

## MENANAMKAN KECERDASAN EMOSIONAL PADA ANAK MELALUI CERITA-CERITA DALAM AL-QUR'AN

Suhadi<sup>1</sup>

Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah (STIT) Pematang

alamat email: suhadi@stipematang.ac.id

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hal-hal yang berkaitan dengan kecerdasan emosional, mengetahui bentuk-bentuk cerita dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan kecerdasan emosional, mengetahui potensi cerita-cerita dalam Al-Qur'an sebagai salah satu alat untuk menanamkan kecerdasan emosional pada anak dan mengetahui kaidah-kaidah penggunaan cerita-cerita dalam Al-Qur'an sebagai alat untuk menanamkan kecerdasan emosional pada anak.

Metode Penelitian yang digunakan bersifat kualitatif dengan menggunakan studi kepustakaan (*library research*), yaitu dengan cara membaca dan memahami literatur-literatur yang berkaitan dengan judul yang menjadi pembahasan.

Secara umum kisah-kisah dalam Al-Qur'an dapat digunakan sebagai media untuk menumbuhkan kecerdasan emosional pada anak. Namun demikian, dalam penggunaannya, sebaiknya pemilihan kisah-kisah yang akan diceritakan itu, disesuaikan dengan ranah masing-masing kecakapan kecerdasan emosional yang akan ditumbuhkan pada anak.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional, Cerita

### Abstract

*This research aims to find out things related to emotional intelligence, find out the forms of stories in the Al-Qur'an which are related to emotional intelligence, find out the potential of stories in the Al-Qur'an as a tool for instilling emotional intelligence in children and knowing the rules for using stories in the Koran as a tool to instill emotional intelligence in children.*

*The research method used is qualitative using library research, namely by reading and understanding literature related to the title being discussed.*

*In general, the stories in the Koran can be used as a medium to foster emotional intelligence in children. However, when used, it is best to choose the stories to be told according to the respective domain of emotional intelligence skills that will be developed in children.*

*Keywords: Emotional Intelligence, Stories*

### A. Pendahuluan

Selama ini banyak orang menganggap jika seseorang memiliki tingkat kecerdasan intelektual (IQ) yang tinggi, maka orang tersebut memiliki peluang untuk meraih kesuksesan yang lebih besar di banding dengan orang lain. Pada kenyataannya, ada banyak kasus di mana seseorang yang memiliki tingkat kecerdasan intelektual yang tinggi tersisih dari orang lain yang tingkat intelektualnya lebih rendah. Ternyata kecerdasan intelektual (IQ) yang tinggi tidak menjamin seseorang akan meraih kesuksesan.

---

<sup>1</sup>Dosen STIT Pematang

Ada patokan lain yang menentukan tingkat kesuksesan seseorang selain IQ (*Intelligence Quotient*). Ia berpendapat bahwa keberhasilan kita tidak hanya ditentukan oleh IQ semata tetapi juga kecerdasan emosional.<sup>2</sup> Selanjutnya ia juga telah membuktikan bahwa tingkat emosional manusia ternyata lebih mampu memperlihatkan kesuksesan seseorang. Kemudian pengaruh cerita ini mengiringi individu manusia di seluruh fase perkembangan psikologi, pendidikan dan sosiologi. Oleh sebab ini, maka para siswa TK, SD, SMP, SMU, universitas bahkan setiap orang, apakah ia awam (tidak terpelajar) ataupun terpelajar, akan hanyut pada pengaruh cerita. Sekalipun tema dan karakter cerita berbeda dengan perkembangan bentuk dan berbeda tingkat inteligensi, sosiologi dan temperamen/watak, seperti halnya tema dan karakter cerita tersebut berbeda menurut aspek kesenangan maupun kepedulian (*concern*).<sup>3</sup>

Anak-anak mengenali suatu situasi kegagalan dan mengalaminya tanpa harus menghadapi kecemasan secara langsung. Ini juga memungkinkan mereka memperoleh perspektif yang lebih realitis.<sup>4</sup> Cerita atau kisah yang disampaikan dengan baik, akan lebih menarik minat anak-anak untuk mendengarkan dan memperhatikannya. Ketika seorang guru bercerita tentang kebenaran-kebenaran semata, maka terkadang ia mendapati para siswanya mengalami kelesuan. Dan jika ia mengisahkan sebuah cerita sambil mengarahkan pandangannya ke tempat duduk para siswanya secara bergantian, ia merasakan kilauan cahaya mata yang bersinar, pendengaran telinga yang tajam dan ketengan mereka.<sup>5</sup> Bagaimana pentingnya kisah dalam Al-Qur'an dapat dilihat dari segi volume, di mana kisah-kisah tersebut memakan tempat yang tidak sedikit dari seluruh ayat-ayat Al-Qur'an. Bahkan ada surat-surat Al-Qur'an yang dikhususkan untuk kisah semata-mata, seperti surat Yusuf, Al-Anbiya', Al-Qasas dan Nuh. Dari keseluruhan surat Al-Qur'an, terdapat 35 surat memuat kisah, kebanyakan adalah surat-surat panjang.<sup>6</sup>

Berdasarkan penelitian Hanafi, cerita tentang para nabi mendapatkan porsi yang cukup besar dalam Al-Qur'an yaitu dari jumlah keseluruhan ayat dalam Al-Qur'an yang terdiri dari 6300 ayat lebih, sekitar 1600 ayat di antaranya membicarakan para rasul. Jumlah tersebut cukup besar jika dibandingkan dengan dengan ayat-ayat tentang hukum yang hanya terdiri dari 330 ayat.<sup>7</sup> Selain ceritera tentang para rasul, Al-Qur'an juga menceritakan orang-orang selain nabi baik orang mukmin maupun orang kafir.

Allah telah menceritakan kepada manusia kisah-kisah orang-orang terdahulu dan menyifati kisah-kisah ini sebagai kisah yang tidak diragukan lagi kebenarannya. Allah juga menyifati kisah-kisah ini sebagai kisah yang terbaik (*ahsan al-Qashash*), sebagaimana firman Allah dalam Surah Yusuf ayat 3:

Artinya; "Kami menceritakan kepadamu kisah yang paling baik dengan mewahyukan Al-Qur'an ini kepadamu, dan sesungguhnya kamu sebelum (Kami mewahyukannya) adalah orang-orang yang belum mengetahui."<sup>8</sup>

Allah telah menetapkan bahwa dalam kisah orang-orang dahulu terdapat hikmah dan

---

<sup>2</sup>Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, Terj. T. Hermaya, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000), hlm. 38.

<sup>3</sup>*Ibid.*

<sup>4</sup>Patricia H. Berne dan Louis M. Sarvary, *Membangun Harga Diri Anak*, Terj. YB. Tugiyarso, (Jakarta: Kanisius, 1998), hlm. 216.

<sup>5</sup>Abdul Hamid Al-Hasyimi, *Op.Cit.*

<sup>6</sup>A. Hanafi, *Segi-segi Kesusastaan Pada Kisah-Kisah Al-Qur'an*, Pustaka Alhusna, Jakarta, 1984, hlm. 22.

