

Share: Social Work Jurnal	VOLUME: 8	NOMOR: 1	HALAMAN: 39-45	ISSN:2339 -0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) Doi: 10.24198/share.v8i1.16168
---------------------------	-----------	----------	----------------	--

PERPADUAN KECERDASAN INTELEKTUAL (KE), EMOSIONAL (KE) DAN SPIRITUAL (KS) KUNCI SUKSES BAGI REMAJA-KAJIAN KONSEPTUAL

Yostan Absalom Labola

Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan , Universitas Kristen Satya Wacana
yostan87@gmail.com

ABSTRAK

Periode remaja ditandai dengan berbagai persoalan kompleks, yang menjadi penyebab banyak remaja mengalami stres. Selain itu, proses biologis pendorong perubahan secara cepat dari segi fisik, mental, sosial, moral, dan spiritual seseorang. Apabila masa remaja tidak diperhatikan muncul berbagai persoalan seperti mengkonsumsi alkohol, rokok, hubungan seksual usia dini, kehamilan yang tidak diinginkan, dan infeksi penularan seksual. Strategi intervensi yang mencakup promosi kesehatan dengan berfokus pada masa transisi dari masa kanak-kanak hingga dewasa yaitu usia praremaja dan remaja mampu meredam periode dimana ketegangan dan tekanan terjadi. Lebih lanjut, orang tua harus secara aktif terlibat dalam kehidupan remaja dengan memperhatikan kecerdasan yang dimiliki remaja. Perpaduan Kecerdasan Intelektual (KI), Kecerdasan Emosional (KE), dan Kecerdasan Spiritual (KS) penting dalam mengelola stres, kesehatan fisik, psikologis pada periode remaja. Perpaduan trio kecerdasan (KI, KE dan KS) disarankan sebagai ‘kunci’ remaja dalam mengatasi berbagai persoalan yang terjadi. Hal ini karena, perpaduan trio kecerdasan ini memainkan peran penting dalam mengelola stres, kesehatan fisik, psikologis, mewujudkan sumber spiritual, dan nilai untuk mengungkapkan karunia kita di dunia.

Kata kunci : Remaja, Kecerdasan Intelektual (KI), Kecerdasan Emosional (KE), Kecerdasan Spiritual (KS)

PENDAHULUAN

Milenium ke-3, abad-21 ditandai dengan ledakan populasi, pengetahuan dan aspirasi. Era ini juga ditandai berbagai persoalan kompleks yang sering dihadapi remaja. Banyak remaja terpengaruh dengan kondisi ini dan mengalami stress yang tinggi. Kinerja akademis merupakan salah satu dari sekian tantangan yang dihadapi oleh remaja. Mishra dan Vashist (2014) mengatakan bahwa serangkaian masalah biasanya

muncul dalam bentuk ketegangan emosional, bunuh diri, pemberontakan, pengrusakan, ketidaksesuaian dan pembangkangan. Untuk meminimalkan persoalan-persoalan tersebut Haralson dkk (2008) mengatakan bahwa dengan terlibat dalam kegiatan promosi kesehatan remaja mampu meningkatkan rasa kesejahteraan yang berkaitan dengan stres. Hal ini karena stres yang dialami adalah agen

psikologis yang memengaruhi kesehatan fisik dan emosional.

Kecerdasan emosional (KE) memainkan peran yang sangat penting dalam mengelola stres dan kesehatan fisik serta psikologis. Pada abad-21 ini, konsep yang banyak dibicarakan dalam psikologi bahkan beberapa disiplin ilmu adalah kecerdasan Intelektual (KI), Kecerdasan Emosional (KE), dan Kecerdasan Spiritual (KS) bahkan Kecerdasan Bertahan, Kecerdasan Kreativitas dan kecerdasan gabungan dari KI, KE dengan KS.

