that after carrying out Emotional Intelligence education for Pharmacy Study Program Students at Sari Mutiara Indonesia University of Medan, their knowledge will increase.

Keywords: Emotional, Intelligence, Emotional Intelligence.

PENDAHULUAN

Banyak orang yang berpendapat bahwa untuk meraih prestasi belajar yang tinggi diperlukan Kecerdasan Intelektual (IQ) yang juga tinggi. Namun hasil penelitian terbaru dibidang psikologi membuktikan bahwa IQ bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi prestasi belajar seseorang. Ada banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi belajar, salah satunya adalah kecerdasan emosional.

Menurut goleman (2009), kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain. Sedangkan prestasi belajar adalah hasil belajar dari suatu aktivitas belajar yang dilakukan berdasarkan pengukuran dan penilaian terhadap hasil kegiatan belajar dalam bidang akademik yang diwujudkan berupa angka-angka dalam indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa (kamus besar bahasa indonesia, 2021).

Inteligensi atau kecerdasan menurut Dusek (casmini,2007:14) dapat didefinisikan melalui dua jalan yaitu secara kuantitatif adalah proses belajar untuk memecahkan masalah yang dapat diukur dengan tes inteligensi, dan secara kualitatif suatu cara berpikir dalam membentuk konstruk bagaimana menghubungkan dan mengelola informasi dari luar yang disesuaikan dengan dirinya. Howard gardner (agus efendi, 2005: 81) kecerdasan adalah kemampuan untuk memecahkan atau menciptakan sesuatu yang bernilai bagi budaya tertentu. Munzert mengartikan kecerdasan sebagai sikap intelektual mencakup kecepatan memberikan jawaban, penyelesaian, dan kemampuan menyelesaikan masalah. David wescler juga memberi pengertian kecerdasan sebagai suatu kapasitas umum dari individu untuk bertindak, berpikir rasional dan berinteraksi dengan lingkungan secara efektif (syaiful sagala, 2010: 82). sehingga dapat diartikan pula bahwa kecerdasan atau intelligensi adalah kemampuan untuk menguasai kemampuan tertentu.

Menurut goleman, orang-orang yang memiliki prestasi akademik tinggi, namun kurang dalam kecerdasan emosionalnya, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat. Sehingga orang-orang seperti ini seringkali menjadi sumber masalah. Karena sifat-sifat di atas, bila seseorang memiliki iq tinggi namun taraf kecerdasan emosionalnya rendah maka cenderung akan terlihat sebagai orang yang keras kepala, sulit bergaul, mudah frustrasi, tidak mudah percaya kepada orang lain, tidak peka dengan kondisi lingkungan dan cenderung putus asa bila mengalami stress.

Kondisi sebaliknya, dialami oleh orang-orang yang memiliki taraf iq rata-rata namun memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di prodi S1 farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan. Dari hasil wawancara mahasiswa di Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Medan, sebagian dari mereka kurang memiliki pengetahuan secara spesifik tentang apa itu kecerdasan emosional, bentuk-bentuk kecerdasan emosional yang terjadi. Melalui proses wawancara yang dilakukan sebagian besar tidak mengetahui tentang perilaku kecerdasan emosional, bentuk-bentuk kecerdasan emosional, tahapan-tahapan dari kecerdasan emosional, dan di antara dari mereka bisa memahami tentang kecerdasan emosional tetapi belum secara jelas.

Pentingnya mengetahui tentang kecerdasan emosional pada mahasiswa/mahasiswi untuk dapat menunjukkan pengetahuan terhadap kecerdasan emosional. Minimnya pengetahuan mahasiswa terkait kecerdasan emosional sehingga perlu dilakukan suatu upaya promotif berupa penyuluhan tentang “kecerdasan emosional pada mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan”.

METODE PELAKSANAAN

1. Tahap Persiapan

Tahap awal kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan kontrak kepada para mahasiswa/mahasiswi yang telah disiapkan untuk bisa berpartisipasi aktif dalam Penyuluhan “Peningkatkan Pengetahuan Tentang Kecerdasan Emosional”, baik kontrak waktu dan kesediaannya sebagai peserta.