<sup>7</sup>*Ibid.*

<sup>8</sup>Depag RI, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, PT. Kumudasmoro Grafindo, Semarang, 1994, hlm. 348.

pelajaran bagi orang-orang yang berakal, yang mampu merenungi kisah-kisah itu, menemukan padanya hikmah dan nasihat, serta menggali dari kisah-kisah itu pelajaran dan petunjuk hidup. Allah juga telah memerintahkan kepada kita agar meneladani orang-orang baik (*shalihin*) dan penganjur kebaikan (*muslih*) dari orang-orang terdahulu, yang kisah-kisah mereka telah dipaparkan-Nya kepada kita serta telah diperlihatkan-Nya kepada kita metode mereka dalam dakwah, perbaikan (*ishlah*), perlawanan terhadap musuh musuh Allah, perjuangan jihad, kesabaran dan keteguhan.<sup>9</sup>

Dengan melihat kedekatan cerita-cerita dengan dunia anak-anak, maka kita harus selektif dalam memilih cerita-cerita yang akan diceritakan kepada mereka. Tidak diragukan lagi bahwa kisah-kisah dalam Al-Qur'anlah yang sangat perlu untuk diceritakan kepada anak-anak dalam rangka menanamkan kecerdasan emosional kepada mereka. Dengan menceritakan kisah-kisah keteladanan dalam Al-Qur'an baik dari kisah para nabi atau selain nabi, anak-anak tidak saja dikenalkan berbagai cerita dalam kitab suci-Nya, mendekatkan manusia dengan sumber utama dalam agamanya sejak dini dan lebih jauh untuk mendorong semangat mereka untuk mengkaji lebih mendalam ajaran-ajaran dalam Al-Qur'an. Juga diharapkan manusia dapat mengambil hikmah dan teladan dari sifat, perilaku dan kondisi emosional para tokoh tersebut ketika mereka dihadapkan pada situasi atau peristiwa tertentu.

Pengamatan sementara peneliti mendapatkan bahwa masyarakat kita masih asing dengan masalah kecerdasan emosional dan mereka cenderung mengabaikan potensi cerita-cerita dalam Al-Qur'an sebagai alat untuk menanamkan kecerdasan emosional kepada anak. Untuk itulah maka penulis berusaha menjabarkan betapa pentingnya cerita-cerita dalam Al-Qur'an sebagai alat untuk menanamkan kecerdasan emosional pada anak melalui penulisan ini, dengan judul "Menanamkan Kecerdasan Emosional pada Anak Melalui Cerita-cerita dalam Al-Qur'an".

## **B. Kajian Teori**

### **1. Pengertian Kecerdasan Emosional**

Berdasarkan pengertian tradisional, kecerdasan meliputi kemampuan membaca, menulis, berhitung, sebagai jalur sempit keterampilan kata dan angka yang menjadi fokus di pendidikan formal (sekolah) dan sesungguhnya mengarahkan seseorang untuk mencapai sukses di bidang akademis. Tetapi definisi keberhasilan hidup tidak melulu ini saja. Pandangan baru yang berkembang, ada kecerdasan lain di luar IQ, seperti bakat, ketajaman pengamatan sosial, hubungan sosial, kematangan emosional yang harus juga dikembangkan. Sedangkan emosi berasal dari bahasa latin *movere* yang berarti pindah dari atau bergerak.<sup>10</sup> Definisi emosi itu bermacam-macam, seperti keadaan bergejolak, gangguan keseimbangan, *response kuat dan tak beraturan terhadap stimulus*.<sup>11</sup> Dan menurut *Grolier Webster international dictionary*, emosi adalah *An affective state of consciousness in which joy, sorrow, fear, hate or the like is experienced*.<sup>12</sup> Suatu keadaan kesadaran afeksi dari sesuatu yang dialami seperti senang, susah, takut, benci atau yang lain semacamnya. Emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi

---

<sup>9</sup>Shalah Al-Khalidy, *Kisah-kisah Al-Qur'an Pelajaran Dari Orang-Orang Dahulu*, Terj. Setiawan Budi Utomo, (Jakarta: Gema Insani Press, 1999), hlm. 16.

<sup>10</sup>Webster, *Grolier Webster International Dictionary of the English Language*, Grolier Incorporated, New York, 1974, hlm. 321.

<sup>11</sup>M. Dimiyati Mahmud, *Psikologi Suatu Pengantar*, (Yogyakarta: BPFE, 1990), hlm. 163.

<sup>12</sup>Webster, *Loc. Cit.*

dapat dikelompokkan sebagai suatu rasa amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel dan malu.<sup>13</sup> Kecerdasan emosional (EI) merupakan istilah yang belum lama dikenal baik di dunia psikologi dan sosial pada umumnya. Sebagai sandingan IQ (*Intelligence Quotient*), aspek terpenting EI berada pada mental dan emosi. Topik tentang EI menjadi ramai dibicarakan oleh masyarakat luas.

Sementara itu, kecerdasan emosional menunjukkan pengelompokkan alternatif dari tugas-tugas kecerdasan sosial. Di satu pihak kecerdasan emosional lebih luas daripada kecerdasan sosial, yakni tidak hanya melibatkan pemikiran tentang emosi dalam perhubungan sosial, tetapi juga pemikiran tentang emosi-emosi internal yang penting bagi perkembangan pribadi (sebagai lawan dari sosial). Di pihak lain, kecerdasan emosional lebih terfokus pada permasalahan-permasalahan emosional yang melekat pada persoalan-persoalan pribadi dan sosial.<sup>14</sup> Dan yang paling menonjol dalam perbedaan tersebut adalah pendekatan yang digunakan oleh Daniel Goleman dan yang lainnya, yang lebih mengarah kepada peranan emosi dalam pembentukan kecerdasan emosional.

## 2. **Kecakapan-kecakapan Utama Kecerdasan Emosional**

Beberapa kemampuan utama yang harus dimiliki yang berhubungan dengan kecerdasan emosional. Kemampuan-kemampuan tersebut mencakup lima wilayah utama kecerdasan emosional yaitu:

### a. Kesadaran Diri (*Self Awareness*)

Komponen pertama dari kecerdasan emosional adalah kesadaran diri yaitu kemampuan untuk memahami emosi-emosi seseorang, kekuatan dan kelemahan-kelemahannya.<sup>15</sup> Kesadaran diri ini merupakan dasar kecerdasan emosional yang melandasi terbentuknya kecakapan-kecakapan lain.<sup>16</sup> Seseorang yang mempunyai kecerdasan emosi akan berusaha menyadari emosinya ketika emosi itu menguasai dirinya. Melalui kesadaran diri tersebut, seseorang dapat mengetahui dan memahami emosinya. Namun kesadaran diri ini tidak berarti bahwa seseorang itu hanyut terbawa dalam arus emosinya tersebut sehingga suasana hati itu menguasai dirinya sepenuhnya. Sebaliknya kesadaran diri adalah keadaan ketika seseorang dapat menyadari emosi yang sedang menghinggapinya akibat permasalahan-permasalahan yang dihadapi untuk selanjutnya ia dapat menguasainya. Orang yang keyakinannya lebih dan menguasai perasaannya dengan baik dapat diibaratkan pilot yang andal bagi kehidupannya, karena ia mempunyai kepekaan yang lebih tinggi akan perasaan mereka yang sesungguhnya.

### b. Pengaturan Diri (*Self Regulation*)

Pengendalian emosi diri yaitu kemampuan untuk mengatur pengaruh-pengaruh emosi yang menyusahkan seperti kegelisahan dan amarah dan untuk mencegah emosi-emosi yang bersifat impulsif.<sup>17</sup> Dengan kata lain pengendalian emosi oleh diri sendiri berarti berupaya untuk meredam atau menahan gejolak nafsu yang sedang berlaku

---

<sup>13</sup>Kecerdasan Emosional, <http://hokuriku-mol.twoglobe.com/kecerdasanemosional.html>. (Diakses pada 23 Agustus 2023 Pukul 15:30 WIB)

<sup>14</sup>John D. Mayer; *et al.*, *Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence*, Ablex Publishing Corporation, 1999, <http://www.eqi.org>. (Diakses pada 2 April 2023 Pukul 14:30 WIB).

<sup>15</sup>EQ Definitions, *Loc.Cit.*

<sup>16</sup>Daniel Goleman(a), *Op.Cit.*, hlm. 64.

