

BAB IV PEMBAHASAN

A. Gambaran Obyek Penelitian

1. Biografi Penulis

Nazrul Anwar adalah seorang penulis yang biasa menulis hal-hal sederhana yang terinspirasi dari keseharian. Baik seputar pernikahan, rumah tangga, parenting, motivasi, atau hal-hal lainnya. Baik dari pengalaman pribadi, ataupun pengalaman orang lain. Pada awalnya, tulisan-tulisan Nazrul Anwar dipublikasikan melalui media sosial berupa facebook. Setelah mendapatkan banyak respon positif dari pembacanya, dari sekedar *like*, *comment*, *share*, sampai ada pembaca yang meminta agar tulisan-tulisannya dikumpulkan dan dibukukan, akhirnya pada tahun 2013 Nazrul Anwar mulai membuat buku.¹

Nazrul Anwar lahir di Cilegon, pada tanggal 5 Desember tahun 1986.² Nazrul Anwar adalah seorang penulis yang memulai pendidikannya di SDN Jerang Ilir Cilegon, tepatnya berada di Jalan Cikerai No. 01 Karangasem, Kecamatan Cibeber, Kota Cilegon, Provinsi Banten. Setelah menyelesaikan pendidikan di SDN Jerang Ilir, Nazrul Anwar melanjutkan pendidikannya di SMP N 7 Cilegon yang bertempat di Jalan Cendrawasih Blok H, RT 009 RW 005, Bendungan, Kecamatan Cilegon, Kota Cilegon, Provinsi Banten. Setelah tiga tahun menyelesaikan pendidikan di SMP N 7 Cilegon, Nazrul Anwar melanjutkan pendidikannya di kota yang berbeda, yaitu di Kota Serang. Tepatnya adalah di SMA N 1 Serang yang sekarang berubah nama menjadi SMA N 1 Kota Serang. SMA N 1 Serang atau sekarang dikenal dengan nama SMA N 1 Kota Serang bertempat di Jalan A. Yani No. 39 RT 2 RW 5, Cimuncang, Kecamatan Serang, Kota Serang, Provinsi Banten. Pendidikan Nazrul Anwar tidak berhenti pada jenjang SMA, ia tetap melanjutkan pendidikannya sampai jenjang perguruan tinggi. Setelah lulus dari SMA N 1 Serang, Nazrul Anwar melanjutkan pendidikannya di Institut Pertanian Bogor (IPB) dengan memilih ilmu ekonomi sebagai program studi yang diminatinya.³

¹Nazrul Anwar, *Genap 3: Aku Ada Untuk Kamu*, (Bogor: Adnara Self Publishing, 2019).

²Nazrul Anwar, Wawancara Penulis, 17-18 Februari, 2021.

³Nazrul Anwar, Wawancara Penulis, 4-5 Oktober, 2021.

Sejak tahun 2011, Nazrul Anwar mulai menyibukkan diri sebagai Manajer Rumah Kepemimpinan (RK) Bogor. Namun, pada awal tahun 2016 sampai sekarang, Nazrul Anwar disibukkan sebagai seorang penulis dan seorang interpreneur.⁴ Ayah dari Karel Sulthan Adnara dan Alea Sofi Hafidzha juga sering berbagi cerita dan membuka sesi *sharing* atau konsultasi di akun media sosialnya.⁵ Adapun akun facebook Nazrul Anwar adalah nazrulanwar.books, akun instagramnya adalah @nazrulanwar.books, dan alamat emailnya adalah nazrulanwar.books@gmail.com.⁶

Nazrul Anwar memulai menulis buku sejak tahun 2013, dan mulai diterbitkan pada tahun 2014. Adapun karya-karyanya sebagai berikut:

- a. *Letters To Karel*, diterbitkan pada tahun 2014.
- b. *Genap: Ketika Aku dan Kamu menjadi Kita*, diterbitkan pada tahun 2015. *Menata Hati*, diterbitkan pada tahun 2016.
- c. *Genap 2: Aku Memilih Kamu*, diterbitkan pada tahun 2017.
- d. *Genap 3: Aku Ada untuk Kamu*, diterbitkan pada tahun 2019.

Semua buku dari Nazrul Anwar sampai saat ini masih diterbitkan secara *self publishing* dan dipasarkan secara online di media sosial dan beberapa *e-commerce*. Jadi tidak diperjualbelikan di toko buku.⁷

2. Gambaran Umum Buku *Letters To Karel*

Buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar adalah kumpulan surat-surat yang ditulis oleh ayah dari anak yang bernama Karel Sulthan Adnara untuk mengenalkan sosok ibu yang melahirkan anaknya. Buku *Letters To Karel* ini menggambarkan kisah nyata pengorbanan dan perjuangan seorang ibu yang melahirkan anaknya hingga merengang nyawa, dan perjuangan seorang ayah yang membesarkan anaknya tanpa seorang ibu, serta sungguh indahna rencana dan kuasa Tuhan di balik semua cobaan yang datang.

⁴Nazrul Anwar, Wawancara Penulis, 4-5 Oktober, 2021.

⁵Nazrul Anwar, *Genap: Ketika Aku Dan Kamu Menjadi Kita*, (Bogor: Adnara Self Publishing, 2015).

⁶Nazrul Anwar, *Letters To Karel*.

⁷Nazrul Anwar, *Genap 2: Aku Memilih Kamu*, (Bogor: Adnara Self Publishing, 2017).

Buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar mengisahkan perjuangan seorang ibu yang disebut dengan ummi dalam melahirkan anaknya yang bernama Karel Sulthan Adnara. Seorang ummi yang rela kehilangan nyawanya demi kelahiran seorang anak yang sudah dinantikan oleh keluarganya. Semasa kehamilannya, ummi selalu menjaga calon buah hatinya agar bisa lahir dengan selamat dan dengan keadaan yang sehat. Ummi selalu menjaga perkataannya dan mengajak bicara calon buah hati yang ada di dalam rahimnya. Selain itu, ummi juga selalu berhati-hati dalam perbuatannya. Karena ummi tidak ingin jika anaknya beranjak dewasa, ia berbicara dan berbuat apa yang dilarang oleh agama.

Namun, takdir berkata lain. Di saat semua orang bahagia dengan lahirnya seorang anak laki-laki yang diberi nama Karel Sulthan Adnara, ada seorang ibu yang menyembunyikan rasa sakitnya setelah melahirkan. Namun, rasa sakit itu bisa ummi tutupi dengan rasa syukur dan bahagianya karena berhasil melahirkan seorang anak laki-laki dengan keadaan sehat. Ternyata Allah berencana lain, ummi tidak bisa bertemu, melihat, membesarkan bahkan membimbing anaknya lebih lama lagi. Hanya dengan waktu 30 menit, ummi bisa bertemu dan melihat anak yang baru dilahirkannya. Tidak lama setelah itu Allah mengambil ummi, Allah lebih mencintai ummi.

