

MENINGKATKAN KEMAMPUAN SISWA MENGEMUKAKAN PENDAPAT DALAM BERBICARA DENGAN MEMBANGUN HUBUNGAN EMOSIONAL

Ospedi Barus
Guru SMA Negeri 3 Medan

Abstrak: Dalam proses pembelajaran banyak siswa kurang mampu mengemukakan pendapatnya. Kepasifan siswa dalam mengemukakan pendapat merupakan tanda yang tidak baik dalam pembelajaran. Salah satu cara agar terjalin suasana pembelajaran yang menyenangkan adalah terjalin hubungan emosional yang baik dengan siswa. Siswa yang merasa akrab dengan gurunya dapat dengan mudah berinteraksi dengan materi pelajaran yang sedang disampaikan. Sehingga dengan terciptanya suasana keakraban antara guru dan siswa, maka siswa dapat dengan leluasa menyampaikan segala sesuatu yang tidak diketahuinya atau mungkin menyela sesuatu yang dianggapnya tidak benar. Inilah pentingnya membangun hubungan emosional antara guru dan siswa.

Kata Kunci: Kemampuan, Berbicara, Hubungan Emosional.

Abstract: In course of study a lot of student less able to give a piece of his mind. Student passively in giving a piece of mind to represent bad sign in study. One of way of in order to be intertwined by a study atmosphere pleasing intertwined by a good emotional with student. The student feeling chummy with his teacher earn easily to intraction with the lesson. So that with creation of friendliness atmosphere between teacher and student, hence the student earn spatially submit unknown everything or possible of something that assuming of not true. This is important to develop emotional between teacher and student

Keywords: Ability, Conversing, Emotional Relation.

A. Pendahuluan

Penguasaan kompetensi berbicara, menuntut siswa ininimal mampu mengemukakan pendapat tentang suatu hal yang dikemukakan. Dengan kurikulum sederajat dikatakan bahwa siswa harus menguasai kompetensi dasar berbicara yaitu mampu mengungkapkan pikiran, pendapat, gagasan, tanggapan, dan perasaan dalam proses belajar di sekolah serta mampu mendukung suatu gagasan dan memberikan

kritikan. Tetapi kenyataannya, hal tersebut tidak tercapai. Hal ini dapat terlihat dan aktivitas pembelajaran sehari-hari di kelas.

Dalam proses pembelajaran yang dilakukan sehari-hari di kelas, ternyata masih banyak di antara siswa tersebut yang kurang / tidak mampu mengemukakan pendapatnya. Siswa cenderung pasif terhadap materi pelajaran yang dib4kan. Ketika guru menerangkan materi ajar, siswa sangat jarang mengemu-

kakan idenya bahkan untuk bertanya sekalipun. Dan walaupun ada hanya sebagian dan mereka. Sedangkan yang lainnya tidak menunjukkan keantusiasan terhadap materi pelajaran. Hal ini seperti yang terjadi di lingkungan sekolah.

Kepasifan siswa dalam mengemukakan pendapat merupakan pertanda yang tidak baik dalam pembelajaran. Terlebih dalam proses belajar kepasifan ini akan berimbas pada masa yang akan datang. Dengan jarang nya siswa berargumen di kelas akan berdampak tidak baik bagi perkembangan intelektual siswa. Siswa menjadi malas belajar, malas berpikir, dan malas berkompetensi.

Ketidakantusiasan siswa terhadap aktivitas berbicara tentunya akan berdampak buruk bagi perkembangan kognitif, psikomotorik, atau afektifriya. Bahkan tidak menutup kemungkinan siswa akan merasa bahwa belajar, khususnya berbicara, sama sekali tidak penting. Maka sangat wajar bila perkembangan kemampuan siswa dalam berbicara setiap tahun semakin menurun. Berdasarkan data hasil evaluasi yang dilakukan terhadap performance berbicara siswa, ternyata menunjukkan nilai rata-rata 5,74. Masih sangat jauh dan apa yang diharapkan.

Hal ini akan semakin diperparah bila tidak terjalin hubungan emosional antara guru dengan siswanya. Bila hal ini terjadi, suasana di kelas menjadi tidak menyenangkan. Maka wajar saja bila gairah siswa dalam belajar tidak muncul.

De Porter, Reardon, dan Singer-Nourie sangat menganjurkan

agar terjalin suasana pembelajaran yang menyenangkan antara guru dan siswa, maka guru harus menjalin hubungan emosional yang baik dengan siswanya. Memperhatikan dan memahaini emosi siswa berarti membangun ikatan emosional, dengan menciptakan kesenangan dalam belajar, menjalin hubungan, dan menyingkirkan segala ancaman dan suasana belajar. Dengan kondisi belajar yang deiniikan, para siswa akan lebih sering ikut serta dalam kegiatan sukarela yang berhubungan dengan bahan pelajaran. Sehingga diharapkan dengan usaha ini keantusiasan siswa dalam mengemukakan pendapatnya semakin meningkat.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti dengan judul: **Meningkatkan Kemampuan Siswa Mengemukakan Pendapat Dalam Berbicara Dengan Membangun Hubungan Emosional.**

Adapun rumusan masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini yakni: meningkatkan kemampuan siswa mengemukakan pendapat dalam berbicara dengan membangun hubungan emosional.