<sup>17</sup>Cary Cherniss dan Daniel Goleman, *An EI-Based Theory of Performance*, [http://www.eiconsortium.org/research/ei\\_theory\\_performance.htm](http://www.eiconsortium.org/research/ei_theory_performance.htm). (Diakses pada 2 April 2023 Pukul 14:30 WIB).

agar emosi tidak terekspresikan secara berlebihan sehingga seseorang tidak sampai dikuasai sepenuhnya oleh arus emosinya.

c. Motivasi Diri (*Self Motivation*)

Motivasi diri adalah dorongan hati untuk bangkit. Ia merupakan inti secercah harapan dalam diri seseorang yang membawa orang itu mempunyai cita-cita yang mendorongnya untuk meraih yang lebih tinggi. Motivasi merupakan kepercayaan bahwa sesuatu dapat dilakukan, bahkan ketika masalah menghadangnya. Jika seseorang telah termotivasi, tidak ada seorang lain pun yang dapat mengambil (merampas) kekuatan mereka untuk bergerak maju. Dan ketika motivasi itu datang dari dalam hati seseorang, mereka menjadi tak terkalahkan.<sup>18</sup>

d. Dalam salah satu definisi EI di muka telah disebutkan bahwa EI adalah mengetahui bagaimana untuk meraih dari emosi yang negatif menjadi positif. Dalam hal ini Motivasi diri adalah komponen utama untuk mewujudkan hal tersebut, yaitu dengan memotivasi emosi negatif yang sedang dirasakan. Melalui motivasi diri emosi negatif tersebut diarahkan kepada hal-hal yang baik.

e. Empati (*Empathy*)

Empati adalah kemampuan untuk merasakan keadaan jiwa dan perasaan orang lain.<sup>19</sup> Kemampuan empati ini sangat tergantung pada kemampuan seseorang dalam merasakan perasaan diri sendiri dan mengidentifikasi perasaan-perasaan tersebut. Apabila seseorang tidak dapat merasakan suatu perasaan tertentu, maka akan sulit bagi orang itu untuk memahami bagaimana perasaan orang lain. Untuk itu, semakin tinggi kemampuan seseorang dalam memahami emosi diri maka akan lebih mudah baginya untuk menjelajahi dan memasuki emosi orang lain.

Empati bermula dari kesadaran akan perasaan orang lain. Akan lebih mudah untuk menyadari emosi orang lain jika mereka benar-benar menceritakannya secara langsung tentang apa yang mereka rasakan. Tetapi selama mereka tidak menceritakannya, seseorang harus berusaha menanyakannya, membaca apa yang tersirat, menduga-duga, dan berupaya untuk menginterpretasikan isyarat-isyarat yang bersifat nonverbal. Orang yang ekspresif secara emosional adalah paling mudah untuk dibaca, tentunya lewat mata dan wajah mereka yang memberitahukan kita bagaimana perasaan mereka.<sup>20</sup>

f. Membina Hubungan (*Relationship*)

Membina hubungan merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Kecakapan jenis ini sangat membantu seseorang untuk berkomunikasi dan menjalin hubungan serta kepercayaan dengan orang lain. Gardner memecahnya menjadi empat jenis kemampuan, yaitu: kepemimpinan, kemampuan membina hubungan dan mempertahankan persahabatan, kemampuan menyelesaikan konflik, dan keterampilan analisis sosial. Karena setiap orang memerlukan berhubungan dengan orang lain, maka kecerdasan ini memiliki peran sangat besar dalam menentukan kesuksesan seseorang.

Mengenali emosi orang lain dapat dilakukan bila seseorang itu memiliki

---

<sup>18</sup>Sheila Ellison dan Barbara Ann Barnet, *365 Ways to Help Your Children Grow*, Source books Inc, Illionis, 1996, hlm. 20.

<sup>19</sup>Benjamin B. Wolman, *Dictionary of Behavioral Science*, Litton Educational Publishing Inc., New York, 1973, hlm.115.

<sup>20</sup>Steve Hein, *Op.Cit*, hlm. 98.

kemampuan mengendalikan emosi diri atau pengaturan diri dan empati. Dua kemampuan ini membentuk kecakapan antarpribadi. Kecakapan antarpribadi ini dapat menghasilkan perhubungan yang positif dengan orang lain dan dapat membantu orang lain mendapatkan kebahagiaan dan ketenangan.

### 3. Pentingnya Kecerdasan Emosional

Emosi mempunyai peranan yang penting dalam kehidupan. Emosi sangat mempengaruhi kehidupan manusia ketika dia mengambil keputusan. Tidak jarang suatu keputusan diambil karena dipengaruhi oleh emosi. Tidak ada sama sekali keputusan yang diambil manusia murni berdasarkan pemikiran rasionya. Ini karena seluruh keputusan manusia memiliki warna emosional. Jika diperhatikan, keputusan-keputusan dalam kehidupan manusia, ternyata keputusannya lebih banyak ditentukan oleh emosi dari pada akal sehat.<sup>21</sup> Menurut berbagai bukti, perasaan adalah sumber terkuat yang menentukan kebahagiaan dan kesuksesan seseorang di dunia kerja. Oleh karena itu, orang yang cerdas dalam menggunakan emosinya akan lebih berpeluang untuk memperoleh kebahagiaan hidup.

### C. Metode Penelitian

Penulisan ini bersifat kualitatif dengan menggunakan studi kepustakaan (*library research*), yaitu dengan cara membaca dan memahami literatur-literatur yang berkaitan dengan judul yang menjadi pembahasan.

#### 1. Sumber Data

Sumber data yang akan digunakan dalam penulisan ini meliputi:

##### a. Sumber data primer

Sumber data primer adalah sumber-sumber yang dijadikan bahan pokok dalam penulisan ini. Adapun yang dijadikan sumber pokok dalam penulisan ini adalah:

##### 1) Yang berhubungan dengan kecerdasan emosional:

- a) Buku *Emotional intelligence* dan *Working with Emotional Intelligence* karya Daniel Goleman.
- b) *EQ for Everybody* karya Steve Hein.
- c) Mengajarkan *emotional intelligence pada anak* karya Lawrence E. Shapiro, terjemahan Alex Tri Kantjono.

##### 2) Yang berhubungan dengan cerita-cerita dalam Al-Qur'an:

- a) Al-Qur'an.
- b) Buku-buku tentang kisah-kisah dalam Al-Qur'an.
- c) Kitab *Mabahits Fi ulumil Qur'an* karangan Mana'ul Qathan.

##### b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder adalah sumber-sumber yang dapat menunjang bagi pembahasan ini. Sumber-sumber sekunder ini antara lain berupa kitab-kitab tafsir yang terkait dengan permasalahan yang dibahas, artikel, paper, dan buku-buku lainnya yang menunjang penulisan ini.

#### 2. Metode Pembahasan

Langkah-langkah yang hendak dilakukan pada prinsipnya mengikuti alur fikir deskriptif-analitis dengan langkah-langkah sebagai berikut:

---

<sup>21</sup>KH. Jalaluddin Rakhmat, *Sabar; Kunci Kecerdasan Emosional*, Al-Tanwir, 140, 25 Mei, 1999, <http://www.muthahhari.or.id/sabar.htm>. (Diakses pada 2 April 2023 Pukul 14:30 WIB).

- a. Penyediaan bahan mentah yakni berupa konsep-konsep umum yang berkaitan dengan kecerdasan emosional dan cerita-cerita dalam Al-Qur'an
- b. Penguraian peristiwa deskriptif dari ringkasan/sinopsis kisah-kisah dalam Al-Qur'an yang diambil dari berbagai sumber.