Setelah kepergian ummi, abi Karel yang bernama Nazrul Anwar membesarkan dan membimbing serta mendidik Karel sendiri dengan bantuan nenek dan kakek Karel atau orang tua dari Nazrul Anwar yang berada di Cilegon. Meskipun sebelum sepeninggalnya ummi, tepatnya sebelum ummi menikah dengan abi, ummi mengajukan syarat kepada abi, yaitu tidak boleh menikah lagi, kecuali dengan tiga kondisi. Tiga kondisi tersebut yang pertama adalah jika ummi tidak bisa menjadi istri yang baik. Kedua, jika ummi tidak bisa memberikan keturunan. Dan yang ketiga adalah jika ummi meninggal terlebih dahulu. Namun, abi tetap pada pilihannya, yaitu ia tetap ingin membesarkan karel sendiri dan belum berpikir dan belum ingin untuk menikah lagi. Abi hanya ingin fokus pada perkembangan Karel.

Selama kurang lebih enam bulan sampai Karel lulus ASI eksklusif 6 bulan, abi berjuang sendiri membesarkan karel tanpa seorang istri. Mulai perjuangannya mencari pendonor ASI, menyeleksi pendonor ASI yang awalnya 40 pendonor menjadi 13 pendonor. Kemudian perjuangan memperoleh ASIP

yang benar-benar memiliki kualitas yang baik. Pernah suatu ketika, saat musim hujan. Bogor hujan sepanjang hari, Jakarta banjir, macet dimana-mana, butuh waktu lama untuk membawa ASIP dari Bogor ke Cilegon dengan mobil atau bus. Bukan abi yang tak sabar, namun ASIP yang tak sabar. ASIP akan cair jika terlalu lama di perjalanan meskipun sudah disimpan di *cooler box*. Akhirnya abi menggunakan motor untuk membawa ASIP dari Bogor ke Cilegon. Di pertengahan jalan, tiba-tiba ban motor yang abi kendarai meletus, motor abi *oleng* dan motor terlempar ke pinggir jalan. Untungnya jalanan sepi, dan Maha Baiknya Allah, Allah masih memberi kesempatan abi untuk merawat dan membesarkan anaknya lebih lama lagi.

Sebaik apapun abi berjuang untuk menjadi ayah yang baik, semaksimal apapun pengorbanan abi yang ia lakukan, pada hakikatnya memang seorang ayah tidak akan pernah bisa menggantikan peran seorang ibu. Sedangkan seorang anak harus tumbuh dan berkembang dengan baik, ia harus mendapatkan kasih sayang keluarga dengan sepenuhnya. Dan untuk itu semua, kita membutuhkan seorang ibu. Siapapun dia yang akan menggantikan ummi nanti, haruslah seseorang yang bisa menerima kita dengan apa adanya. Dengan penerimaan tanpa beban.

Buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar mengandung kisah-kisah inspiratif yang bisa kita teladani. Selain itu, buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar juga banyak mengandung nilai-nilai pendidikan yang bisa kita ambil sebagai pelajaran, khususnya pelajaran dalam kehidupan.

Sinopsis dari buku *Letters To Karel* dituliskan bahwa jika kamu (Karel) membaca surat-surat ini kelak, entah di bilangan berapa usiamu menginjak, surat ini hanyalah satu cara abi untuk mengenalkan ummi kamu, Karel. Bukan karena ummi perempuan terbaik, masih banyak jutaan perempuan di luar sana yang jauh lebih baik daripada ummi. Tapi agar kamu bisa selalu berbakti kepadanya, sayang. Walaupun tidak bisa secara langsung, setidaknya dengan meneladani kebaikan-kebaikannya, dengan berusaha sebisa mungkin untuk menjadi anak yang baik lagi sholeh. Karena tidak ada cara terbaik untuk membalas kebaikan orang tua, selain dengan menjadi anak yang sholeh/sholehah. Karena anak yang sholeh/sholehah akan selalu menjadi investasi orang tua sampai di akhirat nanti.⁸

⁸Nazrul Anwar, *Letters To Karel*.

B. Deskripsi Data Penelitian

1. Nilai-nilai *Emotional Quotient* dalam Buku *Letters To Karel* Karya Nazrul Anwar

Emotional Quotient menurut Nazrul Anwar adalah suatu skill yang penting untuk mengelola dan mengendalikan perasaan.⁹ Dalam karyanya yang berjudul “Genap 3: Aku Ada untuk Kamu”, diterbitkan pada tahun 2019 dituliskan bahwa, dalam *Emotional Quotient* juga terdapat istilah *emotional hijacking* atau biasa disebut dengan istilah pembajakan emosi. Atau dalam bukunya yang berjudul *Emotional Intelligence*, Daniel Goleman menyebutnya dengan pembajakan *amygdala*. *Amygdala* adalah bagian dari otak yang bekerja dalam melakukan pengolahan dan ingatan terhadap reaksi emosi.

Secara sederhananya, informasi yang ditangkap oleh panca indra akan disalurkan ke otak melalui dua saluran, yaitu ke bagian pengatur emosi (*amygdala*) dan bagian berpikir (*neocortex*). Proses penyampaian informasi ke *amygdala* berlangsung lebih cepat dari pada proses penyampaian informasi ke *neocortex*. Ketika kita merasakan emosi yang sangat kuat, *amygdala* akan segera mengambil alih otak kita dan mengambil tindakan tanpa berpikir lagi (refleks). *Neocortex* tidak sempat bekerja dan kita tidak bisa menilai informasi dengan rasional. Proses inilah yang disebut dengan istilah pembajakan *amygdala* (*emotional hijacking*).

Misalnya, saat tangan kita tidak sengaja terkena air panas, tangan kita akan refleks menjauh dari sumber panas tersebut. Atau misalnya ada ular berbisa mendekat ke arah kita, kita refleks berlari menjauhinya. Untuk hal-hal tertentu *emotional hijacking* sangat bermanfaat untuk keselamatan kita. Namun untuk beberapa hal juga berdampak negatif. Misalnya orangtua marah, refleks memukul anaknya. Suami istri yang saling bentak-membentak yang akhirnya hanya akan menimbulkan penyesalan, karena dilakukan tanpa berpikir panjang, dan tanpa memikirkan akibatnya.¹⁰

Pengendalian diri termasuk hal yang sangat penting dalam mengontrol emosi. Diam sejenak saat emosi memuncak juga merupakan salah satu cara untuk meredakan emosi yang telah memuncak. Diam sejenak saat emosi juga bertujuan untuk menahan *amygdala* yang menyerang, dan membiarkan

⁹Nazrul Anwar, Wawancara Penulis, 17-18 Februari, 2021.

¹⁰Nazrul Anwar, *Genap 3: Aku Ada Untuk Kamu*, 66-69.

neocortex melakukan tugasnya untuk berpikir dan menimbang efek buruk dari apa yang dilakukan dan dikatakan saat emosi.