Persiapan awal lain adalah alat-alat yang digunakan yaitu seperti laptop, *Liquid crystal display* (LCD), layar proyektor, *sound system*, dan mikrofon. Pembuatan *Power Point* untuk materi Edukasi Kecerdasan Emosional dibuat dengan menggunakan materi yang mudah dimengerti dan menggunakan gambar-gambar.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini para Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan terlebih dahulu mengisi daftar hadir yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat dan setelah itu salah seorang Fasilitator memberikan ucapan salam sambil mengucapkan yel-yelnya kepada mahasiswa/mahasiswi. Agar tetap semangat menjalani sesi awal sampai selesai. Setelah itu memberikan pengetahuan tentang edukasi kecerdasan emosional dalam hal ini

pengertian dari Kecerdasan Emosional, bentuk-bentuk Kecerdasan Emosional, ciri-ciri Kecerdasan Emosional, tahapan-tahapan Kecerdasan Emosional, serta faktor yang mempengaruhi Kecerdasan Emosional. Kemudian dilanjutkan penyajian gambar kekerasan berpacaran Tim pengabdian masyarakat juga menyajikan contoh gambar-gambar Kecerdasan Emosional agar mahasiswa/mahasiswi mudah mengerti dan memahami tentang Kecerdasan Emosional yang terjadi.

3. Evaluasi

a. Struktur

Mahasiswa yang disiapkan sebanyak 20 orang.

Tim pengabdian masyarakat berbagi tugas dimana 1 orang penyaji materi, video dan sekaligus yang membawakan acara penyuluhan ini, 1 orang bertugas untuk memberikan *Pre test & post test* sebelum dan setelah materi penyuluhan diberikan dan 1 orang lagi bertugas mendokumentasikan pengabdian Masyarakat ini. Tim juga melibatkan 2 orang mahasiswa untuk membantu tim pengabdian masyarakat sehingga kegiatan pengabdian masyarakat tentang Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan ini dapat berjalan dengan baik.

b. Proses

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan sesuai jadwal dari pukul 9.30 s/d 11.20 wib dimana saat penyajian materi diselingi dengan tanya jawab.

c. Metode Evaluasi

Metode evaluasi dilakukan pada awal dan akhir penyampaian materi dan para remaja mampu memahami dan mengerti tentang definisi, bentuk-bentuk kecerdasan emosional, ciri-ciri kecerdasan emosional, dan tahapan-tahapan kecerdasan emosional.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Mei 2022 dari pukul 9.30 sampai dengan 11.20 yang sarannya adalah Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh 3 orang tim dosen dimana 3 orang dosen dari Program Studi Psikologi, Serta dibantu oleh 2 orang mahasiswa/mahasiswi Program Studi Psikologi.

Tahap awal pengabdian masyarakat ini tim pelaksana/fasilitator mengarahkan mahasiswa untuk bersama-sama mempraktekkan yel-yel salam agar tetap semangat, setelah itu menjelaskan definisi dari kecerdasan emosional, bentuk/jenis kecerdasan emosional, ciri-ciri kecerdasan emosional, tahapan-tahapan kecerdasan emosional, serta faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional.

Berdasarkan hasil melalui *pre test* yang diberikan oleh tim fasilitator pengabdian masyarakat sebelum materi penyuluhan diberikan didapatkan hasil 20% mahasiswa mengerti dan memahami tentang kecerdasan emosional namun belum secara jelas dan spesifik. Dan pemberian *Post Test* didapatkan hasil bahwa remaja-remaja sudah memahami dan mengerti lebih spesifik materi tentang kecerdasan emosional dalam upaya edukasi pencegahan secara jelas yaitu 80 %. Hal ini di dukung oleh informasi dari para dosen yang ada di Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan



Gambar (1)

Memaparkan materi tentang “Pengertian Kecerdasan Emosional, Jenis-Jenis Kecerdasan Emosional, Dan Ciri-Ciri Kecerdasan Emosional”.