#### **D. Hasil dan Pembahasan**

##### **1. Strategi Menanamkan Kecerdasan Emosional pada Anak Melalui Kisah-kisah dalam Al-Qur'an**

Saat ini, para orang tua dihadapkan pada tantangan era globalisasi yang sangat gencar dan terus berkembang tiada habisnya. Tantangan yang paling merisaukan datang dari media massa elektronik terutama televisi. Media massa lain pun apabila tidak diwaspadai akan membahayakan juga. Apalagi kebebasan pers pada masa sekarang ini, ternyata di satu sisi menimbulkan dampak negatif lain yang dapat membahayakan anak-anak. Kemerosotan moral yang telah menjangkiti seluruh lapisan masyarakat dalam berbagai tingkat usia, serta menjadi pemicu tingginya kriminalitas, membuat orang tua harus menyadari untuk membentengi anak-anak dari krisis moral sedini mungkin, karena baik-buruknya akhlak seseorang sangat dipengaruhi oleh pendidikan yang mereka dapat semasa kecilnya.<sup>22</sup>

Mengingat kenyataan-kenyataan ini, orang tua perlu memanfaatkan sebaik-baiknya saat-saat berharga yang mereka miliki bersama anak mereka, dengan mengambil peran aktif dalam melatih anak mereka mengenai keterampilan manusiawi yang penting seperti memahami dan mengatasi perasaan yang merisaukan, mengendalikan dorongan hati dan berempati serta keterampilan-keterampilan emosional lainnya. Ada lima langkah pelatihan emosi yang lazim digunakan oleh orang tua untuk membina hubungan emosi dengan anak-anak sambil meningkatkan kecerdasan emosional anak. Langkah-langkah itu adalah:

- a. Menyadari emosi-emosi anak
- b. Mengakui emosi sebagai peluang untuk kedekatan dan mengajar
- c. Mendengarkan dengan penuh empati dan meneguhkan perasaan anak
- d. Menolong anak memberi nama emosi dengan kata-kata
- e. Menentukan batas-batas permasalahan anak sambil membantu anak menyelesaikan masalahnya

Cerita, khususnya memiliki kekuatan yang besar untuk mempengaruhi perilaku anak-anak. Hal ini disebabkan, secara psikologis anak-anak sangat menyukai cerita baik yang mereka dengar dari seseorang maupun dengan cara menontonnya langsung melalui televisi. Pada umumnya anak-anak lebih menyukai cerita atau kisah yang menyangkut usia sebayanya. Perhatikanlah bagaimana cerita *Sinchan* dan *Teletabbies* menjadi salah satu yang favorit. Hal ini karena proses identifikasi mereka lebih mudah daripada harus mengidentifikasi tokoh orang dewasa.

Namun demikian, tidak semua cerita yang ditayangkan lewat televisi bersifat mendidik dan dapat dipergunakan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku yang luhur bagi anak. Untuk itulah maka orang tua hendaknya dapat berlaku selektif dalam memilih cerita yang disampaikan atau dianjurkan kepada anak-anaknya. Selain itu orang tua dan guru juga memainkan peranan penting dalam memandu anak-anak untuk memilih cerita atau kisah-kisah yang bermutu. Pemilihan kisah untuk anak dapat dilakukan berdasarkan umur

---

<sup>22</sup>T. Handayu, *Memaknai Cerita Mengasah Jiwa; Panduan Menanamkan Nilai Moral pada Anak Melalui Cerita*, (Solo: Era Intermedia, 2001), hlm.18.

mereka. Berkaitan dengan pentingnya peranan cerita dalam proses pembentukan dan penanaman kecakapan kecerdasan emosional di kalangan anak-anak, banyak pendapat juga telah dikemukakan oleh para ahli psikologi sebagaimana yang telah disebutkan di muka. Ada banyak kisah dalam Al-Qur'an. Semuanya itu pada dasarnya patut dipelajari, termasuk oleh anak-anak. Dengan begitu, mereka akan mempunyai bahan perbandingan tentang perilaku kehidupan yang benar, yang dicontohkan para nabi itu.

Hampir dalam semua surat dalam Al-Qur'an muncul satu atau lebih kisah. Di samping itu, hampir tiga puluh surat Al-Qur'an namanya diambil dari kisah yang ada di dalamnya. Beberapa contoh adalah QS Al-Baqarah diambil dari kisah tentang sapi betina yang menjadi syarat untuk memecahkan pembunuhan pada masa Nabi Musa, QS An-Naml diambil dari sepotong kisah tentang sekumpulan semut yang tengah berkomunikasi di antara sesamanya dan didengar oleh Nabi Sulaiman, QS Al-Kahfi diambil dari sebuah episode kisah para penghuni gua yang mennghindari diri dari lingkungan yang kafir dan tertidur selama ratusan tahun. Selain itu penamaan surat dalam Al-Qur'an diambil dari nama para nabi dan rasul. Sebanyak 6 surat diambil dari nama-nama mereka yaitu Yunus, Hud, Yusuf, Ibrahim, Muhammad, dan Nuh.

Untuk memudahkan para pembaca melihat bagaimana kisah-kisah itu dapat dipergunakan untuk mendidik kecakapan-kecakapan pada setiap komponen kecerdasan emosional, maka di sini, dicantumkan beberapa kisah dalam Al-Qur'an sesuai dengan ranah masing-masing komponen utama kecerdasan emosional yang akan ditanamkan. Kisah-kisah ini adalah di antara sekian banyak cerita yang bersumber dari Al-Qur'an yang dapat dimanfaatkan untuk menanamkan atau mendidik kecerdasan emosional pada anak-anak.

a. Kemahiran mengenali emosi diri

Melalui dua buah kisah ini, di samping untuk menanamkan keyakinan kepada anak akan kekuasaan dan keesaan Allah, orang tua dan guru mengajarkan kepada anak-anak kecakapan-kecakapan yang berhubungan dengan kemahiran mengenali emosi diri:

- 1) Mengidentifikasikan emosi negatif dan positif.
  - a) Emosi negatif antara lain; marah, takut, cemas, khawatir, sedih, putus asa, was-was, cemburu, gundah gulana, terkejut, bingung dan sebagainya.
  - b) Emosi positif antara lain; gembira, senang, tenang, tenteram, lega dan sebagainya.
- 2) Mengenal dengan pasti rangsangan-rangsangan yang menyebabkan suatu emosi itu timbul.
  - a) Perasaan marah. Fir'aun marah karena merasa terusik. Dan kekuasaannya akan terancam oleh kelahiran seorang bayi laki-laki yang kelak akan membinasakannya.
  - b) Perasaan takut. Ibunda Nabi Musa merasakan takut karena jika ia melahirkan bayi laki-laki maka bayinya akan dibunuh oleh Fir'aun. Siti Hajar merasakan takut karena ditinggal sendirian bersama bayinya yang masih merah tanpa ada seorang pun di daerah itu. Fir'aun merasa takut ketika mendengar ramalan ahli nujumnya bahwa akan lahir seorang bayi yang kelak akan membinasakannya. Ibunda Nabi Musa merasa cemas dan was-was terhadap keselamatan anak-nya yang telah ia buang ke sungai. Ibunda Nabi Musa merasa sedih jika teringat akan anaknya yang masih kecil dan harus berpisah dengannya.