Kecerdasan spiritual merupakan atribut penting bagi manusia, sementara kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional dipandang sebagai bagian integral dari kecerdasan spiritual. Bukti ilmiah dan neuro psikologis telah dikemukakan oleh Persingers (1987, 1999) dan Ramchandran (1997) yang mengidentifikasi *God quotient*/Kecerdasan Tuhan di dalam otak manusia dan berperan penting untuk memecahkan masalah yang dihadapi remaja.

Indonesia berada dalam masa transisi yang akan segera menjemput bonus demografi. Remaja sekarang merupakan pemimpin masa emas Indonesia sehingga perlu dipersiapkan secara matang demi memanfaatkan siklus seabad ini. Peran seluruh komponen dalam bangsa turut menentukan generasi emas Indonesia yang berdaya saing dan berakhlak mulia.

Remaja yang memiliki KI diprediksi akan memiliki keberhasilan dalam dunia akademik namun belum tentu dapat mengontrol diri dan emosinya dalam mengoptimalkan seluruh sumber

daya yang dimilikinya. Biasanya seseorang yang memiliki KI dapat diterima bekerja dimana saja. Akan tetapi tanpa KE seseorang tidak mampu bertahan bekerja dimana saja, termasuk dalam pekerjaan yang diciptakannya sendiri. Trio kecerdasan (KI, KE, KS) tidak bisa dipisahkan. Dikarenakan perpaduan aspek KI, KE, dan KS menjadi 'kunci' remaja dalam mengatasi berbagai persoalan yang bisa terjadi kapan dan dimana saja.

Kajian Konseptual

1. Masa Remaja dan Kondisinya

Masa remaja merupakan salah satu transisi paling menarik dalam rentang kehidupan manusia. Periode ini ditandai dengan perubahan menakjubkan setelah masa kanak-kanak. Selain itu, proses biologis mendorong banyak aspek pertumbuhan dari masa kanak-kanak hingga masa remaja, perubahan cepat dari fisik, mental, sosial, moral dan spiritual seseorang.

Periode remaja biasanya ditandai dengan keluasan hubungan di luar orang tua, keluarga, dan tentunya pengaruh teman sebaya dan dunia luar (lingkungan). Dalam masa pertumbuhan ini dikatakan sebagai periode potensi luar biasa, baik potensi positif dan negatif yang mengarah pada kehancuran generasi. Perubahan yang terjadi tidak terlepas dari pengaruh kuat konteks sosial pada perkembangan remaja. Tidak mengherankan Kipke (1999) melaporkan bahwa sekitar 34 juta remaja di Amerika Serikat menghadapi tekanan (stres) dan menggunakan alkohol, rokok, atau obat lain dan untuk memulai hubungan seksual pada usia dini,

menempatkan diri pada risiko tinggi, kehamilan yang tidak diinginkan, dan infeksi dari penularan seksual. Akibatnya terdapat banyak masalah kesehatan mental yang menyakitkan dan melemahkan.

National Curriculum Framework (NCF) (2005) telah menginformasikan bahwa pendidikan remaja sebagai area impoten dalam pendidikan sekolah. Studi literatur yang dilakukan oleh Govaerst dan Gregoire (2004) melaporkan bahwa stres pada remaja cenderung tinggi.

Masa depan bangsa bergantung pada remaja dan kesehatannya, karena itu penyebab stres menjadi topik hangat dalam periode ini. *National Survey of Child and Adolescent Well-being* (NSCAW) 1997-2013 melaporkan bahwa kesehatan remaja tergantung pada kapasitas keluarga dalam memelihara dan merawat mereka. Karena itu, penekanan pada pendidikan remaja dan penyediaan program yang baik serta rekomendasi praktis sangat diperlukan demi mencapai generasi yang berkualitas.