Ketika fasilitator atau tim pelaksana memberikan materi tentang definisi kecerdasan emosional, jenis-jenis kecerdasan emosional, ciri-ciri kecerdasan emosional, mereka menyimak dan fokus kearah depan namun ketika saat sesi tanya jawab hanya beberapa saja yang memberikan jawaban yang benar sehingga terlihat pengetahuan mereka akan informasi tentang edukasi kecerdasan emosional masih kurang akan tetapi mereka tetap semangat mengikuti materi sampai selesai.



Gambar (2)

Pemaparan Materi Tentang Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional, Tahapan-Tahapan Kecerdasan Emosional, Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan.

1. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Daniel Goleman (2005: 58-59) Aspek-aspek Kecerdasan Emosi menurut Salovey yang menempatkan kecerdasan pribadi Gardner yang mencetuskan aspek-aspek kecerdasan emosi sebagai berikut :

a. Mengenali emosi diri

Mengenali emosi diri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi. Aspek mengenali emosi diri terjadi dari: kesadaran diri, penilaian diri, dan percaya diri. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosi, para ahli psikologi menyebutkan bahwa kesadaran diri merupakan kesadaran seseorang akan emosinya sendiri.

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu.

c. Memotivasi diri sendiri

Dalam mengerjakan sesuatu, memotivasi diri sendiri adalah salah satu kunci keberhasilan. Mampu menata emosi guna mencapai tujuan yang diinginkan. Kendali diri secara emosi, menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan di segala bidang.

d. Mengenali emosi orang lain

Kemampuan mengenali emosi orang lain sangat bergantung pada kesadaran diri emosi. Empati merupakan salah satu kemampuan mengenali emosi orang lain, dengan ikut merasakan apa yang dialami oleh orang lain. Menurut Goleman (2005: 59) kemampuan seseorang untuk mengenali orang lain atau peduli, menunjukkan empati seseorang. Individu yang memiliki kemampuan empati lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi dan mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan oleh orang lain sehingga ia lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan lebih mampu untuk mendengarkan orang lain.

e. Membina hubungan dengan orang lain

Kemampuan membina hubungan sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Keterampilan ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Orang yang dapat membina hubungan dengan orang lain akan sukses dalam bidang apa pun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain.

2. Tahapan-Tahapan Kecerdasan Emosional

Menyadur dari Mayer, dalam tulisan yang berjudul “What is Emotional Intelligence” mengenai tahap-tahap dalam kecerdasan emosional. Ada beberapa tahap, yaitu:

1. Merasakan Emosi

Tahap awal ini adalah merasakan emosi, sebagai tahapan yang di dalamnya terdapat kemampuan untuk mengidentifikasi emosi yang dirasakan, baik dilihat dari wajah atau gesture seseorang. Baik dalam kebahagiaan, kemarahan, kesedihan, dan ketakutan akan mudah dikenali apabila mampu merasakan emosi. Hal ini menjadi permulaan yang sangat penting apabila seseorang sudah mampu merasakan emosi secara benar melalui wajah, gesture dan suara orang lain.

2. Memfasilitasi Pikiran dengan Emosi

Tahap yang kedua ini memiliki pengertian bahwa setelah mampu merasakan emosi, selanjutnya adalah dengan menyampaikan bahwa pada dasarnya manusia mampu memfasilitasi pikiran dengan emosi yang mereka rasakan. Dalam hal ini kemampuan yang ada adalah untuk menggunakan manfaat informasi secara emosional dan meningkatkan pemikiran secara langsung. Pentingnya emosi, dalam tahap ini mampu mendorong kreativitas dan umumnya perubahan suasana hati yang baik mampu berpengaruh pada pemikiran yang lebih kreatif.