- c) Perasaan tenteram dan tenang. Ibunda Nabi Musa merasa tenang, tenteram dan lega setelah mendapat petunjuk dari Allah dan yakin akan janji Allah yang akan menjaga keselamatan anaknya. Hajar merasa tenteram dan memiliki keyakinan yang teguh setelah mengetahui kenyataan bahwa dirinya ditinggal di tempat yang tandus dan sepi adalah atas kehendak Allah.
- d) Perasaan gembira. Permaisuri gembira ketika menemukan seorang bayi mungil dalam sebuah peti yang hanyut di sungai Nil. Siti Hajar merasa gembira ketika melihat air di dekat kaki anaknya, sehingga ia memperoleh kembali harapan untuk hidup.
- e) Cemburu, Sarah merasa cemburu terhadap Hajar dengan apa yang telah dikaruniakan kepada Hajar seorang anak. Sementara dirinya yang telah lama menikah dan bertahun-tahun mengidam-idamkannya, belum juga dikaruniai anak. Di samping itu, ia merasa cemburu jika suaminya lebih mencintai Siti Hajar daripada dirinya.

b. Kemahiran Pengaturan Diri

Melalui kisah Kabil dan Habil, kecakapan-kecakapan emosional yang berhubungan dengan mengelola emosi sendiri dapat ditanamkan kepada anak-anak antara lain:

- 1) Mengendalikan diri dan membedakan antara perbuatan yang dilakukan karena mengikuti perasaan/emosi ataupun hawa nafsu dengan perbuatan yang dilakukan berdasarkan akal pikiran yang sehat:
  - a) Kabil terlalu larut dalam kekecewaan akibat keinginannya untuk menikahi Iklima tidak dapat terpenuhi sehingga pikiran sehatnya menjadi sulit berkembang.
  - b) Kabil bertindak menurut nafsu amarahnya, dia membunuh adik kandungnya sendiri tanpa berpikir terlebih dahulu tentang akibat yang akan ditanggungnya nanti.
- 2) Mengenal secara pasti akibat yang diperoleh dari tindakan yang mengikuti perasaan atau hawa nafsu:
  - a) Kabil kehilangan adik kandung yang sangat baik terhadap sang kakak apabila membunuh adiknya.
  - b) Kabil menanggung dosa sangat besar karena perbuatannya membunuh saudara kandung sendiri.
  - c) Kabil menyesal dan kecewa akibat tindakannya yang terburu-buru.
  - d) Bertindak menurut hawa nafsu atau emosi yang negatif akan merugikan diri sendiri.
- 3) Mengendalikan emosi negatif yang menguasai diri yaitu dengan melakukan tindakan secara terburu-buru:
  - a) Kabil seharusnya mencoba berpikir bahwa tindakan menentang peraturan Allah merupakan dosa besar dan semestinya dia mengikuti ketentuan yang sudah digariskan oleh Allah.
  - b) Kabil seharusnya memikirkan tentang akibat yang akan ditanggungnya berupa dosa yang amat besar karena membunuh, sebelum bertindak membunuh adik kandungnya sendiri.

c. Kemahiran Empati

Di dalam Al-Qur'an, Nabi Muhammad dinyatakan sebagai orang yang sangat berbudi. Al-Qur'an memujinya sebagai seorang yang berbudi pekerti yang agung sebagaimana firman Allah dalam Surat Al-Qalam ayat 4:

Artinya; "*Dan sesungguhnya kamu benar-benar berbudi pekerti yang agung.*" (Al-Qalam: 4).<sup>23</sup>

Cerita di bawah ini adalah yang berkaitan dengan sifat empati Rasulullah kepada salah seorang umatnya.

Pada suatu hari Nabi berjalan dengan Fadhal bin Abbas seorang sahabat beliau, menuju ke tempat yang sunyi dan sepi yaitu pekuburan. Di sana-sini terdapat makam. Sudah banyak orang dikubur di sana. Fadhal berjalan di samping Nabi. Makin dekat ke kuburan, ia tak mau lagi di samping Nabi, segera ia berjalan di belakang untuk menghormati Nabi SAW. Ia melihat bagaimana Nabi sedang berpikir. Pada wajah Nabi tampak tanda-tanda itu, apalagi melihat makam-makam yang banyak, bagaimana nasib orang mati, yang telah dikuburkan di sana. Sesampai di pekuburan itu Nabi berhenti. Begitu juga teman beliau. Perasaan orang di kuburan jauh berbeda dengan di rumah, pasar, masjid. Tempatnya sepi dan sunyi, tetapi banyak orang yang disimpan di sana.

Nabi melihat kuburan itu dengan tafakkur dan diam. Begitu pula teman beliau. Tiba-tiba Nabi melihat seorang perempuan yang sedang menangis. Ia dalam kesedihan ditinggalkan oleh orang yang ada dalam kuburan itu. Nabi memberitahu teman beliau dan ia agak terkejut. Sejak tadi ia dalam keadaan terharu, teringat nasib sesudah mati. Nabi tegak di depan perempuan tadi, tetapi ia tidak mengetahuinya, karena sangat bersedih hati. Nabi melihatnya dengan penuh kasihan.

"Tawakkallah kepada Allah dan sabarlah terhadap takdir Tuhan", kata Nabi menyejukkan perasaan duka cita perempuan itu. Teman beliau terharu mendengarkannya. Suara Nabi seakan-akan angin sejuk buat orang-orang yang dalam sedih. Tetapi perempuan itu masih dalam kesedihan yang sangat. Ia tak tahu siapa yang menyabarkan hatinya, atau darimana suara itu. tak sedikitpun ia bergerak hendak melihat kekiri ataupun kekanan. Tiba-tiba dia memekik. "Pergilah dari sini, engkau tak merasakan malapetaka yang aku alami" kata perempuan itu.

Sahabat Nabi tadi marah bukan main. Kenapa perempuan itu berlancang kata terhadap Nabi. Perempuan tidak sopan dan tak tahu hormat, demikian pikirnya. Ia hendak membentak perempuan itu, hatinya tidak tahan lagi. Untunglah segera dia ingat, bukankah dia berjalan bersama Nabi, sedangkan Nabi saja tak berbuat apa-apa, kenapa dia harus berlaku kasar? Sewaktu dia memandang kepada Nabi, terlihat rasa kasihan Nabi kepada perempuan itu. Nabi pun tak berkata lagi sesudah nasehat tadi. Apalagi di kuburan tak baik berbuat demikian.

Hanya Nabi terus saja memperhatikan perempuan yang lagi sedih. Beliau maklum akan orang yang dalam kesedihan, perasaannya tak tentu lagi. Tiba-tiba perempuan tadi mulai dapat menguasai dirinya. Makin lama dia tampak sadar kembali. Dan akhirnya dia teringat kata nasihat tadi. Ia pun memandang kepada Nabi. Ia terkejut dan segera meminta maaf akan kesalahannya tadi, Nabi pun segera memberi maaf, apalagi beliau maklum akan sebabnya perempuan tadi berkata kasar. "Sesungguhnya sabar itu berguna tatkala permulaan musibah" kata Nabi kepada perempuan itu.

Perempuan itu gembira setelah mendengar nasihat Nabi dan kemudian kembali

---

<sup>23</sup>*Ibid.*, hlm.960.

pulang.<sup>24</sup> Melalui kisah ini, anak-anak dapat dididik untuk memahami dan menghayati persoalan-persoalan yang dapat membentuk kecakapan yang berhubungan dengan memahami emosi orang lain. Di antara kecakapan itu adalah:

- 1) Empati; memahami dan merasakan perasaan orang lain. Nabi Muhammad memahami dan merasakan perasaan sedih yang sedang dialami oleh perempuan yang ditinggal mati oleh keluarganya.
  - 2) Menghormati perasaan dan pandangan orang lain. Nabi Muhammad memaklumi dan memahami perkataan kasar yang diungkapkan oleh perempuan tersebut akibat terlalu larut dalam kesedihannya dan tidak mengetahui kepada siapa dia memaki sebenarnya. Dan Nabi tidak kecewa bahkan memaafkan perlakuan perempuan tersebut.
  - 3) Memberi perhatian yang jujur. Nabi Muhammad secara jujur memberi perhatian kepada masalah yang dihadapi oleh perempuan tersebut. Nabi Muhammad tidak membedakan perbedaan derajat antara dirinya yang seorang rasul dengan orang yang hanya perempuan biasa.
  - 4) Situasi adalah peluang untuk mendekati seseorang. Kesedihan yang dialami oleh perempuan itu telah memberi peluang kepada Nabi Untuk mendekatinya dan menyampaikan dakwah kepadanya sehingga perempuan itu bertambah iman kepada Allah.
- d. Kemahiran Memotivasi Emosi Diri