2. Kesehatan dan Stres Remaja

Kesehatan sebagai bentuk harmonis dari aspek fisik dan psikologis. Faktor-faktor yang menentukan kesehatan berpusat pada kemampuan perawatan dan control terhadap kehidupan seseorang. Karena itu, strategi intervensi yang mencakup promosi kesehatan dengan berfokus pada masa transisi dari masa kanak-kanak hingga dewasa yaitu usia praremaja dan remaja mampu meredam periode dimana ketegangan dan tekanan terjadi (Saini dan Gill, 2007).

Masalah psikologis dan perilaku fisiologis, mental dan akademis memerlukan strategi yang perlu diambil oleh guru dan orang tua bahkan masyarakat pada umumnya untuk meminimalisasi setiap persoalan yang terjadi kapan saja dan dimana saja.

Secara sederhana stres dan kesehatan remaja digambarkan sebagai kurangnya kesehatan fisik dan mental yang disebabkan oleh situasi atau rangsangan tidak menyenangkan yang tidak berada di bawah kendali seseorang. Dapat pula digambarkan sebagai ketidakseimbangan antara tuntutan yang dibuat sumber luar dan kemampuan seseorang dalam mengatasinya.

3. Pengelolaan Stres Remaja

Banyak penelitian yang telah dilakukan dan melaporkan bagaimana cara mengelola stres. Sebagai contoh, peserta didik diberi pelatihan keterampilan penanggulangan yang tepat sehingga tidak merusak. Premeela (2013) melaporkan bahwa perlu diajarkan keterampilan mengatasi lebih dini kepada anak-anak sehingga siap menghadapi stres di alam dengan cara yang sehat. Lebih lanjut, penting bagi orang dewasa untuk memberikan pengalaman sukses bagi anak-anak yang didasarkan pada perbedaan dan kelemahan anak.

Ada banyak keadaan diluar kendali individu dapat menyebabkan stres, bisa karena kompetisi, kondisi keuangan, penyakit dalam keluarga, dan berbagai persoalan lainnya. Karena itu, anak perlu dilatih berkomitmen untuk berpikir positif dan melihat kemungkinannya.

Mereka harus menyambut keadaan luar sebagai tantangan terhadap kreativitas dan tanda kemajuan mereka. Dengan demikian, menurut Rachna (2011) strategi mengelola stres untuk membangun perdamaian di masa remaja melalui pemahaman bahwa hal tersebut mempengaruhi fisik dan psikologis yang dapat berdampak pada perilaku.

Keterlibatan orang tua merupakan factor fundamental untuk kesehatan mental bagi anak laki-laki dan anak perempuan. Orang tua harus secara aktif terlibat dalam kehidupan anak remaja mereka, karena kesehatan mental memainkan peran kunci dalam perkembangan fisik dan psikologis yang positif.

4. Pemahaman KI, KE, dan KS

Ada tiga aspek kecerdasan yang menjadi perhatian utama yaitu, KI, KE, dan KS. Dikarenakan perpaduan ketiga aspek tersebut telah dilaporkan mampu berpengaruh signifikan terhadap etika lulusan (Ridwan *et al*, 2006) dan berperan penting dalam dunia pendidikan untuk perkembangan seseorang secara fisik dan psikis yang bermuara pada kualitas seseorang (Labola, 2017).

Periode remaja diidentifikasi seiring dengan perubahan tubuh, psikologis dan akademis seseorang. Oleh karenanya, tentu pemahaman tentang KI, KE, dan KS menjadi penting. Apabila KI, KE, dan KS dijaga pada kondisi positif tentunya, aspek stres yang berkaitan dengan psikologis dan emosional dapat dikendalikan.

KI adalah kemampuan intelektual untuk berargumen, berlogika, membaca, menganalisa,

memprioritaskan dan menulis. Biasanya untuk melakukan ini, otak kita menggunakan *neo korteks* dan tidak menggunakan pusat emosi otak. Sementara menurut Slovey dan Mayer (1990), KE adalah sejenis kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan untuk memantau emosi seseorang dan menggunakan informasi untuk membimbing pemikiran dan tindakan seseorang. Saat seseorang mampu mengelola emosinya dan menggunakan setiap informasi secara benar sudah tentu akan mencapai sukses pada level tertinggi. Hal ini sesuai dengan penelitian Goleman-Hay/ McBer bahwa untuk sukses di tingkat tertinggi dalam posisi kepemimpinan kompetensi emosional menyumbang hampir seluruh keuntungan.