Dalam penelitian ini, peneliti membahas *Emotional Quotient* dalam buku *Letters To Karel* yang digolongkan dalam lima wilayah kecerdasan emosional. Lima wilayah kecerdasan emosional tersebut adalah:

a. Kesadaran diri

Kesadaran diri dalam buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar dapat dilihat dari beberapa kutipan kalimat berikut ini:

“Apakah ummi tidak menangis atas kepergian oma kamu? dia tetap menangis, sayang. Sebagaimana manusia pada umumnya. Tapi tidak berlama-lama.”¹¹

“Lagi pula, tak sepatasnya kita berlarut-larut dalam kesedihan, padahal ummi sudah berbahagia untuk selamanya di alam sana. Tentu kita tidak akan membalas segala kebaikan dan pengorbanan ummi dengan kesedihan dan keterpurukan, Karel. Kita akan membalasnya dengan kebahagiaan dan kebanggaan.”¹²

“Pernah suatu ketika, selesai sholat dzuhur di mushola yang lumayan jauh dari rumah, abi diundang untuk menghadiri syukuran tetangga samping mushola, abi tak membawa hp waktu itu. Dan tak sempat pulang untuk memberitahu ummi. Acaranya hampir satu jam. Kamu tahu apa yang terjadi, sayang? Ummi menjemput abi ke mushola sambil menangis, khawatir sekali karena sepengetahuan ummi, abi pergi untuk sholat, dan biasanya tidak selama itu.”¹³

“Abi pernah kesal sekali dengan ummi kamu, Karel. Pagi itu, ummi kerja di rumah, memang sedang punya banyak PR dari kantor. Abi tak pernah mempermasalahkan kalau ummi harus bekerja, sayang. Kami sudah menyepakatinya jauh-jauh hari.

¹¹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 8.

¹²Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 39.

¹³Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 22.

Sederhana saja kesepakatannya, itu juga ummi yang mengusulkannya. Pekerjaan ummi jangan sampai mendzolimi keluarga. Apapun jenis pekerjaannya, keluarga harus tetap menjadi prioritas. Tapi pagi itu, banyak sekali pekerjaan rumah tangga bagiannya ummi yang belum beres dari hari-hari sebelumnya.”¹⁴

Semua kalimat di atas menunjukkan wilayah kesadaran diri, dimana adanya ungkapan rasa yaitu sedih, khawatir, kesal, ataupun menyesal dari diri seseorang terhadap apa yang sedang dihadapi dan dialami.

b. Mengelola emosi

Pengelolaan emosi dalam buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar dapat dilihat dari beberapa kutipan kalimat dibawah ini:

“Jika ummi marah atas sikap abi yang sudah keterlaluan, ummi tidak pernah melampiaskan kemarahannya dengan suara, sayang. Dengan berkata yang tidak-tidak. Ummi lebih memilih menangis atau mendiamkan abi. Dan pasti sudah meminta maaf terlebih dulu dalam waktu kurang dari 24 jam.”¹⁵

“Sejak kamu ada di perutnya, ummi selalu berhati-hati dalam bicara, sholeh. Jarang sekali ummi mengeluh tentang kamu yang ada di perutnya. Padahal kamu sering merepotkan ummi. Bikin ummi serba salah. Tapi ummi tidak pernah mengeluh atas kamu, sholeh. Jika kamu menendang-nendang perut ummi sampai ummi melilit kesakitan, ummi hanya menyemangati kamu. Ummi tidak pernah sekalipun memarahi kamu, sholeh. Apalagi mengeluarkan kata-kata negatif untuk kamu.”¹⁶

Kalimat di atas menunjukkan wilayah mengelola emosi, yaitu pengelolaan emosi ummi saat marah. Hal tersebut menunjukkan pengelolaan emosi yaitu mengatasi amarah.

¹⁴Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 68-69.

¹⁵Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 21.

¹⁶Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 91-92.

c. Memotivasi diri

Memotivasi diri dalam buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar dapat dilihat pada beberapa kutipan kalimat berikut ini:

“*So, it’s okey, Baby.* Apapun kondisi kita sekarang, apapun kehendak Allah atas kehidupan kita, kita akan berusaha untuk menerimanya seikhlas mungkin. Walaupun kita harus tertatih-tatih untuk menjalaninya. Karena hanya dengan menerima dan mengikhlaskan, hati kita akan jauh lebih tenang”.¹⁷

“*Well,* keputusan penting dalam kehidupan kita memang terkadang sangat sulit. Tapi percayalah, selalu ada keajaiban untuk orang-orang yang sabar, Karel. Dan kita akan menemukannya. Selalu ada hal-hal luar biasa bagi orang-orang yang menerima kehendak Allah, sayang.”.¹⁸

“Nah Karel, sekali lagi percaya dan yakinlah selalu, Allah akan selalu baik dengan kehidupan kita. Karena Allah tidak pernah menetapkan sesuatu dengan kesia-siaan. Selalu ada manfaatnya, selalu ada hikmahnya. Kita saja yang suka menyia-nyiakan kesempatan itu. Jika kita diberi ujian, atau ketetapan yang rasanya menyakitkan, Allah hanya ingin kita lebih mendekat lagi, Allah ingin agar kita jauh lebih kuat. Dan akan selalu ada kebaikan Allah dalam kehidupan kita, sayang. Karena sebenarnya, hidup itu sendiri adalah kebaikan dariNya”.¹⁹

“Nah Karel, abi ingin kamu tahu dan mengerti potongan cerita tadi, ummi juga punya pilihan untuk menyerah atas kondisinya, sayang. Menjadikan keterbatasan atas apa yang dialaminya (katakanlah kekurangan kasih sayang) sebagai pembenaran untuk menyerah, mengeluh atau melakukan hal negatif seperti kebanyakan anak yang kekurangan kasih sayang. Tapi ummi tidak memilihnya, sholeh. Walaupun itu mudah. Ummi memilih untuk tetap

¹⁷Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 66.

¹⁸Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 100.

¹⁹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 110.

berjuang, dengan segala keterbatasan yang ada, dengan segala kesempatan yang dimiliki. Bahkan orang yang disayanginya itu sudah tiada. Jangan pernah menyerah, Karel”.²⁰

Kalimat di atas menunjukkan wilayah memotivasi diri, yaitu *positif thinkingnya* seorang abi dalam menerima segala ketetapan yang diberikan Allah kepadanya, serta optimisnya seorang ummi dalam menghadapi segala ujian dan cobaan yang datang.

d. Mampu berempati

Mampu berempati dalam buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar dapat dilihat dari beberapa kutipan kalimat dibawah ini:

“Pernah beberapa kali kamu menangis lapar, tapi ASI belum tersedia karena masih dingin atau masih dihangatkan. *And you know what, Karel?* Pada saat itu, jika saja keajaiban itu boleh diminta, abi akan langsung minta agar puting abi mengeluarkan ASA, Air Susu Ayah. Agar kamu tak perlu menangis lebih lama lagi.”²¹

“Atau ketika tiba-tiba sepulang kantor, ummi memborong banyak sekali pisang, hanya karena kasihan terhadap penjualnya yang sedari pagi tidak ada yang membeli dagangannya.”²²

“Atau di suatu sore yang melelahkan, ketika dengan sangat khawatir ummi bercerita tentang teman-temannya yang belum mendapatkan pekerjaan yang jelas, dan meminta bantuan abi untuk sama-sama mencarikan informasi dan pekerjaan yang sekiranya cocok untuk mereka”.²³

“Suatu ketika ummi pernah bercerita tentang salah seorang temannya yang menyebalkan, yang seringkali merepotkan, tidak mau peduli dengan teman-teman yang lainnya. Kamu tahu apa yang

²⁰Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 142.

²¹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 33.

²²Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 3.