Dari kisah Nabi Nuh tersebut terdapat beberapa aspek kecerdasan emosional yang perlu ditanamkan kepada anak-anak. Di antara aspek-aspek tersebut adalah meliputi kemampuan untuk memotivasi diri yaitu:

- 1) Perasaan putus asa yang bisa mengakibatkan suatu kegagalan dapat diatasi dengan keyakinan untuk terus berusaha. Beberapa kali Nabi Nuh Kecewa karena umatnya tidak mempedulikan dakwahnya. Namun ia tidak lantas kecewa. Sebaliknya ia terus berdakwah karena ia masih merasa yakin bahwa dakwahnya akan diterima oleh kaumnya. Di sini Nabi Nuh bersifat penuh dengan optimistik dan mempunyai ketabahan untuk terus mencoba meskipun pada awalnya ia mencoba beberapa kali tetapi selalu gagal. Namun demikian, akhirnya ia mendapatkan pengikut juga meskipun sedikit.
- 2) Memotivasi emosi negatif dengan unsur kerohanian. Nabi Nuh tidak hanya berusaha dengan gigih tetapi juga selalu diiringi dengan berdoa kepada Allah dan selalu mohon petunjuk kepada-Nya. Dengan berdoa, Nabi Nuh mendapatkan suatu tenaga dari dalam yang kuat yang mendorongnya untuk lebih giat berusaha.
- 3) Hikmah yang dapat diambil dari kisah ini adalah perlunya menanamkan kesadaran anak-anak tentang pentingnya untuk berdoa dan memohon kepada Allah apabila menghadapi suatu cobaan atau keadaan yang tidak menentu. Kisah ini menegaskan bahwa Allah adalah sumber tenaga luar yang paling berkuasa dalam menghadapi cobaan. Tuhan adalah sumber yang terdekat yang dimiliki oleh manusia untuk digunakan dalam menghadapi tekanan emosi negatif. Melalui kisah ini anak-anak dididik bagaimana usaha dan doa perlu untuk ditanamkan dalam menghadapi berbagai masalah.
- 4) Harapan yang tinggi dan penuh keyakinan. Nabi Nuh tidak kecewa dan berputus

---

<sup>24</sup>Nawawi Duski, *Anekdote Kehidupan Rasulullah SAW.*, (Jakarta: Bulan Bintang, tt.), hlm. 152.

asa oleh ejekan kaumnya, ia tambah bersemangat untuk berdakwah dan menyadarkan manusia supaya tunduk kepada Allah. Ia memiliki keyakinan dan ketabahan untuk menang. Dengan penuh harapan, Nabi Nuh, masih berusaha untuk menyadarkannya. Ia tidak mudah putus asa dan menyerah pada keadaan.

- 5) Bersabar, nabi Nuh bersabar atas ejekan kaumnya itu dan menganggapnya sebagai suatu ujian semata.
- 6) Ketabahan diri, nabi Nuh memiliki ketabahan diri yang tinggi dalam menghadapi sikap dan ejekan dari kaumnya.
- 7) Memiliki tujuan yang jelas, nabi Nuh senantiasa melakukan dakwahnya karena mendapatkan perintah dari Allah untuk menyadarkan kaumnya agar kembali kejalan yang benar yaitu jalan yang diridloi oleh Allah.

Contoh lain yang dicatat Al-Qur'an dan dapat dipergunakan untuk menumbuhkan kemampuan memotivasi diri dari emosi negatif adalah kisah tentang Nabi Yusuf. Kisah Nabi Yusuf ini terhimpun secara indah dalam surat Yusuf. Yusuf ibnu Ya'qub a.s. terkenal dengan kesabarannya dalam menghadapi berbagai cobaan yang menimpanya. Hidupnya merupakan mata rantai penderitaan. Lepas dari satu ujian berpindah kepada ujian lain yang serupa atau yang lebih berat.

Lepas dari ujian dan tipu muslihat perbuatan kakak-kakaknya masuk kepada cobaan dan tipu daya istri Al-Aziz. Selamat dari ujian itu, kemudian menghadapi ujian masuk penjara beberapa tahun lamanya tanpa suatu kesalahan yang pernah dilakukannya.

e. Kemahiran Membina Hubungan

Berkaitan dengan kemahiran membina hubungan dengan orang lain, Nabi Muhammad merupakan sosok teladan yang sempurna bagi umat manusia. Allah telah menganugerahi Muhammad dengan sifat-sifat yang luhur sebagaimana yang tertera pada beberapa tempat dalam Al-Qur'an.<sup>25</sup> Beberapa ayat Al-Qur'an yang menerangkan sifat-sifat Nabi Muhammad yang dapat dijadikan teladan bagi manusia dalam menjalin hubungan dengan orang lain di antaranya adalah surat Ali Imran ayat 159 dan surat At-Taubah ayat 128:

Artinya; *"Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu. Karena itu, maafkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawarahlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, maka bertawakallah kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakal kepada-Nya."* (Ali Imran : 159).<sup>26</sup>

Berkaitan dengan ayat-ayat tentang kebaikan sifat Nabi Muhammad, di sini diceritakan salah satu cerita tentang bagaimana Rasulullah dalam menjalin hubungan yang baik dengan kaumnya sekalipun peristiwa ini terjadi sebelum Nabi Muhammad resmi diangkat sebagai nabi.

Dari kisah tersebut di atas, terdapat beberapa kecakapan emosional yang berhubungan dengan kecakapan membina hubungan dengan orang lain, yang dapat ditanamkan oleh orang tua dan guru kepada anak-anak antara lain:

---

<sup>25</sup>Ahmad Mustafa Al-Maraghi., *Tafsir Al-Maraghi*, Juz IV, (Beirut: Darul Fikr, tt.), hlm. 112.

<sup>26</sup>Depag R.I., *Op.Cit*, hlm.103.

- 1) Sebagai makhluk sosial, manusia tidak mungkin hidup sendirian tanpa adanya seorang kawan. Oleh karena itu, manusia harus menjalin hubungan dengan orang lain dan bekerja sama dengan orang lain.
- 2) Agar suatu perhubungan berjalan dengan positif, seseorang tidak boleh saling memaksakan kehendak dan kepentingan pribadi dan golongan di atas kepentingan orang lain.
- 3) Senantiasa mendahulukan jalan musyawarah dalam memecahkan permasalahan yang terjadi dalam suatu perhubungan.
- 4) Orang yang jujur, dapat dipercaya, dan mempunyai sifat-sifat yang baik lainnya, akan lebih mudah diterima keberadaannya dalam masyarakat dan mudah untuk mengadakan perhubungan yang positif dengan orang lain.
- 5) Orang yang baik adalah orang yang tidak mementingkan dirinya sendiri.
- 6) Menjadikan sifat-sifat yang baik sebagai alat untuk membina persahabatan yang positif.

Pada suatu hari, sewaktu pasukannya melapor, Sulaiman tidak melihat Hud-hud, lalu beliau mengancam akan menyembelih atau menyiksanya, kecuali jika Hud-hud datang dengan alasan yang dapat diterima atas keterlambatannya itu. Ketika Hud-hud datang, Sulaiman bertanya tentang ketidakhadirannya, lalu Hud-hud memberitahukan kepada beliau tentang sebuah kerajaan di Yaman, kerajaan terkaya dan terkuat yang diperintah oleh seorang wanita bernama Balqis, Ratu Saba'. Hud-hud melukiskan kemegahan dan kebesaran kerajaannya, dan menceritakan bahwa ia bersama kaumnya menyembah matahari, bukan menyembah Allah.