Tujuan penelitian ini yakni: untuk mengetahui peningkatan kemampuan siswa mengemukakan pendapat dalam berbicara dengan membangun hubungan emosional.

Sedangkan manfaat yang dapat diharapkan dalam penelitian ini adalah: a) Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi bagi guru untuk meningkatkan kemampuan berbicara siswa, sehingga siswa ada responnya dalam belajar.2) Hasil penelitian ini dapat meningkatkan

kemampuan berbicara siswa dengan membangun hubungan emosional.

B. Pembahasan

1. Pengertian Berpendapat

Seorang individu yang ingin menyampaikan sesuatu pesan atau ide kepada individu lainnya menggunakan simbol-simbol yang mengandung arti. Simbol-simbol ini dapat berupa banyak hal seperti kode, tanda, warna, dan bunyi. Dalam tataran berbicara atau aktivitas komunikasi lisan penyampaian pesan ini dilakukan dengan menggunakan simbol-simbol bunyi yang dihasilkan melalui alat ucap manusia.

Simbol-simbol bunyi inilah yang nantinya diterjemahkan oleh alat indera pendengaran manusia. Hasil dan penginderaan tersebut berupa pesan-pesan yang dapat dimengerti oleh pendengar (komunikator). Bila komunikator telah mengertimaksud pesan yang disampaikan tadi tentunya komunikator akan merespon pesan yang disampaikan oleh pembicara (komunikator). Respon ini dapat berupa apa saja seperti pernyataan, pertanyaan, jawaban, kritikan, saran, atau tindakan.

Pada prinsipnya ada tiga unsur mutlak yang harus ada dalam aktivitas berbicara, yaitu unsur yang menyampaikan, isi atau pesan yang disampaikan, dan unsur penerima pesan. Ketiga unsur inilah yang sangat menentukan apakah komunikasi lisan tersebut dapat berhasil atau tidak.

Berbicara adalah kemampuan mengucapkan bunyi artikulasi atau kata-kata untuk mengekspresikan, menyatakan, serta menyampaikan

pikiran, gagasan, dan perasaan (Tarigan dalam Ismail, 2003). Dalam prakteknya, ada unsur lain yang terlibat ketika proses komunikasi lisan berlangsung, yaitu proses psikologis, neurologis, dan linguistik. Terkadang unsur bahasa nonverbal juga turut mempengaruhi isi pesan seperti gerak anggota tubuh yang biasanya terjadi untuk memperkuat isi pesan yang disampaikan komunikator.

Dalam tataran berbicara tadi, pesan yang berupa ide atau gagasan tertuang dalam bentuk pendapat. Pendapat ini biasanya dikaitkan dengan keinginan seseorang untuk berpartisipasi aktif dalam suatu pembicaraan yang membutuhkan sumbang saran.

Menurut KBBI (2002) pendapat adalah buah pemikiran atau perkiraan tentang suatu hal (seperti orang, peristiwa). Dan pengertian ini dapat dengan jelas dimengerti bahwasanya setiap segala sesuatu yang membutuhkan pemikiran atau mungkin perkiraan dikategorikan sebagai pendapat.

2. Media Penyampaian Pendapat

Ketika seseorang hendak mengemukakan pendapatnya maka ia perlu menyampaikannya melalui media. Ada dua media yang dapat digunakan ketika seseorang hendak mengemukakan pendapatnya, yaitu melalui media lisan dan media tulisan.

Dalam penyampaiannya, ketika seseorang hendak mengemukakan pendapatnya melalui tulisan ia dapat memilih jalur formal, seiniformal, atau bahkan nonformal. Melalui jalur formal dapat ditempuh melalui pembuatan kritik / esai, dan

jurnal. Melalui jalur seinformal dapat melalui penulisan artikel di koran atau majalah. Sedangkan jalur nonformal dapat melalui tulisan-tulisan di surat, dinding, atau lainnya.

Sama halnya dalam media massa, jalur yang dapat dipilih juga dapat melalui jalur formal, seinformal, dan nonformal. Ketika ia memilih jalur formal maka dapat ditempuh melalui seminar. Jalur seinformal dapat melalui debat antar siswa/mahasiswa. Sedangkan melalui jalur nonformal dapat dilakukan melalui berbicara antar teman.

3. Indikator Mengemukakan Pendapat

Seorang dapat dikatakan mampu mengemukakan pendapatnya secara jelas tentunya dilandasi oleh faktor penentu atau indikatornya. Untuk itulah perlu ditetapkannya indikator kemampuan mengemukakan pendapat dalam berbicara. Adapun indikator tersebut, antara lain: a) Pendapat yang diutarakan jelas maksudnya dan dapat dimengerti, b) Tidak ada unsur keragu-raguan dalam penyampaiannya, c) Intonasinya suaranya tegas, dan d) Dapat diperkuat dengan contoh dan fakta

4. Tujuan Berbicara

Ketika seseorang mengutarakan sesuatu pasti ada maksud yang hendak disampaikan kepada orang lain. Biasanya hal ini berkaitan dengan tujuannya melakukan komunikasi lisan. Pada prinsipnya tujuan seseorang berbicara dengan orang lain bergantung pada keadaan

serta keinginan yang diharapkan pembicara.