Wigglesworth (2012), KS adalah kemampuan individu untuk berperilaku dengan bijaksana dan berbelas kasih sambil mempertahankan kedamaian batin dan luar. Selain itu, Covey (2004) dalam bukunya mengatakan bahwa kecerdasan spiritual adalah aspek fundamental dari semua kecerdasan, karena menjadi sumber bimbingan bagi yang lain. KS adalah seperangkat kemampuan yang digunakan individu untuk menerapkan dan mewujudkan sumber spiritual, nilai dan kualitas. Hal ini dilakukan dengan meningkatkan kesehatan sehari-hari dan menggunakan informasi spiritual yang adaptif untuk memfasilitasi pemecahan masalah sehari-hari demi pencapaian tujuan.

5. Perpaduan KI, KE, dan KS

Dalam kehidupan dijumpai bahwa bukan orang paling pintar

yang paling sukses atau paling terpenuhi dalam hidup. Seseorang yang cemerlang secara akademis belum tentu sukses dari segi aspek sosial, pekerjaan atau dalam hubungan pribadi. Karena itu, dengan KI saja tidak cukup agar sukses dalam kehidupan.

KI membantu seseorang masuk perguruan tinggi tapi KE yang akan membantu kita mengatasi stres dan emosi dalam ujian akhir. KE adalah keterampilan yang sangat penting untuk kesuksesan pribadi, pendidikan dan profesional bagi siswa maupun guru serta suplemen untuk aspek KS. Apabila KE diterapkan di tempat kerja, potensi akan dilibatkan untuk secara efektif memandang, mengekspresikan, memahami dan mengelola emosi secara profesional dan efektif di tempat kerja (Palmer dan Stough, 2001). Hal ini dikarenakan KE melibatkan kemampuan untuk memahami, menilai secara akurat dan mengekspresikan emosi.

Mangal (2012) mengatakan bahwa kunci menuju perdamaian, harmoni dan hidup yang memancarkan jiwa terletak pada penggunaan keterampilan KE. Selain itu, penggunaan KE akan menciptakan keharmonisan dan kedamaian yang diinginkan dalam situasi yang penuh konflik. Sementara KS menempatkan kehidupan individu dalam konteks yang lebih luas. Dalam arti, tujuan dalam hidup dan memungkinkan kita menciptakan kemungkinan baru.

KS memungkinkan kita memanfaatkan KI dan KE kita secara terpadu untuk mengungkapkan karunia kita di dunia. Hanya KS yang mampu berpikir jauh dari yang

diketahui dan menghubungkan pemikiran baru dan melihat kebenaran yang lebih tinggi dalam suatu situasi.

KS mengacu pada keterampilan, kemampuan dan perilaku yang dibutuhkan untuk mengembangkan dan memelihara hubungan dengan sumber utama dari semua makhluk serta pencarian makna dalam kehidupan.

KESIMPULAN

Serangkaian permasalahan seperti ketegangan emosional, bunuh diri, pemberontakan, pengrusakan, ketidaksesuaian dan pembangkangan muncul dalam periode remaja. Sebagai akibatnya, muncul berbagai persoalan kompleks seperti masalah psikologis dan perilaku fisiologis, mental dan akademis.

Perpaduan trio kecerdasan (KI, KE, dan KS) disarankan sebagai 'kunci' remaja dalam mengatasi berbagai persoalan yang bisa terjadi kapan dan dimana saja. Ini karena, perpaduan trio kecerdasan, memainkan peran yang sangat penting dalam mengelola stres, kesehatan fisik, psikologis, mewujudkan sumber spiritual, nilai untuk mengungkapkan karunia kita di dunia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. New York: Bantam.
2. Govaerts, S dan Gregoire, J. (2005). *Stressful Academic Situations: Study on Appraisal Variables in Adolescence*. European Review of Applied Psychology/Revue Europeenne de Psychologic Appliquee, **54**(4): 261-271.