Ratu Balqis tidak tergesa-gesa membalas surat itu. Ia mengumpulkan tokoh-tokoh kerajaan, para menteri, penasehat negara dan para asistennya. Ia berkata: "Wahai para menteri dan pembesar kerajaan! Telah disampaikan kepada kami sepucuk surat yang mulia. Pengirimnya adalah Raja Sulaiman. Surat itu diawali dengan *bismillahirrahmanirrahim*. Isi surat itu ia menitahkan kita agar menghentikan pemujaan kepada matahari dan kita diharuskan menyembah Allah yang menjadi sesembahannya." Kemudian ia sadar bahwa Sulaiman itu benar-benar utusan Allah. Maka pada saat itu juga Ratu Balqis beriman kepada Allah sebagaimana diserukan oleh Nabi Sulaiman. Sambil menadahkan tangannya ke langit, ia berdoa, "Tuhanku! Hamba telah melakukan kesalahan karena telah memuja matahari. Sekarang hamba bertobat. Bersama Nabi Sulaiman, hamba serahkan diri hamba kepada Allah, Tuhan semesta alam."<sup>27</sup>

Dari kisah tentang Nabi Sulaiman dan Ratu Balqis, sebagaimana yang tercantum dalam Al-Qur'an surat An-Naml ayat 20-44 tersebut, kecakapan-kecakapan yang dapat ditanamkan kepada anak berkaitan dengan kemampuan membina hubungan dengan orang lain adalah perlunya prinsip musyawarah untuk mencapai mufakat dalam memecahkan suatu permasalahan dan menghormati pendapat orang lain. Hal ini ditunjukkan melalui sikap Ratu Balqis yang tidak mau tergesa-gesa dalam menyikapi surat dari Nabi Sulaiman dan tidak mengambil keputusannya sendiri tanpa

---

<sup>27</sup>Sayid Qutub, *Kisah-kisah Utama Para Nabi (Dalam Alquran)*, jilid-4, Terj. Mahyuddin Syaf, Sulita, Bandung, 1999, hlm. 36-47., Lihat juga dalam Prof. Muhammad Ali Ash-Shabuni, *Op.Cit*, hlm. 430-438. Juga dalam Ahmad Mushthafa Al-Maraghi, *Terjemah Tafsir Al-Maraghi*, Jilid-19, Terj. Hery Noer Aly, dkk), Toha Putra, Semarang, 1989, hlm.224-250.

mendiskusikannya dengan para pembantunya. Juga sikap Nabi Sulaiman ketika mau menyambut kedatangan Ratu Balqis, Beliau merundingkannya terlebih dahulu dengan para pengikutnya tentang upaya pemindahan singgasana Ratu Balqis ke istana Sulaiman.

## **2. Kaidah Penggunaan Kisah Al-Qur'an Untuk Menanamkan Kecerdasan Emosional pada Anak**

Dalam pelaksanaan pengajaran kisah, metode berkisah kerap dilakukan. Penggunaan kisah sebagai media untuk menanamkan kecerdasan emosional, tidak boleh dilakukan secara sembarangan. Seseorang yang mau berkisah harus memikirkan terlebih dahulu bagaimana anak-anak itu akan memberikan respons atau timbal balik yang positif terhadap kisah yang diceritakan. Untuk itu, penggunaan metode berkisah yang tepat kepada anak akan sangat membantu terhadap keberhasilan tujuan pengisahan tersebut. Di samping itu, juga akan menjadikan kisah itu lebih berkesan pada diri anak-anak.

Mengajarkan kisah umumnya dilakukan dengan cara anak mendengarkan, sedangkan pencerita mengisahkannya. Mendengarkan cerita memang menjadi kegemaran anak-anak. Namun untuk menjadi pencerita yang baik, dan agar kisah tersebut berkesan dalam diri anak-anak, seseorang itu hendaklah menggunakan suara, gerak dan mimik yang tepat. Selanjutnya, pencerita yang baik harus mempunyai kualitas-kualitas tertentu seperti mampu berimajinasi dengan baik dan menyesuaikan ceritanya dengan kondisi pendengar. Dengan kata lain, pencerita harus mampu membawa unsur-unsur dramatik untuk memberi kesan dalam penyampaian kisahnya. Kegiatan pengisahan seperti ini sangat disenangi anak dan memiliki banyak manfaat antara lain:

- a. Menumbuhkan jalinan yang akrab antara si pengisah dan anak dalam suasana yang menyenangkan.
- b. Meningkatkan daya imajinasi anak.
- c. melatih anak untuk menyimak dengan baik.

Selain mendengarkan kisah yang diceritakan, anak dapat pula menyimak bacaan nyaring orang tua (sebagai pengisah). Hendaknya orang tua membacakan cerita bagi anak-anak secara teratur. Apabila orang tua setiap hari setiap lima menit menjelang tidur-membacakan kisah, anak akan sangat menantikan saat itu. Bahkan, anak akan menagih janji dan menanyakan kapan akan berkisah lagi. Di samping itu, untuk menumbuhkan minat baca anak, dapat dilakukan dengan menyediakan buku-buku tentang kisah untuk mereka baca. Hal ini sebenarnya tidaklah sukar karena terbukti anak-anak senang membaca.

Menyaksikan film tentang kisah-kisah para nabi atau film dokumentasi tentang kehidupan para nabi seperti pada paket *Jejak Rasul* yang pernah ditayangkan oleh TV swasta (SCTV), merupakan kesempatan yang amat baik untuk dimanfaatkan sebagai cara efektif dalam pengajaran kisah. Di samping mendengarkan kisah, pada diri anak pun ada kesenangan bercerita atau berkisah. Dengan menghubungkan pengalaman pribadinya dengan pengalaman tokoh dalam kisah, anak akan lebih akrab dengan kisah tersebut. Akhirnya anak didorong pula untuk menulis hasil menyimak suatu kisah.<sup>28</sup>

## **E. Penutup**

Dari pembahasan yang telah dikemukakan sepanjang tulisan ini, ada beberapa hal yang perlu disimpulkan sebagai berikut:

---

<sup>28</sup>Nunu Achdiyat, *Op.Cit*, hlm. 114.

1. Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya secara inteligen, menjaga keselarasan antara emosi dan pikiran, dengan pengungkapannya melalui ketrampilan kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati dan membina hubungan dengan orang lain yang pada akhirnya akan membawanya untuk meraih kebahagiaan hidup. Jadi untuk menjadi seorang yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi, seseorang harus pula memiliki kemampuan yang tinggi berkaitan dengan kecakapan-kecakapan utama kecerdasan emosional yaitu; kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati dan kemampuan untuk membina hubungan dengan orang lain.
2. Secara umum kisah-kisah dalam Al-Qur'an dapat digunakan sebagai media untuk menumbuhkan kecerdasan emosional pada anak. Namun demikian, dalam penggunaannya, sebaiknya pemilihan kisah-kisah yang akan diceritakan itu, disesuaikan dengan ranah masing-masing kecakapan kecerdasan emosional yang akan ditumbuhkan pada anak.
3. Kisah-kisah dalam Al-Qur'an merupakan media yang sangat potensial untuk menumbuhkan kecerdasan emosional pada anak. Hal ini karena adanya hubungan yang erat antara cerita dan emosi, dan secara psikologis, anak-anak sangat menyukai cerita atau kisah baik yang mereka dengar dari seseorang maupun yang mereka tonton secara langsung melalui televisi. Kesan dari kisah-kisah dalam Al-Qur'an juga memiliki kekuatan yang besar untuk mempengaruhi perilaku anak-anak. Di samping itu, dengan diajarkannya kisah-kisah dalam Al-Qur'an kepada anak-anak, mereka tidak saja diperkenalkan dengan para tokoh dan nabi dalam Al-Qur'an, tetapi mereka juga dapat mengambil pelajaran dan hikmah dari perilaku dan kisah para tokoh tersebut.
4. Mengajarkan kisah sebagai media untuk menanamkan kecerdasan emosional pada anak dapat dilakukan dengan cara menceritakannya secara langsung, ataupun membacakannya dengan suara yang keras, serta dapat pula dilakukan dengan aktivitas dramatik. Namun demikian, dalam penggunaannya tidak boleh dilakukan secara sembarangan. Dengan kata lain, penggunaan cerita harus harus dilakukan secara tepat agar tujuan dari pengisahan tersebut bisa terwujud dan kisah menjadi lebih berkesan serta mendapat respon / timbal balik dari anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahim, Muhammad. (Tt). *Mu'jizatu Wa 'Aja'ibu Min Al-Qur'anil Karim*. Beirut: Darul Fikr.
- Achdiat, Nunu. (1998). *Seni Berkisah: Memandu Anak Memahami Al-Qur'an*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Al-Hasyimi, Abdul Hamid. (2001). *Mendidik Ala Rasulullah*. Terj. Ibn Ibrahim. Jakarta: Pustaka Azzam.