Menurut Keraf (dalam Ismail, 2003) tujuan berbicara yaitu untuk mendorong, meyakinkan, berbuat atau bertindak, memberitahukan, dan menyenangkan. Selanjutnya dikatakan bahwa tujuan umum berbicara adalah untuk: a) untuk menyampaikan informasi atau memberitahukan sesuatu, b) untuk mendengarkan atau menghibur pendengar, c) untuk meyakinkan pendengar dengan berusaha mempengaruhi keyakinan, sikap mental, atau intelektual pendengar, d) untuk mendorong atau menstimulasi pendengar yang dapat dilakukan dengan cara membujuk, mempengaruhi, membangkitkan semangat kerja, memupuk rasa solidaritas, menunjukkan rasa simpati, mengendalikan emosi, atau menanamkan rasa kasih sayang.

5. Pengertian Emosi

Akar kata emosi adalah *move*, kata kerja bahasa latin yang berarti “menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “e” untuk memberi arti “bergerak menjauh”. ini dapat berarti bahwa kecenderungan bertindak yang mutlak dalam emosi. Goleman menyatakan bahwa emosi adalah setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap (Effendi, 2005).

Masih dalam kutipan yang sama, dalam beberapa pengertian lain, menurut Robert K Cooper dan Ayman Sawaf sebagai berikut “kata emotion bisa didefinisikan dengan gerakan (movement), baik secara metamorfosis maupun literal;

emotion adalah kata yang menunjukkan gerak perasaan”.

KBBI (2002) mendefinisikan emosi dengan keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis (seperti kegembiraan, kesedihan, keharuan, kecintaan). Dan pengertian ini jelas tampak bahwa keadaan emosi selalu diiringi atau diikuti dengan reaksi fisik.

6. Emosi Dalam Pandangan Psikologi

Emosi merupakan bagian dan apa yang disebut para psikolog dengan trilogi mental yang terdiri dan kognisi, emosi, dan motivasi (Effendi, 2005). Oleh karena itu segala sesuatu yang berkaitan dengan aktivitas mental tidak dapat lepas dan pokok bahasan dalam dunia psikologi.

Aktivitas mental ini bermuara pada otak manusia. Otak manusia merupakan massa protoplasma yang paling kompleks yang pernah dikenal di semesta ini. Jika dirawat oleh tubuh yang sehat dan lingkungan yang menimbulkan rangsangan, otak yang berfungsi dapat tetap aktif dan reaktif selama lebih dan seratus tahun. Semua kecerdasan ini berurat dan berakat pada saraf manusia, terutama otak (Bobbi De Porter dalam Effendi, 2005).

Lebih jauh, otak juga mengendalikan fungsi-fungsi yang lebih tinggi dalam kehidupannya. Salah satunya adalah yang berkaitan dengan emosi. Rasa senang, bahagia, sedih, menderita, benci dan kasih sayang, semuanya dikendalikan oleh pusat ingatan emosi di bagian otak yang disebut amygdala. Sedangkan pusat ingatan yang bersifat rasional

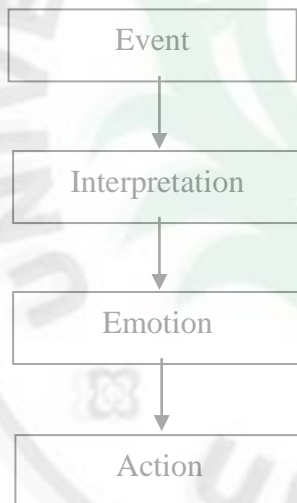
berada di bagian otak yang disebut hippocampus.

Kalau dipetakan mengikuti wilayahnya, maka otak manusia bisa dibagi menjadi dua bagian besar. Wilayah I, adalah kulit otak (cortex cerebri), bagian terluar dan otak. Wilayah ini menjadi basis dan aktifitas yang berkaitan dengan kemampuan rasional seseorang. Mulai dari kemampuan menerima rangsang panca indera. Memahaminya, menganalisa, dan kemudian merespon secara motorik.

Wilayah II, adalah sistem limbik dan bagian lain di tengah otak yang asih sangat misterius. Wilayah ini bertanggung jawab terhadap fungsi-fungsi yang sangat erat terkait dengan emosi seseorang. Sikap jujur, adil, pemaaf, mencintai, membenci, sedih, gembira, dan menderita diatur mekanismenya di wilayah bagian tengah otak ini. Termasuk di dalamnya adalah amygdala sebagai pusat ingatan emosi.

Ada beberapa komponen otak yang terlibat dalam sistem pengaturan 'fungsi tinggi' ini. Di antaranya adalah Gyrus Cingulata, Thalamus, Hippocampus, Sudeus Basa, Prefrontal Cortex, dan amygdala. Tiga di antaranya ternyata berada di wilayah I, yaitu kulit otak yang berperan sebagai dalam aktivitas rasional. Sedangkan selebihnya, berada di bagian bawah kulit otak, atau bagian yang berkaitan dengan emosi. Jadi mekanisme sistem limbik yang sistem mengatur fungsi tinggi limbik ini, ternyata melibatkan dua fungsi otak sekaligus yaitu fungsi rasional di kulit otak dan fungsi emosi di bagian lebih dalam otak.