²³Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 3.

ummi bilang, sholeh? Ummi tak terlalu mempermasalahkan seberapa menyebalkan temannya itu, seberapa sering temannya itu merepotkannya, ummi hanya merasa kasihan dengan temannya itu, dan meminta masukan abi bagaimana ummi harus bersikap agar temannya berubah jadi lebih baik lagi.”²⁴

Kalimat di atas mengandung wilayah mampu berempati. Dimana, sikap abi yang begitu kasihan kepada anaknya yang harus menahan lapar karena ASI belum siap untuk diminum, serta sikap ummi yang kasihan kepada temannya maupun pedagang pisang.

e. Membina hubungan

Membina hubungan dalam buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar dapat dilihat dalam beberapa kutipan kalimat berikut ini:

“Tentu abi tidak akan meninggalkanmu sendirian waktu itu, sayang. Abi memilih menggendong kamu. Entahlah, setelah abi gagal mendiamkanmu dengan prosedur seperti biasa, dan kamu menangis lebih lama dari biasanya. Ada perasaan tertentu yang tiba-tiba muncul, dan abi sulit sekali menjelaskannya. Gambarannya, kamu menangis dalam gendongan abi, abi coba mendiamkan kamu dengan menghibur dan mengayun pelan lengan abi agar kamu nyaman, tapi tak berpengaruh. Kamu malah menangis semakin kencang. Lalu abi meminta kamu berhenti menangis sambil memalingkan muka. Enggak mungkin abi bilang jangan nangis, tapi air mata abi menetes di baju kamu, bukan? Abi akan selalu berusaha untuk jadi ayah yang baikbuat kamu, Karel. Tapi maaf, abi tidak pernah bisa jadi ibu yang baik”²⁵.

“Awalnya, ummi kurang merasakan kasih sayang oma. *But, you know what Baby*. Ummi tidak pernah menyerah. Ummi selalu menyayangi oma. Ummi selalu berbakti. Ummi selalu nurut, ummi selalu

²⁴Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 87.

²⁵Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 102-103.

ingin membahagiakan oma, setidaksuka apapun ummi dengan cara oma dalam membesarkannya. Bahkan syarat utama saat abi berencana menikahi ummi adalah oma harus ridho dan setuju. Ummi hanya mau menikah dengan laki-laki yang disetujui dan diridhoi oma. Sebelum menikah, ummi malah lebih banyak mengkondisikan abi untuk menerima oma dengan segala kekurangannya, daripada menerima ummi dengan segala kekurangannya. Memastikan agar abi dan keluarga besar abi benar-benar bisa menerima kondisi dan keterbatasan oma waktu itu.²⁶

Pada kutipan di atas mengandung wilayah membina hubungan yaitu ungkapan ekspresi serta penalaran ekspresi. Ungkapan ekspresi tersebut ditunjukkan oleh anaknya yang menangis, kemudian menularkan ekspresi kepada abinya yang ikutan meneteskan air mata. Selain itu dalam kutipan di atas juga menunjukkan bagaimana seorang anak memperbaiki hubungannya dengan ibunya.

2. Relevansi Nilai-nilai Emotional Quotient yang terdapat dalam Buku *Letters To Karel* Karya Nazrul Anwar dengan Pendidikan Agama Islam

Kecerdasan intelektual dipandang oleh kebanyakan orang sebagai alat ukur untuk menilai maupun menentukan keberhasilan dan kesuksesan seseorang. Namun, setelah diteliti bahwa setinggi-tingginya kecerdasan intelektual (IQ) hanya bisa menyumbang sekitar 20% bagi kesuksesan hidup.²⁷ Banyak fakta dan realita yang menunjukkan bahwa seseorang bisa saja memiliki kecerdasan intelektual (IQ) yang tinggi, tetapi melakukan hal yang tidak rasional. Oleh karena itu, tidak cukup jika hanya mengutamakan atau mengunggulkan IQ dan kecerdasan spiritual (SQ) saja untuk mengukur seseorang dalam meraih kesuksesan dunia maupun akhirat. Kecerdasan

²⁶Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 140.

²⁷Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, terj. T Hermaya (Jakarta: PT Gramedia Pustaka, 1999), 44.

emosional (EQ) juga diperlukan guna menjadi penyeimbang dalam menghadapi persoalan hidup yang semakin kompleks.²⁸

Penelitian tentang kecerdasan emosional (EQ) juga telah menunjukkan bahwa EQ yang tinggi akan mencegah timbulnya perilaku yang kurang baik, dan meningkatnya EQ juga dapat membantu dalam mengurangi perilaku buruk yang muncul. Pengembangan kecerdasan emosional (EQ) sejak dini juga dapat memberikan bekal yang baik untuk masa dewasanya.²⁹

Di zaman serba teknologi sekarang, sebagaimana yang telah kita ketahui dan lihat bersama bahwa dunia pendidikan khususnya pendidikan formal masih menjadi sorotan masyarakat mengenai sikap yang kurang terpuji dari sejumlah pelajar lulusan pendidikan. Masyarakat sering memberikan kritikan mengenai masih adanya anggota pelajar yang sering terlibat dalam berbagai aksi kriminal, kasus pencurian, bahkan sampai pada penyimpangan seksual. Penyebab dari tindakan-tindakan tersebut diantaranya adalah adanya pendidikan yang hanya menfokuskan dan mengutamakan pada aspek kognitif (kecerdasan intelektual) dan mengesampingkan aspek afektif maupun psikomotorik.

Penggunaan dan pemanfaatan media dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan minat serta memotivasi siswa. Sebagaimana buku-buku bacaan lainnya, buku yang mengandung kisah-kisah inspiratif seseorang juga dapat dijadikan sebagai media pembelajaran. Sebagaimana yang dituliskan oleh Nasruddin Hasibuan dalam jurnalnya yang berjudul “Implementasi Media Pembelajaran dalam Pendidikan Agama Islam”, penggunaan media juga berfungsi untuk menarik perhatian peserta didik, menghilangkan kebosanan peserta didik saat belajar, serta meningkatkan semangat dan memotivasi peserta didik untuk lebih giat dalam belajar.³⁰

Buku yang berjudul *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar merupakan salah satu buku yang mengandung kisah-kisah inspiratif dalam kehidupan. Buku *Letters To Karel* tersebut juga dapat difungsikan sebagai media pembelajaran. Dalam

²⁸Lili Khoirunnisa, “Hubungan Antara Kebiasaan Membaca Asmaul Husna dengan Kecerdasan Emosional Siswa Kelas Xi Madrasah Aliyah Nurul Ummah Yogyakarta” (Skripsi, UIN Sunan Kalijaga, 2016), 25-26.

²⁹Steven J Enstein dan Howard E, *Ledakan EQ 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*, 24.

³⁰Nasruddin Hasibuan, “Implementasi Media Pembelajaran dalam Pendidikan Agama Islam”, *Jurnal Darul Ilmi*, no. 01 (2016): 26-27.

buku *Letters To Karel* juga mengandung kisah nyata pengorbanan dan perjuangan seorang ibu yang melahirkan anaknya hingga merengang nyawa, perjuangan seorang ayah yang membesarkan bayinya tanpa seorang ibu, serta betapa indahny rencana Tuhan dibalik cobaan dan ujian yang datang.

Buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar mengandung isi yang dapat dimanfaatkan dalam proses pembelajaran, baik dalam buku tersebut maupun metode yang digunakan dalam proses pendidikan keluarga serta proses pendidikan masyarakat. Buku *Letters To Karel* ini merupakan buku inspiratif yang mengangkat kisah nyata dalam kehidupan, sehingga mudah diterima oleh akal dan memudahkan kita untuk mengambil pelajaran yang terkandung di dalamnya.

Buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar merupakan buku yang penuh dengan muatan emosi, motivasi, proses pembelajaran, dan bagaimana menyikapi hidup dalam segala keterbatasan yang ada. Nilai-nilai *Emotional Quotient* yang terkandung dalam buku tersebut bisa dijadikan oleh para pendidik dalam mendidik peserta didik, memberikan penguatan mental kepada peserta didik agar lebih siap dalam proses pembelajaran.

Dua kutipan kalimat berikut ini mengandung nilai *Emotional Quotient* dalam ranah membina hubungan yang bisa diterapkan dalam pendidikan agama Islam:

“Sewaktu kecil, ummi merasa kurang kasih sayang orang tua, Karel. Kedua orangtuanya bekerja, ummi dibesarkan oleh pengasuh. Dan kamu tahu, apa yang dilakukan ummi karena kurang kasih sayang tersebut, nak? dia membalasnya dengan memberikan kasih sayang yang luar biasa besarnya kepada orang tua dan keluarganya. Sehingga menjadi orang yang paling disayangi siapapun dalam keluarganya.”³¹

“Awalnya, ummi kurang merasakan kasih sayang oma. *But, you know that baby.* Ummi tidak pernah menyerah. Ummi selalu menyayangi oma. Ummi selalu berbakti. Ummi selalu nurut. Ummi selalu ingin membahagiakan oma, setidaksuka apapun ummi dengan cara oma dalam membesarkannya. Bahkan syarat utama saat abi berencana menikahi ummi adalah oma harus ridho dan setuju. Ummi

³¹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 13.

hanya mau menikah dengan laki-laki yang disetujui dan diridhoi oma. Sebelum menikah, ummi malah lebih banyak mengkondisikan abi untuk menerima oma dengan segala kekurangannya, daripada menerima ummi dengan segala kekurangannya. Memastikan agar abi dan keluarga besar abi benar-benar bisa menerima kondisi dan keterbatasan oma waktu itu.

Selayaknya, orang tua begitu menyayangi anaknya ketika anaknya kecil, tapi ummi berbeda, sholeh. Oma malah begitu menyayangi ummi saat ummi dewasa. Bertambah dari hari ke hari. Jauh lebih sayang daripada ketika ummi masih kecil. Perlahan-lahan kasih sayang ummi banyak mengubah oma. Ummi banyak melakukan hal membahagiakan dan membanggakan oma. Kuliah dengan *full* beasiswa dari S1-S2, membantu keuangan keluarga dengan sebagian gajinya (ummi sempat bekerja sebelum lanjut S2), prestasi nasional sampai internasional, tentu saja dengan tetap berbakti pada oma. Bahkan, awalnya ummi tidak ada niat melanjutkan *study* ke Jerman karena tidak mau jauh dari oma. Tapi setelah oma ridho dan mau melepas ummi, ummi akhirnya mengambil kesempatan itu”.³²

Dari dua kutipan kalimat di atas mengingatkan kita bahwa memperbaiki hubungan dengan orang lain hukumnya wajib, khususnya memperbaiki hubungan dengan orang tua. Memperbaiki hubungan dengan orang tua bisa dilakukan dengan cara berbakti dan menghormatinya. Menghormati orang tua adalah hal yang tidak asing dalam Islam. Bahkan perintah menghormati orang tua juga terdapat dalam Al-Qur’an surat Al-Isra’ ayat 23-24.

Dalam kutipan lain juga terdapat nilai *Emotional Quotient* dalam ranah memotivasi diri yang dapat diterapkan dalam pendidikan agama Islam:

“*So, it’s okey, Baby.* Apapun kondisi kita sekarang, apapun kehendak Allah atas kehidupan kita, kita akan berusaha untuk menerimanya seikhlas mungkin. Walaupun kita harus tertatih-tatih untuk menjalaninya.

³²Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 140-141.

Karena hanya dengan menerima dan mengikhlaskan, hati kita akan jauh lebih tenang”.³³

“Nah Karel, sekali lagi percaya dan yakinlah selalu, Allah akan selalu baik dengan kehidupan kita. Karena Allah tidak pernah menetapkan sesuatu dengan kesia-siaan. Selalu ada manfaatnya, selalu ada hikmahnya. Kita saja yang suka menya-nyiakan kesempatan itu. Jika kita diberi ujian, atau ketetapan yang rasanya menyakitkan, Allah hanya ingin kita lebih mendekat lagi, Allah ingin agar kita jauh lebih kuat. Dan akan selalu ada kebaikan Allah dalam kehidupan kita, sayang. Karena sebenarnya, hidup itu sendiri adalah kebaikan dariNya”.³⁴

“*Well*, keputusan penting dalam kehidupan kita memang terkadang sangat sulit. Tapi percayalah, selalu ada keajaiban untuk orang-orang yang sabar, Karel. Dan kita akan menemukannya. Selalu ada hal-hal luar biasa bagi orang-orang yang menerima kehendak Allah, sayang. Dan kita akan mendapatkannya. Selalu ada kejutan tak terduga bagi orang-orang yang tak mau menyerah, nak. Dan kita akan merasakannya. Selalu ada pertolongan Allah untuk orang-orang yang berusaha dan berserah diri, sholeh. Dan kita akan meyakinkannya”.³⁵

“Nah Karel, abi ingin kamu tahu dan mengerti potongan cerita tadi, ummi juga punya pilihan untuk menyerah atas kondisinya, sayang. Menjadikan keterbatasan atas apa yang dialaminya (katakanlah kekurangan kasih sayang) sebagai pembenaran untuk menyerah, mengeluh atau melakukan hal negatif seperti kebanyakan anak yang kekurangan kasih sayang. Tapi ummi tidak memilihnya, sholeh. Walaupun itu mudah. Ummi memilih untuk tetap berjuang, dengan segala keterbatasan yang ada, dengan segala kesempatan yang dimiliki. Bahkan orang yang disayanginya itu sudah tiada. Jangan pernah menyerah, Karel”.³⁶

³³Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 66.

³⁴Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 110.

³⁵Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 100.

³⁶Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 142.

Dari kutipan kalimat diatas dapat kita pahami bahwa kita harus *positif thinking* (*husnudzan*) dengan segala ketetapan yang telah Allah tetapkan kepada kita. Kita tidak boleh menyerah begitu saja dengan keadaan. Kita harus mempunyai semangat yang tinggi dan tekad yang bulat untuk apa yang kita harapkan dan cita-citakan. Kita harus optimis dengan apa yang akan ataupun sedang kita kerjakan. Sikap *positif thinking* (*husnudzan*) terdapat dalam Al-Qur'an surat At-Tin ayat 4. Sikap optimis dan pantang menyerah juga terdapat dalam Al-Qur'an surat Az-Zumar ayat 53 dan surat Ali Imron ayat 139.

Keluarga Nazrul Anwar adalah salah satu contoh dari sekian keluarga yang bisa dikatakan berhasil. Berawal dari ketekunan, kerja keras, kesabaran, serta rasa optimislah yang membantu Nazrul Anwar bisa membesarkan seorang anak tanpa adanya seorang ibu. Nazrul Anwar selalu mengingatkan anaknya melalui tulisan-tulisannya untuk selalu berbagi meskipun diri sendiri terkadang kekurangan kepada makhluk Allah, tidak hanya manusia tetapi juga hewan. Nazrul Anwar juga sering mengingatkan kepada anaknya untuk selalu berbuat baik kepada siapapun itu, dan selalu *positif thinking* dengan segala ketetapan yang telah diberikan Allah kepada hambanya. Selain itu, Nazrul Anwar juga tidak jarang mengingatkan anaknya melalui tulisan-tulisannya bahwa kita harus selalu bersyukur dengan apa yang kita miliki dan apa yang telah diberikan kepada kita.