3. Memahami Emosi

Tahapan ketiga adalah memahami emosi, sebagai kemampuan manusia yang berguna untuk memahami adanya informasi emosi dalam suatu hubungan, perubahan satu emosi ke emosi lainnya, serta dalam informasi dalam pemahaman emosi. Kebahagiaan biasanya akan mendorong keinginan untuk menggabungkan diri ke orang lain, rasa marah mendorong keinginan seseorang untuk menyakiti dan menyerang orang lain, dan rasa takut mendorong seseorang untuk melarikan diri

4. Mengelola Emosi

Mengelola emosi menjadi tahapan terakhir dalam tahapan kecerdasan emosional. Tahapan terakhir ini bisa dilakukan apabila seseorang sudah mampu memahami emosi.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Perkembangan manusia sangat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu internal dan eksternal (Golman, 2004: 21) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional, yaitu:

a. Faktor otak

Mengungkapkan bagaimana otak memberikan tempat istimewa bagi amigdala sebagai penjaga emosi, penjaga yang mampu membanjak otak. Amigdala berfungsi sebagai semacam gudang ingatan emosional dan demikian makna emosional itu sendiri hidup tanpa amigdala merupakan kehidupan tanpa makna pribadi sama sekali.

b. Faktor keluarga

Kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi yaitu belajar bagaimana merasakan dan menanggapi perasaan diri sendiri, berpikir tentang perasaan tersebut. Khususnya orang tua memegang peranan penting dalam mengembangkan terhadap perkembangan kecerdasan emosional anak. Goleman berpendapat bahwa lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosi

C. Lingkungan sekolah

Guru memegang peranan yang paling dalam mengembangkan potensi anak melalui gaya kepemimpinan dan metode pengajarnya sehingga kecerdasan emosional berkembang secara maksimal. Setelah lingkungan keluarga, kemudian lingkungan sekolah melarang anak sebagai individu untuk mengembangkan keintelektualan dan bersosial dengan sebayanya, sehingga anak dapat berekspresi secara bebas tanpa terlalu banyak diatur dan diawasi secara ketat.

Dari penjelasan diatas dapat diperoleh kesimpulan bahwa kecerdasan emosional tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor saja, yaitu genetik, tetapi faktor pengalaman dan lingkungan yang banyak membentuk dan mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan dosen yang melibatkan mahasiswa sesuai dengan mahasiswa yang ditunjuk. Program pengabdian tentang Kecerdasan Emosional pada Mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan. Dilaksanakan tanggal 5 Mei 2022 dan berjalan lancar tanpa hambatan.

Seluruh mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan yang menjadi sasaran pengabdian mengapresiasi kegiatan ini dan sangat berterima kasih karena memperoleh materi yang bermanfaat guna meningkatkan pengetahuan tentang Kecerdasan Emosional pada mahasiswa Prodi S1 Farmasi Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan.

DAFTAR PUSTAKA

Agus Efendi. Revolusi Kecerdasan Abad 21. Bandung: Alfabeta, 2005.

Basuki, Kecerdasan Emosional; Esensi dan Urgensinya dalam Pembinaan Perilaku, Jurnal Cendekia. Vol. 5.No. 1, 2007.

Iskandar. Psikologi Pendidikan, (Sebuah Orientasi Baru). Jakarta: Referensi, 2012.

Khoirunnisa, S, Peranan Guru Pendidikan Agama Islam dalam Pembinaan Kecerdasan Emosional Siswa di SMA Martia Bhakti Bekasi. Skripsi Sarjana, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2013.

Istiqomah. (2014). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa MTs Sunan Kalijogo Karang Besuki Malang. Skripsi 201

Juliono, S.(2013). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Tingkat Pemahaman Akuntansi Pada Mahasiswa Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Tanjungpura. Jurnal Audit dan Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Tanjungpura, Vol. 2, No.2, Desember 2013.

Susriyati, Dwi. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Hasil Belajar Siswa Kelas V SD Negeri Gugus Ki Hajar Dewantara Kota Semarang. Skripsi 2016.

<https://sumbarprov.go.id/home/news/9233-pentingnyakecerdasanemosional.html>

Thaib, Eva Nauli. (2013) Hubungan Antara Prestasi Belajar Dengan Kecerdasan Emosional. Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA, Vol. XIII,

LAMPIRAN DOKUMENTASI