Artinya, muncul nasa kasih sayang, keadilan, pemaaf, mendendam, rasa bersalah, sedih dan gembira itu bukan hanya bersifat emosional belaka, tetapi juga meibatkan pikiran-pikiran rasional kita. Sama seperti teori stimulus-respon, emosi juga bekerja karena adanya stimulus. Proses ini seperti digambarkan oleh Mark Lindsey (www.buildfreedom.com) proses tersebut digambarkan sebagai berikut:



Gambar. Proses Emosi

Dari gambar tersebut nyatalah bahwa suatu tindakan yang melibatkan emosi terjadi karena adanya event (peristiwa) yang melatar belakangnya. Peristiwa yang dialami seseorang itu pada dasarnya merupakan hal yang meinicu indakan dalam hal ini tindakan yang dilakukan berkaitan erat dengan emosi eseorang. Rangkaian kejadian yang digambarkan Mark Lindsey tersebut tidak jauh berbeda dengan prinsip S-R , stimulus menghasilkan respon.

7. Tahap Perkembangan Emosi

Emosi seseorang berkembang sejak ia dilahirkan ke dunia. Pada awalnya perkembangan emosi anak masih bersifat nonverbal artinya segala emosinya ditunjukkan melalui aktivitas motorik sederhana, seperti iniinik wajah dan kontak

Berikut ini akan diuraikan beberapa tahapan perkembangan emosi anak.

1. Perkembangan awal emosi (bayi 0-15 bulan)

Pada masa ini perkembangan emosi berangsur secara gradual terutama dalam tempo enam bulan pertama dan selalu ditonjolkan m41ik mukanya dan kontak mata. Emosi lainnya tampak seperti: a) Gembira, senyum, terkejut (biasanya respon berupa mengangkat kening), b) Mulut terbuka, mata membulat (ini biasa terjadi bila bayi menemukan sesuatu yang mengejutkannya seperti tiba-tiba mendengar suara yang keras), c) Merenung, mengerutkan bibir dan kening (contohnya saat anak memperhatikan ibunya atau menatap alam sekitar), d) Ekspresi marah seperti mengerutkan dan memasamkan muka, kening turun-naik, mata tajam (contohnya mengamuk saat benda di tanganya dirampas)e) Ekspresi sedih seperti memasamkan muka dan kelihatan layu (contohnya saat ditinggalkan ibu), f) Ekspresi geli seperti menjulurkan lidah sambil memejamkan mata dan mengerukan kening (contohnya saat menolak jeriis makanan tertentu), g) Perasaan kasih sayang belum diiniliki bayi saat usia 6 bulan pertama, h) Pada usia 7 bulan ke atas perasaan kasih sayang mulai terbentuk hal ini seiring dengan meningkatnya hubungan antara orang sekitar

terutama ibunya, dan merasakan takut atau terancam bila bertemu dengan orang yang belum dikenalnya.

2. Emosi yang tatih (16-36 bulan)

Pada masa ini kecenderungan emosi anak seperti meledak-ledak atau dengan kata lain mudah terjadi kenaikan dan penurunan emosi tanpa diduga. Hal ini seiring dengan semakin berkembangnya fungsi sosial dan semakin kaya interaksinya dengan orang lain. Keadaan seperti keinginan untuk “bebas” walaupun terkadang ia tetap tidak mau ditinggalkan sendiri. Pada beberapa anak terkadang mau menentang keinginan ibunya.

3. Emosi anak prasekolah (36 bulan ke atas hingga 6 tahun)

Pada masa ini anak mulai belajar memahaminya emosi orang lain. Lebih berdaya (kontak psikologi dengan ibu bapak berkurang), daya khayal mulai berkembang (terutama daya khayal yang bersifat abstrak).

4. Emosi pada masa kanak-kanak usia pertengahan (7-14 tahun)

Pada usia ini anak mulai dapat menyembunyikan emosinya dan orang lain, memahaminya emosi yang lebih kompleks seperti perasaan malu, rasa bersalah, rasa bangga, dan rasa cemburu. Perasaan takut yang timbul mulai menonjol kepada hal-hal yang nyata (realistik), dan mulai membutuhkan kelompok. (<http://permatahati.wordpress.com/2006/12/20/emosi-kanak-kanak-tak-sama/>)

5. Emosi pada masa remaja hingga awal kedewasaannya (15-21 thn)

Pada masa ini perkembangan emosi anak mengalami peningkatan pesat dan mulai mengalami kematangan emosi. Mereka mulai mampu meredam reaksi emosional yang terjadi di lingkungan maupun yang terjadi dalam pribadinya. Ia mulai mampu menenangi dunia dan perspektifnya sendiri, mulai mampu merencanakan masa depannya. Keegoisannya mulai terbentuk. Hubungan antara teman sebaya meningkat sehingga terkadang mereka mulai membentuk kelompok-kelompok. Kemampuan berimajinasi, kehendak dan identitas diri semakin matang terbentuk. (Desnita, 2005)

8. Emosi Bagian Dan Kehidupan

Salah satu hal yang selalu terjadi dalam kehidupan ini ialah fakta bahwa manusia mengalami berbagai macam peristiwa yang melibatkan emosi. Seseorang mungkin akan malu dan marah besar ketika diremehkan di hadapan publik, menangis, sedih karena ditinggal orang yang sangat dikasihi, melompat kegirangan sewaktu memenangkan perlombaan bergengsi, tersenyum bangga saat mendapatkan penghargaan, dan berbagai penampakan emosional lainnya. Berbagai peristiwa ini wajar terjadi dalam kehidupan, karena hidup berarti mengalami sekian banyak peristiwa yang lalu lalang di depan mata.