C. Analisis Data Penelitian

1. Nilai-nilai *Emotional Quotient* yang Terkandung dalam Buku *Letters To Karel* Karya Nazrul Anwar

Buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar mengandung banyak sekali nilai-nilai *Emotional Quotient* yang bisa kita pahami dan kita ambil pelajaran. Dalam pembahasan ini, peneliti membahas nilai-nilai *Emotional Quotient* dalam buku *Letters To Karel* yang digolongkan dalam lima wilayah kecerdasan emosional. Lima wilayah kecerdasan emosional tersebut adalah:

a. Kesadaran diri

Kesadaran diri atau mengenali perasaan merupakan suatu kemampuan untuk memantau perasaan dari waktu ke waktu.³⁷ Menurut John Mayer yang terdapat dalam buku

³⁷Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 58.

Daniel Goleman yang berjudul *Kecerdasan Emosional* dan diterjemahkan oleh T Hermaya dituliskan bahwa kesadaran diri berarti waspada terhadap suasana hati maupun pikiran kita mengenai suasana hati. Menurut Mayer, orang cenderung menganut gaya yang khas dalam menghadapi dan mengatasi emosi mereka, diantaranya adalah:

1) Sadar diri

Orang yang mengerti dan paham akan suasana hati mereka ketika mengalami suatu hal, mereka adalah orang yang memiliki kecakapan tersendiri dalam emosional mereka. Mereka cenderung berpikir positif dalam kehidupan. Jika suasana hatinya sedang buruk, mereka tidak risau dan tidak larut kedalamnya, mereka mampu melepaskan diri dari suasana tersebut dengan lebih cepat.

2) Tenggelam dalam permasalahan

Mereka yang tenggelam dalam permasalahan adalah orang-orang yang sering merasa dikuasai dan terbelenggu oleh emosi dan tidak bisa melepaskan diri. Mereka mudah marah dan sangat tidak peka terhadap perasaannya. Mereka sering merasa kalah dan secara emosional akan lepas kendali.

3) Pasrah

Meskipun orang-orang ini sering peka terhadap apa yang mereka rasakan, tetapi mereka juga cenderung menerima begitu saja suasana hati mereka, sehingga mereka tidak berusaha untuk mengubahnya.³⁸

Dalam tahap mengenali perasaan diri, diperlukan adanya pemantauan terhadap perasaan secara berkesinambungan, agar muncul wawasan kejiwaan dan pemahaman perasaan diri. Jika seseorang tidak mampu mengenali dan mencermati perasaan yang sesungguhnya, maka ia akan berada dalam kekuasaan perasaan. Dan ia tidak akan peka terhadap perasaan yang sesungguhnya, yang akan berdampak pada pengambilan keputusan.³⁹

Dalam buku *Letters To Karel*, Nazrul Anwar menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk

³⁸Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 65.

³⁹Al-Tridhonanto dan Beranda Agency, *Melejitkan Kecerdasan Emosi (EQ) Buah Hati*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2009), 6.

dalam wilayah kesadaran diri yang terdapat pada halaman 8 yaitu:

“Apakah ummi tidak menangis atas kepergian oma kamu? dia tetap menangis, sayang. Sebagaimana manusia pada umumnya. Tapi tidak berlama-lama.”⁴⁰

Kutipan kalimat di atas mengandung wilayah kesadaran diri yaitu cara berpikir dan bersikapnya seorang anak yang ditinggal mati oleh ibunya. Ia tidak meratapi kepergian ibunya dengan menangis dan bersedih yang berkepanjangan. Ia tetap menangis dan bersedih, namun ia segera sadar bahwa kematian seseorang tak harus diiringi dengan tangis yang berkepanjangan.

Pada halaman 39, Nazrul Anwar juga menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah kesadaran diri, yaitu:

“Lagi pula, tak sepatasnya kita berlarut-larut dalam kesedihan, padahal ummi sudah berbahagia untuk selamanya di alam sana. Tentu kita tidak akan membalas segala kebaikan dan pengorbanan ummi dengan kesedihan dan keterpurukan, Karel. Kita akan membalasnya dengan kebahagiaan dan kebanggaan.”⁴¹

Kutipan di atas juga mengandung wilayah kesadaran diri yaitu kesadaran seorang abi mengenai kematian istrinya dan pola pikir abi, serta kebangkitannya dari kesedihan yang sedang dialaminya.

Sadar diri adalah hal pertama yang harus dilakukan sebelum mengendalikan emosi. Seseorang yang peka terhadap suasana hatinya, mereka akan memiliki kecakapan tersendiri dalam emosionalnya. Kejernihan pikiran mereka mengenai emosi bisa melandasi ciri kepribadian mereka, diantaranya adalah sikap mandiri, kesehatan jiwa yang baik, dan cenderung berpendapat positif akan kehidupan. Bila suasana hatinya sedang buruk, mereka tidak akan risau dan tidak larut ke dalamnya, mereka mampu melepaskan diri dari suasana itu dengan

⁴⁰Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 8.

⁴¹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 39.

lebih cepat. Dalam kata lain, pola pikir mereka menjadi penolong untuk mengatur emosi.⁴²

Seseorang yang pandai dalam mengenali emosi yang ada pada dirinya (sadar diri) akan lebih mudah dalam mendengar, menerima serta melaksanakan saran dan kritikan dari orang lain.

Kesedihan termasuk dalam kategori emosi yang negatif. Sedangkan dalam proses pembelajaran diperlukan emosi yang positif seperti senang, ceria, serta semangat untuk menunjang keberhasilan peserta didik dalam belajar dan mencapai tujuan-tujuan pembelajaran. Jika peserta didik dan pendidik merasakan dan mengalami emosi yang positif, maka aktifitas pada otak akan meningkat, sehingga dapat berkonsentrasi dan fokus dalam proses pembelajaran.

Sedih dan menangis itu wajar, yang tidak wajar adalah jika kita meratapi kesedihan dengan menangis yang berlebihan dan berkepanjangan. Selain itu, peka terhadap suasana hati yang sedang dialami juga harus ditanamkan pada diri setiap individu, khususnya peserta didik agar jika mereka sedang mengalami suatu masalah, ia tidak risau dan mampu bangkit dari masalah tersebut dengan lebih cepat, dan nantinya tidak mudah mengeluh dan menyerah serta putus asa dalam menghadapi beberapa persoalan yang bisa saja timbul dalam proses pembelajaran.