Share: Social Work Jurnal	VOLUME: 8	NOMOR: 1	HALAMAN: 39-45	ISSN:2339 -0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) Doi: 10.24198/share.v8i1.16168
---------------------------	-----------	----------	----------------	--

3. Kipke, M. (Ed.). (1999). *Adolescent development and the biology of puberty: Summary of a workshop on new research*. Washington, DC: National Academy Press.
4. Labola, Y.A.(2017). *Perpaduan Aspek AQ dengan Aspek Kecerdasan Lainnya Dalam Dunia Pendidikan-Kajian Literatur*. Sppendidikan170007. Melalui : www.ejurnal.com/2017/08/perpaduanaspek-aq-dengan-aspek.html
5. Mangal, S.K. 2012. *Advanced Educational Psychology*. Kindle Edition, 536 pages, Published August 15th 2004 by PHI.
6. Mishra, P., Vashist. K. A. 2014. *Review Study Of Spiritual Intelligence, Stress And Well-Being Of adolescents In 21st Century*. IMPACT: International Journal of Research in Applied, Natural and Social Sciences (IMPACT: IJRANSS) ISSN(E): 2321-8851; ISSN(P): 2347-4580, Vol. 2, Issue 4, 11-24.
7. National Curriculum Framework (NCF). 2005. Melalui : <http://www.ncert.nic.in/rightside/links/pdf/framework/english/nf2005.pdf>
8. National Survey of Child and Adolescent Well-being (NSCAW). 2013. *NSCAW II WAVE 2 REPORT Children and Families Receiving Child Welfare Services Post-Baseline*. RTI International is a trade name of Research Triangle Institute. Melalui :https://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/opre/nscaw2_welfare.pdf
9. Palmer, B. R., Walls, M., Burgess, Z., dan Stough, C. 2001. *Emotional intelligence and effective leadership*, Leadership and Organisational Development Journal, 22, 5-10.
10. Persinger, M. 1987. *The neuropsychological bases of God beliefs*. New York : Praeger Press.
11. Persinger, M. 1999. *This is your brain in God*. Wired, 7, November.
12. Prameela, A. 2013. *Skills for stress management*, Edutracks, Vol-12 no.6, PP.9-10
13. Rachna, R. 2011. *Stress Management Strategies for Establishing Peace in Adolescence*, Edutracks, Vol.10 No.12 Pp.23-25.
14. Ramachandran, V. 1997. *Society of neuroscience*, 23, Abstract No. 51.1
15. Ridwan T., Iwan T., dan Unti, L. 2006. *Pengaruh kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual terhadap sikap etis mahasiswa akuntansi (Studi pada Perguruan Tinggi Negeri di Kota Makassar Provinsi Sulawesi Selatan)*. In the Proceedings of Simposium Nasional Akuntansi 9 Padang, p. 1–25.
16. Saini, S.K., Gill, T.K. 2007. *Understanding Adolescence: A Period of Stresses and Strains*. *Indian Psychological Review*. Agra Psychological Research Cell. Volume 69, issue I, p.261.
17. Salovey, P., dan Mayer, J.D. 1990. *Emotional intelligence, imagination. Cognition and Personality*, 3(3), 185–211.

Share: Social Work Jurnal	VOLUME: 8	NOMOR: 1	HALAMAN: 39-45	ISSN:2339 -0042 (p) ISSN: 2528-1577 (e) Doi: 10.24198/share.v8i1.16168
---------------------------	-----------	----------	----------------	--

18. Wigglesworth, C. 2012. *The 21 Skills of Spiritual Intelligence*, New York: Select Books, p.7