Mendefinisikan makna dan sebuah aktivitas emosi sangatlah pelik, terlebih mengklasifikasikannya. Peliknya masalah ini seperti yang dikatakan Sarlito (Hude, 2002: 22), disebabkan hal-hal berikut:

a) Emosi yang sangat mendalam

menyebabkan aktivitas badan juga meninggi, sehingga seluruh tubuh diaktifkan, dan dalam keadaan seperti itu sulit menentukan apakah seseorang sedang marah atau takut, b) Seseorang dapat menghayati jenis emosi dengan beragam cara. Misalnya, dalam situasi marah ia gemetar, dan pada saat yang lain memaki atau mungkin lainnya, c) Penamaan jenis emosi biasanya didasarkan pada sifat rangsangannya, dan bukan keadaan emosinya. "Takut" adalah emosi yang timbul terhadap suatu bahaya ; 'marah' adalah emosi yang timbul terhadap sesuatu yang menjengkelkan, d) Pengenalan emosi secara subjektif dan introspektif sukar dilakukan karena tetap ada saja pengaruh dan lingkungan.

9. Fungsi Emosi

Menurut Coleman dan Hammen (dalam Jalaluddin yang dikutip kembali oleh Hude, 2002 ada empat fungsi dan emosi) yaitu: a) Emosi berfungsi sebagai pembangkit energi (energizer). Tanpa emosi, manusia tidak sadar atau sama dengan orang mati, karena hidup artinya merasai, mengalami, bereaksi dan bertindak. Dengan emosi, manusia membangkitkan dan memobilisasi energi yang dimilikinya ; marah menggerakkan untuk menyerang, takut menggerakkan untuk lari, cinta mendorong manusia untuk mendekat dan bernesraan, dan seterusnya, b) Emosi berfungsi sebagai pembawa informasi (messenger). Keadaan diri sendiri dapat diketahui melalui emosi yang dialami. Misalnya marah berarti sedang dihambat atau diserang orang lain, sedih menandakan hilangnya

sesuatu yang disenangi atau dikasihi, bahagia berarti memperoleh sesuatu yang disenangi atau berhasil menghindari sesuatu yang tidak disukai., c) Emosi berfungsi sebagai komunikasi intrapersonal dan interpersonal sekaligus. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa emosi dapat dipahami secara universal. Dalam retorika, misalnya, diketahui bahwa pembicara yang menyertakan seluruh emosinya dalam berpidato dipandang lebih hidup, lebih dinamis, dan bahkan dianggap lebih menyakinkan,d) Emosi berfungsi sebagai informasi tentang keberhasilan yang telah dicapai. Ketika kita mendambakan kesehatan yang prima, kondisi badan yang sehat menandakan bahwa apa yang kita dambakan berhasil. Kita mencari keindahan dan mengetahui telah memperolehnya ketika kita merasakan kenikmatan estetis dalam diri kita.

10. Jenis-jenis Emosi

Daniel Goleman membagi atas delapan jenis yaitu amarah (anger), kesedihan (sadness), rasa takut (fear), kenikmatan (enjoyment), cinta (love), terkejut (surprise), jengkel (disgust), dan malu (shame). Berikut ini akan dijabarkan daftar lengkap dan kedelapan jenis emosi tersebut.

Amarah (anger); beringas (fury), mengamuk (outrage), benci (resentment), marah besar (wrath), jengkel (exasperation), kesal hati (indignation), terganggu (vexation), rasa pahit (acrimony), berang (animosity), tersinggung (annoyance), bermusuhan (irratibility), kekerasan (hostility), dan kebencian patologis (violence).

Kesedihan (sadness) ; pedih (grief), sedih (sorrow), muram (cheerlessness), suram (gloom), melankonis (melancholy), mengasihani diri (self-pity), kesepian (loneliness), ditolak (defection), putus asa (despair) dan depresi berat (depression).

Rasa takut (fear); cemas (anxiety), takut (apprehension), gugup (nervousness), khawatir (concern), waswas (consternation), perasaan takut sekali (misgiving), khawatir (wariness), waspada (qualm), sedih (edginess), tidak tenang (dread), ngeri (fright), takut sekali (terror), fobia (phobia), dan panik (panic).

Kenikmatan (enjoyment) ; bahagia (happiness), gembira (joy), ringan (relief), puas (contentment), riang (bliss), senang (delight), terhibur (amusement), bangga (pride), kenikmatan indrawi (sensual pleasure), takjub (thrill), rasa terpesona (rapture), rasa puas (gratification), rasa terpenuhi (satisfaction), kegirangan luar biasa (euphoria), senang (whimsy), senang sekali (ecstasy), dan kegembiraan ekstrem atau mania (mania).