Jadi, dari dua kutipan kalimat diatas, berdasarkan analisis peneliti, pengarang mengkonsepkan nilai *Emotional Quotient* dalam wilayah kesadaran diri yang terdapat dalam buku *Letters To Karel* mengenai kesadaran diri dalam menghadapi kematian, yaitu tidak berlarut-larut dalam kesedihan, dan segera berpikir untuk bangkit dari kesedihan tersebut.

b. Mengelola emosi

Menyikapi dan menangani perasaan agar perasaan tersebut dapat terungkap dengan tepat merupakan suatu kecakapan yang bergantung pada kesadaran diri seseorang. Orang-orang yang kurang mampu dalam menangani perasaan mereka, mereka akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung. Sebaliknya, mereka yang pintar dalam menangani perasaan mereka, mereka akan

⁴²Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 65.

bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.⁴³

Dalam buku *Letters To Karel*, Nazrul Anwar menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah mengelola emosi yang terdapat pada halaman 21 yaitu:

“Jika ummi marah atas sikap abi yang sudah keterlaluan, ummi tidak pernah melampiaskan kemarahannya dengan suara, sayang. Dengan berkata yang tidak-tidak. Ummi lebih memilih menangis atau mendiamkan abi. Dan pasti sudah meminta maaf terlebih dulu dalam waktu kurang dari 24 jam.”⁴⁴

Pada kutipan di atas mengandung wilayah mengelola emosi, yaitu sikap ummi dalam mengatasi kemarahan. Dalam kutipan kalimat di atas, dituliskan bahwa saat ummi marah atas sikap keterlaluan abi. Ummi tidak langsung marah kepada abi, ummi hanya menangis dan mendiamkan abi. Dan tidak lebih dari sehari semalam ummi sudah minta maaf kepada abi atas sikap ummi serta meminta penjelasan atas sikap abi yang keterlaluan tersebut.

Pada halaman 8, Nazrul Anwar juga menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah mengelola emosi, yaitu:

“Apakah ummi tidak menangis atas kepergian oma kamu? dia tetap menangis, sayang. Sebagaimana manusia pada umumnya. Tapi tidak berlama-lama. Segera menyusun rencana, melanjutkan hidup. Segera kembali lagi ke Jerman untuk menyelesaikan studinya, bahkan lulus dan pulang paling cepat daripada teman-teman seangkatannya.”⁴⁵

Kutipan kalimat di atas mengandung wilayah mengelola emosi, yaitu sikap ummi dalam menangani kesedihan. Dalam kutipan kalimat di atas, ummi tidak meratapi kepergian ibunya dengan menangis dan bersedih yang berkepanjangan. Ummi tetap menangis dan bersedih,

⁴³Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 58.

⁴⁴Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 21.

⁴⁵Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 8.

namun ia segera sadar bahwa kematian seseorang tak harus diiringi dengan tangis yang berkepanjangan. Seharusnya kematian seseorang kita iringi dengan do'a. Ummipun segera melanjutkan studinya dan bersemangat untuk menyelesaikan studinya di Jerman dengan cepat agar bisa segera pulang dan menyelesaikan semua urusan ibunya yang belum selesai setelah kepergiannya, serta menyambung silaturahmi dengan keluarga dan sahabat-sahabat ibunya.

Pengelolaan emosi sangat penting dalam proses pembelajaran. Seseorang yang pandai dalam mengelola emosinya, ia akan tahu kapan ia mengungkapkan emosinya pada waktu yang tepat dan dengan cara yang tepat. Ungkapan rasa marah tidak harus dengan cara ungkapan atau kata-kata kasar yang menandakan bahwa ia sedang marah. Ummi mengungkapkan rasa marah dengan cara mendiamkan orang yang telah membuatnya marah dan menangis dengan diam. Tidak hanya itu, ummipun tidak lupa meminta maaf dan meminta penjelasan kepada orang yang telah membuatnya marah.

Dalam buku *Kecerdasan Emosional* karya Daniel Goleman, Tice mengemukakan bahwa melampiaskan amarah merupakan salah satu cara terburuk untuk meredakannya. Cara efektif untuk mengatasi amarah adalah dengan cara menenangkan diri terlebih dahulu, kemudian baru menghadapi orang yang bersangkutan untuk menyelesaikan masalah yang ada dengan lebih terarah.⁴⁶ Dalam proses pembelajaran, seseorang juga harus bisa mengendalikan dirinya terutama saat kesal ataupun marah. Harus bisa mengendalikan amarah dengan cara memafkan dan mengikhlaskan. Seorang pendidik juga harus bisa mengendalikan emosi ataupun amarahnya, karena ia merupakan sosok panutan yang akan ditiru segala ucapan ataupun perbuatannya oleh peserta didik.

Meratapi kesedihan dengan cara menangis yang berkepanjangan merupakan hal yang tidak benar. Seseorang harus bisa mengendalikan emosinya dan bangkit dari kesedihan yang telah menyimpannya. Hal yang dilakukan ummi juga merupakan hal yang baik dan tepat. Ummi segera menyadari bahwa ia jangan larut dalam

⁴⁶Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 90.

kesedihan dan segera bangkit untuk melanjutkan pendidikannya. Karena emosi yang negatif bisa berdampak buruk dalam kehidupan khususnya dalam proses pembelajaran. Emosi yang negatif pada peserta didik akan berdampak pada kegagalan dalam belajar. Hal ini menunjukkan bahwa suasana emosi sangat berpengaruh terhadap cara kerja struktur otak manusia serta berdampak pada proses dan hasil belajar peserta didik.

Satu-satunya suasana hati yang pada umumnya di jauhi adalah kesedihan. Dalam buku Daniel Goleman yang berjudul *Kecerdasan Emosional* dituliskan bahwa kesedihan memaksa seseorang untuk beristirahat dari kesibukan duniawi, dan membuat perhatian kita tertuju pada kehilangan tersebut, merenungkan hikmahnya, dan pada akhirnya membuat penyesuaian psikologis serta menyusun rencana baru yang akan memungkinkan hidup ini terus berjalan. Dalam buku Daniel Goleman yang berjudul *Kecerdasan Emosional*, Tice mengungkapkan bahwa berdo'a pada Tuhan itu sangat bermanfaat untuk segala suasana hati.⁴⁷ Jadi, selain kita berusaha dalam mengatasi suasana hati yang kita miliki, kita juga harus berdoa dan mendekatkan diri kepada Allah Yang Maha Berkuasa dan Maha membolak-balikkan hati manusia.

Berdasarkan analisis peneliti mengenai dua kutipan kalimat yang mengandung nilai *emotional quotient* diatas, pengarang mengkonsepkan bahwa kesadaran diri berhubungan atau berkelanjutan ke pengelolaan emosi. Dari dua kalimat di atas, bentuk pengelolaan emosi yang dapat disimpulkan oleh peneliti ada dua hal, yaitu mengatasi amarah dan menangani kesedihan.

c. Memotivasi diri

Memotivasi diri bisa berarti usaha seseorang yang dilakukan untuk melakukan sesuatu guna mencapai tujuan yang dikehendaki. Jika seseorang mempunyai motivasi yang tinggi, orang tersebut akan selalu berpikir positif terhadap segala hal yang ia hadapi dan alami. Memotivasi diri juga terdiri dari dorongan berprestasi, komitmen, inisiatif, dan optimis.⁴⁸

⁴⁷Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 97-105.

⁴⁸Agus Nggermanto, *Kecerdasan Kuantum*, (Bandung: Nuansa Cendekia, 2015), 100.