- Al-Khalidy, Shalah. (1999). *Kisah-kisah Al Qur'an Pelajaran dari Orang-orang Dahulu*. Jilid 1. Terj. Setiawan Budi Utomo. Jakarta: Gema Insani Press.
- Al-Maraghi, Ahmad Mustafa. (Tt). *Tafsir Al-Maraghi*. Juz IV. Beirut: Darul Fikr.
- \_\_\_\_\_. (1989). *Terjemah Tafsir Al-Maraghi*. Jilid-19. Terj. Hery Noer Aly, dkk. Semarang: Toha Putra.
- Al-Muhdhar, Yunus Ali. (1992). *Kehidupan Nabi Muhammad Saw dan Amirul Mukminin Ali Bin Abi Thalib R.A*. Semarang: Asy-Syifa'.
- Al-Qaththan, Manna'. (1996). *Mabahits fi 'Ulumil Qur'an*. Beirut: Muassasah Ar-Risalah.
- An-Nahlawi, Abdurrahman. (Tt). *Ushulu- Tarbiyatil Islamiyyati Wa Asaalibiha fil-Baiti wal-Madrasati wal-Mujtama'i*. Beirut: Darul Fikr.
- Ash-Shabuni, Ali. Muhammad. (1994). *Kisah-kisah Nabi dan Masalah Kenabiannya*. Terj. Muslih Shabir. Semarang: Cahaya Indah.
- Berne, H. Patricia dan Louis M. Sarvary. (1998). *Membangun Harga Diri Anak*. Terj. YB. Tugiyarso. Jakarta: Kanisius.
- Cherniss, Cary. *Emotional Intelligence: What It is and Why It Matters*. (paper). (2000). [http://www.eiconsortium.org/research/what\\_is\\_emotional\\_intelligence.htm](http://www.eiconsortium.org/research/what_is_emotional_intelligence.htm). (Diakses pada 31 Desember 2000).
- \_\_\_\_\_, dan Daniel Goleman, *An EI-Based Theory of Performance*, [http://www.eiconsortium.org/research/ei\\_theory\\_performance.htm](http://www.eiconsortium.org/research/ei_theory_performance.htm). (Diakses pada 2 April 2001).
- Depag RI. (1994). *Al-Qur'an dan Terjemahnya*. Semarang: Kumudasmoro Grafindo.
- Duski, Nawawi. (Tt). *Anekdote Kehidupan Rasulullah SAW*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Ellison, Sheila dan Barbara Ann Barnett. (1996). *365 Ways to Help Your Children Grow*, Source books Inc, Illionis.
- Goleman, Daniel. (2000). *Kecerdasan Emosional*. Terj. T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_. (2000). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Terj. Alex Tri Kantjono Widodo. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- \_\_\_\_\_. *Emotional Competence Framework*, [http://www.eiconsortium.org/research/emotional\\_competence\\_framework.htm](http://www.eiconsortium.org/research/emotional_competence_framework.htm). (Diakses pada 2 April 2023).

- Gottman, John. dan Joan DeClaire. (1998). *Kiat-Kiat Membesarkan Anak Yang Memiliki Kecerdasan Emosional*. Terj. T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hanafi, A. (1984). *Segi-segi Kesusastraan Pada Kisah-Kisah Al-Qur'an*. Jakarta: Pustaka Alhusna.
- Handayu, T. (2001). *Memaknai Cerita Mengasah Jiwa; Panduan Menanamkan Nilai Moral pada Anak Melalui Cerita*. Solo: Era Intermedia.
- Hasan, Muhammad Kamil. (Tt). *Al-Qur'an wal Qishatu Al-Haditsah*. Beirut: Darul Buhuts Al-Ilmiah.
- Hasjim, Nafron. (1993). *Kisassu L-Anbiya: Karya Sastra yang Bertolak dari Qur'an Serta Teks Kisah Nabi Ibrahim dan Musa*. Jakarta: Intermasa.
- Heartskill™. *EQ Definitions*, <http://www.heartskills.com/eq/eq-definitions.html>. (Diakses pada Maret 2023).
- Hein, Steve. (1996). *EQ for Everybody; A Practical Guide to Emotional Intelligence*. Florida: Aristotle Press.
- \_\_\_\_\_. *Awareness*, <http://www.eqi.org/aware.htm>. (Diakses pada 7 Februari 2023).
- Jamal, Ahmad Muhammad. (Tt). *Koreksi Al-Qur'an Terhadap Ummat*. Terj. Jamaluddin Kafie. Jakarta: Media Da'wah.
- Kecerdasan Emosional*. [http://hokurikumol.twoglobe.com/kecerdasan\\_emosional.html](http://hokurikumol.twoglobe.com/kecerdasan_emosional.html). (Diakses pada 23 Agustus 2023).
- Kisah Siti Hajar*, <http://islam-i.virtualave.net/kisah/viewnews.cgi?id=984265950>, (Diakses 22 januari 2023).
- Mahmud, M. Dimiyati. (1990). *Psikologi Suatu Pengantar*. Yogyakarta: BPFE.
- Majalah Suara Hidayatullah, *Ragam Kecerdasan Yang Luas*, <http://www.hidayatullah.com/2001/08/tarbiyah2.shtml>. (Diakses pada September 2023).
- Mayer, John D., et al., *Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence*. Ablex Publishing Corporation. 1999. <http://www.eqi.org>. (Diakses pada 2 April 2023).
- Qalyubi, Syihabuddin. (1997). *Stilistika Al-Qur'an; Pengantar Orientasi Studi Al-Qur'an*. Yogyakarta: Titian Ilahi Press.
- Qordhowi, Yusuf. (1996). *Al-qur'an Menyuruh Kita Sabar*. Terj. .A. Aziz Salim Basyarahil. Jakarta: Gema Insani Press.

- Qutub, Sayid. (1999). *Kisah-kisah Utama Para Nabi (Dalam Al-Qur'an)*. Jilid-1, 2 dan 4. Terj. Muhyiddin Syaf. Bandung: Sulita.
- Rakhmat, Jalaluddin. *Sabar; Kunci Kecerdasan Emosional*, Al-Tanwir, 140, 25 Mei, 1999, <http://www.muthahhari.or.id/sabar.htm>. (Diakses pada 2 April 2023).
- Secapramana, L. Verina H. *Kecerdasan Emosional*, [http://www.secapramana tripod com](http://www.secapramana.tripod.com). (Diakses pada 31 September 2023).
- Shapiro, E. Lawrence. (1997). *Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak*. Terj. Alex Tri Kantjono. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Shipley, Joseph T. ed. (1962). *Dictionary of World Literature, Littlefield*. Adams & CO. New Jersey.
- Staff IQEQ., *Kecerdasan Emosional*, <http://www.iqqeq.web.id/art/art01.shtml>, (Diakses pada 25 April 2023).
- Syadali, Ahmad. (1997). *Ulumul Qur'an II*. Bandung: Pustaka Setia.
- Webster. (1974). *Grolier Webster International Dictionary of the English Language*. New York: Grolier Incorporated.
- Wolman, B. Benjamin. (1973). *Dictionary of Behavioral Science*, Litton Educational Publishing Inc. New York.