Cinta (love); penerimaan (acceptance), persahabatan (friendliness), kepercayaan (trust), kebaikan hati (kindness), rasa dekat (affinity), bakti (devotion), hormat (adoration), kasmaran (infatuation), dan kasih (agape).

Terkejut (surprise) ; terkejut (shock), terkesiap (astonishment), takjub (amazement), dan terpana (wonder). Jengkel (disgust); hina (contempt), jijik (disdain), muak (scorp), benci (abhorrence), tidak suka (aversion),

mau muntah (distate), dan tidak enak perasaan (revulsion).

Malu (shame) ; rasa salah (guilt), malu hati (embarrassment), kesal hati (chagrin), sesal (remorse), hina (humiliation), aib (regret), hati hancur lebur (mortification), dan perasaan sedih atau dosa yang mendalam (contrition). (Effendi, 2005 : 177-178).

11. Penyebab Munculnya Emosi

Teori kausalitas menjelaskan bahwa segala sesuatu yang terjadi di dunia berlangsung dalam logika sebab-akibat. Sama halnya dengan emosi, emosi seseorang juga dipicu oleh sebab tertentu.

Munculnya emosi pada manusia sangatlah multidimensial, mirip multidimensial realitas di alam itu sendiri. Objek tersebut bisa apa saja mulai dari benda kongkrit sampai yang abstrak. Ada hubungan resiprokal antara objek dengan subjeknya. Dengan kata lain, dalam peristiwa emosi harus terjadi kontak antara objek dengan subjeknya. Kontak itu ada kalanya bersifat langsung dan tidak langsung. Disebut kontak langsung ketika subjek dan objek bertemu dalam urutan peristiwa secara simultan. Contoh, seorang ibu terkulai lemas ketika menyaksikan putranya bersimbah darah akibat tawuran antar pelajar. Sedangkan disebut kontak tidak langsung ketika subjek dan objek bertemu dalam rangkaian peristiwa secara nonsimultan. Contoh, ketika seorang karyawan dipermalukan atasannya di tempat kerja umumnya akan segera marah. Tapi, karena kondisinya tidak memungkinkan, ia pun berusaha menutupi perasaannya dengan tetap bersikap wajar, bahkan

mungkin tetap berusaha tersenyum. Namun sesampainya di rumah, dengan serta merta ia akan menumpahkan segala kecamuk emosinya.

Berikut beberapa objek penyebab munculnya emosi (Hude, 2002): a) Makhluk biologis. Berupa manusia, flora, dan fauna. Sosok pribadi manusia, laki-laki atau perempuan, tua atau muda, berpotensi menjadi pemicu peristiwa emosi. Ada orang yang berteriak histeris di tengah keramaian ketika berjumpa dengan artis idolanya, dan mungkin sesudah itu — untuk beberapa waktu merasa sulit tidur karena teringat dengan peristiwa itu. Atau, seseorang akan mencibirkan mulutnya ketika bertemu dengan orang yang dianggapnya menyebalkan, atau lain menjauh ketika berpapasan dengan orang yang dianggapnya agresif. Ada orang yang langsung merasa jijik ketika mendengar kata kecoa, cacing, babi dan seterusnya, b) Materi dan energi. Benda-benda alam yang ada di sekitar kita dapat menjadi objek pembangkit emosi, misalnya bebatuan dan mineral, air terjun, benda angkasa, material anorganik dan lainnya. Banyak perempuan yang menelan ludah ketika melihat emas yang bertakhtakan berlian di pajang di etalase. Ada orang yang terkagum-kagum melihat pemandangan alam yang terhampar luas, c) Peristiwa alam. Peristiwa alam seperti gempa bumi, gunung meletus, banjir, angin puyuh, atau hujan lebat dapat memicu emosi seseorang. Banyak orang yang teniris sedih ketika melihat kota tempat kelahirannya habis terendam banjir. Sementara yang lain sedang asiknya

melihat matahahi terbenam dan tenggelam perlahan-lahan, d) Simbol dan grafis. Simbol-simbol tertentu dapat membangkitkan emosi. Dalam keyakinan umat beragama, simbol-simbol mempunyai makna yang amat dalam. Pelecehan terhadap simbol-simbol tersebut dapat menyulut kemarahan banyak orang yang menyakininya, e) Bentiik, tekstur, cahaya, dan warna. Ada orang yang merasa takjub ketika melihat bentuk simetris dan sarang lebah madu, sementara yang lain terpana melihat keindahan perpaduan warna pada sutra tenunan tradisional. Ada juga yang tiba-tiba merasa takut ketika melihat benda yang bentuknya serba besar. Bahkan, ada yang tampil menyakinkan ketika memakai warna-warna tertentu, f) Suara dan getaran. Bagi sebagian orang, suara dan getaran dapat memicu emosi. Orang kota yang mendengar suara-suara aneh di pinggir hutan bisa jadi bulu romanya tegak karena ketakutan. Ketika pesawat udara bergetar karena melewati gumpalan awan, serta merta penumpang mencengkramkan tangannya pada bahu kursi yang mencerminkan suatu kekhawatiran, g) Sikap dan tingkah laku. Dalam hubungan interpersonal, tanggapan terhadap sikap dan tingkah laku orang lain dapat memunculkan aneka jenis emosi, dan yang sangat menyenangkan sampai yang sangat menyebalkan. Biasanya orang merasa tak senang, curiga, dan mungkin menghindar ketika personal space-nya dilanggar oleh orang yang tak dikenalnya. Personal space adalah batas maya di mana orang tersebut mengharamkannya ditembus oleh sembarang orang. Misalnya, orang yang tidak dikenal tiba-tiba

menduduki kursi yang sudah ditandainya, h) Situasi dan kondisi. Situasi dan kondisi yang menyenangkan subjek umumnya akan melahirkan perasaan puas dan bahagia, sedangkan situasi yang sebaliknya akan memunculkan perasaan tidak enak, kesal dan mungkin marah. Kondisi kesehatan prima, suasana kerja menyenangkan, keluarga sejahtera, privasi terjaga, berada dir uangan bersuhu normal, umumnya memberi perasaan senang. Sementara suasana sumpek, bising, dan penuh sesak oleh manusia, umumnya akan menyebabkan suasana tidak nyaman, i) Fantasi dan ilusi. Emosi seseorang akan terbangkitkan hanya dengan berfantasi. Jika ia berfantasi dengan orang yang dicintainya, maka ia akan merasa sangat bahagia. Tetapi, jika ia berfantasi jatuh ke jurang dan tersangkut di pohon yang dihuni seekor ular piton, maka rasa bahagia akan segera sirna. Ilusi pun demikian, banyak orang yang lan terbinit-birit hanya karena melihat lambaian daun pisang kering yang diterpa angin di malam hari.

12. Ciri-Ciri Pikiran Emosional

Goleman (Effendi, 2005) mengatakan ada beberapa ciii pikiran emosional antara lain dijelaskan sebagai berikut: a) Respon pikiran emosional (emotional mind) jauh lebih cepat dan pikiran rasional (rational mind). Kecepatan pemikiran emosional itu mengesampingkan pemikiran hati-hati dan analitis yang merupakan ciii khas akal yang berpikir (thinking mind). Pemikiran emosional itu langsung, melompat dalam bertindak, tanpa sekejap pun mempertimbangkan apa

yang dilakukannya. Tindakan yang muncul dan pikiran yang emosiional membawa rasa kepastian yang sangat kuat. Dan karena interval antara apa yang memicu emosi dan ledakannya hanya sekejap, maka mekanisme yang memahami persepsi haruslah mampu bertindak dengan sangat cepat-bahkan menurut waktu otak-yang dihitung dalam sepersekian ribu detik. Penilaian akan perlunya bertindak mi harus otomatis, begitu cepat, sehingga tak pernah memasuki pikiran sadar. Keunggulan pikiran emosional adalah dapat membaca realitas emosi dalam sekejap. Misalnya, ia marah padaku ; ia berdusta; itu akan membuatnya sedih. Pikiran emosional juga dapat membuat penilaian singkat secara naluniah, sehingga bisa menunjukkan apa yang perlu dicurigai, siapa yang hams dipercaya, siapa yang menderita. Dengan begitu, pikiran emosional dapat menjadi radar terhadap bahaya (radar for danger). b) Emosi itu mendahului pikiran. Memuncaknya emosi itu sangat singkat, hanya dalam hitungan detik, bukan dalam hitungan menit, jam, atau han. Dorongan pertama dalam situasi emosional adalah dorongan hati (heart's impulse), bukan dorongan kepada (head's impuls). Alasannya, karena pikiran rasional membutuhkan waktu sedikit lebih lama untuk mendata dan menanggapi daripada waktu yang dibutuhkan oleh pikiran emosional. Namun, ada juga jenis rekasi emosional jenis kedua — yang lebih lamban daripada respon cepat — yang digodok dan diolah terlebih dahulu dalam pikiran sebelum mengalir dalam perasaan. Emosi itu sifatnya lebih disengaja dan biasanya

kita cukup sadar akan gagasan-gagasan yang menimbulkannya. Pikiran (kognisi) memainkan peran kunci dalam menentukan emosi-emosi apa yang akan dicetuskan. Sebagai contoh adalah perasaan cinta, amarah, dan rasa takut, c) Logika emosional itu bersifat asosiatif. Perumpamaan, kiasan, dan gambaran secara langsung ditujukan pada pikiran emosional, demikian juga karya seni — novel, film, nyanyian, teater, dan opera. Semuanya menggunakan pemaknaan yang asosiatif, d) memposisikan masa lampau sebagai masa sekarang. “Akal emosional bereaksi terhadap keadaan sekarang seolah-olah keadaan itu adalah masa lampau. Kesulitannya adalah terutama apabila penilaian itu cepat dan otomatis. Barang kali kita tidak menyadari bahwa apa yang dahulu memang begitu, sekarang tidak lagi” kata Goleman. Sebagian besar realitas emosional ditentukan oleh keadaan. Akal emosional, tegas Goleman, sebagian besar bekerja dengan ditentukan oleh keadaan, didiktekan oleh perasaan tertentu yang sedang menonjol pada saat itu. Bagaimana kita berpikir dan bertindak sewaktu kita merasa romantis akan betul-betul berbeda dengan bagaimana kita berperilaku jika sedang marah atau ditolak.

Untuk membangun hubungan emosional dengan siswa dapat dilakukan dengan cara: 1) Perlakukan siswa sebagai manusia sederajat, 2) Ketahuilah apa yang disukai siswa, cara pikir mereka, dan perasaan mereka mengenai hal-hal yang terjadi dalam kehidupan mereka, 3) Bayangkan apa yang mereka katakan kepada diri sendiri,

mengenai diri sendiri, 4) Ketahuilah apa yang menghambat mereka untuk memperoleh hal yang benar-benar mereka inginkan. Jika anda tidak tahu, tanyakanlah, 5) 5. Berbicaralah dengan jujur kepada mereka, dengan cara yang membuat mereka mendengarnya dengan jelas dan halus, dan 6) Bersenang-senanglah bersama mereka.

Dalam pembelajaran bapak/ibu sebagai pendidik berinteraksi dengan peserta didik yang mempunyai potensi beragam. Untuk itu pembelajaran hendaknya lebih diarahkan kepada proses belajar kreatif dengan menggunakan proses berpikir divergen (proses berpikir ke macam-macam arah dan menghasilkan banyak alternatif penyelesaian) maupun proses berpikir konvergen (proses berpikir mencari jawaban tunggal yang paling tepat). Dalam konteks ini bapak/ibu lebih banyak berperan sebagai fasilitator dan pada pengarah yang menentukan peserta didik (motivator) untuk mengembangkan inisiatif dalam menajagi tugas-tugas baru. Bapak/ibu harus lebih terbuka menerima gagasan peserta didik dan lebih berusaha menghilangkan ketakutan dan kecemasan peserta didik yang menghambat pemikiran dan pemecahan masalah secara kreatif.

Bagaimana hal ini dapat diwujudkan pada suasana pembelajaran yang dapat dinikmati oleh peserta didik? dalam proses pembelajaran bapak/ibu harus memegang prinsip berikut: a) Memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bermain dan berkreatifitas, b) Memberi suasana aman dan bebas secara psikologis, c) Disiplin yang tidak kaku, peserta

didik boleh mempunyai gagasan sendiri dan dapat berpartisipasi secara aktif, d) Memberi kebebasan berpikir kreatif dan partisipasi secara aktif.

C. Penutup

Kecenderungan seseorang tidak antusias mengemukakan pendapatnya bisa disebabkan oleh banyak hal. Rasa takut, tidak percaya diri, dan tidak akrab dengan lingkungan merupakan beberapa hal yang memungkinkan untuk terjadinya hal tersebut.

Dalam dunia pendidikan sangat penting bagi seorang tenaga pengajar untuk berusaha seminimal mungkin menghindari rasa tidak nyaman pada diri siswa. Dengan begitu, guru dapat berusaha untuk membangkitkan gairah siswa dalam belajar.

Siswa yang merasa akrab dengan gurunya dapat dengan mudah berinteraksi dengan materi pelajaran yang sedang disampaikan. Sehingga diharapkan dengan terciptanya suasana keakraban antara guru dan siswa, maka siswa dapat dengan leluasa menyampaikan segala sesuatu yang tidak diketahuinya atau mungkin menyela sesuatu yang dianggapnya tidak benar. Inilah pentingnya membangun hubungan emosional antara guru dan siswa.

Dengan ini, memungkinkan bagi siswa untuk mengasah kemampuan intelektualnya. Demikian juga halnya dengan pembelajaran bahasa. Pembelajaran menuntut terjalinnya suasana yang komunikatif antara siswa dengan siswa dan antara siswa dengan guru. Suasana yang komunikatif ini akan tercipta bila terjalinnya suasana yang

akrab. Maka sangat tepatlah bila hubungan emosional dibangun guna menunjang suasana pembelajaran yang komprehensif.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, Abu.. 2002. **Psikologi Sosial**. Jakarta: Rineka Cipta.
- Agustian. Ary Ginanjar. 2006. **Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi Dan Spiritual : ESQ Emotional Spiritual Quotient**. Jakarta: Arga.
- Davis. MarL 2006. **Tes EQ Anda**. Jakarta: PT. Mitra Media
- Desmita 2005. **Psikologi Perkembangan**. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Goleman Daniel 1998. **Emotional Intelligence**. NY: Bantam Book.
- Hamalik. Oemar. 2003. **Perencanaan Pengajaran Berdasarkan Pendekatan Sistem**. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ismail, Syarifah. 2003. **Keterampilan Berbicara**. Medan: Unimed Press.
- King, Larry. 2007. **Seni Berbicara Kepada Siapa Saja, Kapan Saja, Di Mana Saja**. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Littauer, Florence. 1996. **Personality Plus : Bagaimana Memahami Orang Lain dengan memahami Diri Anda Sendiri**, Jakarta: Binarupa Aksara.
- Manz, Charles C. 2007. **5 Langkah Menata Emosi Untuk Merasa Lebih baik seriap hari (Emotional Discipline)**, Jakarta: - Gramedia Pustaka Utama.

Riduwan. 2006. **Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan Dan Penelitian Pemula**. Bandung: Alfabeta.



THE
Character Building
UNIVERSITY