Gangguan emosional dapat mempengaruhi mental seseorang. Jika emosi mengalahkan konsentrasi, yang dilumpuhkan adalah kemampuan mental yang disebut “kemampuan kerja”, yaitu kemampuan untuk menyimpan dalam benak semua informasi yang relevan dengan hal yang sedang dihadapi.⁴⁹

Bagaimana tingkat emosi kita menghambat atau mempertinggi kemampuan kita untuk berpikir dan berencana untuk menyelesaikan permasalahan dan semacamnya, serta bagaimana kita termotivasi oleh perasaan antusiasme dan kepuasan pada apa yang kita kerjakan. Semua itu yang mendorong kita untuk berproses dan berprestasi.⁵⁰ Orang-orang yang memiliki keterampilan memotivasi diri cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam apapun yang mereka kerjakan.

Dalam buku *Letters To Karel*, Nazrul Anwar menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah memotivasi diri yang terdapat pada halaman 66 yaitu:

“So, it’s okey, Baby. Apapun kondisi kita sekarang, apapun kehendak Allah atas kehidupan kita, kita akan berusaha untuk menerimanya seikhlas mungkin. Walaupun kita harus tertatih-tatih untuk menjalaninya. Karena hanya dengan menerima dan mengikhhlaskan, hati kita akan jauh lebih tenang”.⁵¹

Pada halaman 100, Nazrul Anwar juga menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah memotivasi diri, yaitu:

“Well, keputusan penting dalam kehidupan kita memang terkadang sangat sulit. Tapi percayalah, selalu ada keajaiban untuk orang-orang yang sabar, Karel. Dan kita akan menemukannya. Selalu ada hal-hal luar biasa bagi orang-orang yang menerima kehendak Allah, sayang. Dan kita akan mendapatkannya. Selalu ada kejutan tak terduga bagi orang-orang yang tak mau menyerah, nak. Dan kita akan merasakannya. Selalu ada pertolongan

⁴⁹Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 110.

⁵⁰Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 112.

⁵¹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 66.

Allah untuk orang-orang yang berusaha dan berserah diri, sholeh. Dan kita akan meyakinkannya”.⁵²

Pada halaman 110, Nazrul Anwar juga menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah memotivasi diri, yaitu:

“Nah Karel, sekali lagi percaya dan yakinlah selalu, Allah akan selalu baik dengan kehidupan kita. Karena Allah tidak pernah menetapkan sesuatu dengan kesia-siaan. Selalu ada manfaatnya, selalu ada hikmahnya. Kita saja yang suka menyia-nyiaikan kesempatan itu. Jika kita diberi ujian, atau ketetapan yang rasanya menyakitkan, Allah hanya ingin kita lebih mendekat lagi, Allah ingin agar kita jauh lebih kuat. Dan akan selalu ada kebaikan Allah dalam kehidupan kita, sayang. Karena sebenarnya, hidup itu sendiri adalah kebaikan dariNya”.⁵³

Keempat kutipan di atas mengandung wilayah memotivasi diri yaitu *positif thinkingnya* seorang abi dalam menghadapi dan menerima segala ketentuan yang telah ditetapkan oleh Allah untuk hambanya. Abi juga optimis bahwa dengan menerima dan mengikhlaskan, maka kita akan mendapat ganti yang lebih baik.

Pada halaman 142, Nazrul Anwar juga menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah memotivasi diri, yaitu:

“Nah Karel, abi ingin kamu tahu dan mengerti potongan cerita tadi, ummi juga punya pilihan untuk menyerah atas kondidinya, sayang. Menjadikan keterbatasan atas apa yang dialaminya (katakanlah kekurangan kasih sayang) sebagai pembenaran untuk menyerah, mengeluh atau melakukan hal negatif seperti kebanyakan anak yang kekurangan kasih sayang. Tapi ummi tidak memilihnya, sholeh. Walaupun itu mudah. Ummi memilih untuk tetap berjuang, dengan segala keterbatasan yang ada, dengan segala kesempatan yang dimiliki. Bahkan orang yang disayanginya itu sudah tiada. Jangan pernah menyerah, Karel”.⁵⁴

⁵²Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 100.

⁵³Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 110.

⁵⁴Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 142.

Kutipan kalimat di atas mengandung wilayah memotivasi diri yaitu optimisnya seorang ummi dalam melanjutkan hidupnya. Ummi pantang menyerah meski harus dengan segala keterbatasan yang dimilikinya. Ummi justru menggunakan dan memanfaatkan keterbatasan yang dimiliki sebagai motivasinya untuk kembali bangkit dan berjuang.

Optimisme bisa juga diartikan sebagai harapan, yang berarti memiliki pengharapan yang kuat. Dari sudut pandang kecerdasan emosional, optimisme bisa diartikan sikap yang menopang seseorang agar jangan sampai terjatuh ke dalam keputusasaan, ataupun depresi jika dihadang kesulitan. Orang yang optimis akan memandang kegagalan terjadi karena suatu hal yang bisa diubah, sehingga mereka dapat berhasil pada masa-masa mendatang. Sedangkan orang yang pesimis akan menerima kegagalan yang terjadi sebagai kesalahannya sendiri, mereka menganggap kegagalan itu berasal dari pembawaan yang tidak dapat mereka ubah.⁵⁵

Dalam buku yang berjudul *Kecerdasan Emosional* karya Daniel Goleman, dituliskan bahwa Albert Bandura mengemukakan

“keyakinan seseorang akan kemampuannya akan berpengaruh besar terhadap kemampuan itu”⁵⁶

Dari sudut pandang kecerdasan emosional, seseorang yang memiliki harapan berarti orang tersebut tidak akan terjebak dalam kecemasan, bersikap pasrah begitu saja, ataupun depresi dalam menghadapi sulitnya tantangan atau masalah yang dihadapi.⁵⁷ Jadi, kekuatan berpikir positif dan optimismenya seseorang sangat berpengaruh dalam kehidupannya, terutama dalam mengatasi suasana hatinya.

Memotivasi diri juga berkaitan dengan memecahkan masalah atau biasa dikenal dengan *problem solving*. Dengan adanya masalah dan pengalaman dalam memecahkan masalah, bisa bermanfaat bagi seseorang sebagai *problem solving* dalam menghadapi dan memecahkan berbagai masalah berikutnya. Berhasilnya seseorang dalam memecahkan suatu masalah, hal tersebut

⁵⁵Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 123-124.

⁵⁶Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 126.

⁵⁷Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 122.

dapat memotivasinya untuk lebih maju dan lebih berkembang. Karena tanpa adanya motivasi, seseorang akan sulit bahkan tidak akan bisa maju dan lebih berkembang. Banyak kenyataan di lapangan, bahwa anak yang memiliki IQ tinggi namun malas dan tidak termotivasi untuk menggapai impian yang tinggi, ia akan tertinggal oleh anak yang memiliki IQ sedang namun semangat dan memiliki motivasi yang tinggi dalam menggapai impian dan cita-citanya.⁵⁸

Jadi, dari analisis beberapa kutipan kalimat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pengarang mengkonsepkan motivasi diri dengan cara perbikir positif dan optimisme. Dengan adanya pikiran yang positif dan rasa optimis yang tinggi, hal tersebut dapat meningkatkan semangat dan memotivasi diri untuk lebih maju dan berkembang.

d. Mampu berempati

Empati dibangun berdasarkan kesadaran diri. Semakin kita terbuka pada emosi yang ada pada diri kita sendiri, maka kita akan semakin terampil dalam membaca perasaan. Kemampuan berempati yaitu suatu kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain.⁵⁹

Ada beberapa hal yang tergolong dalam mampu berempati, yaitu memahami orang lain, pelayanan, mengembangkan orang lain, mengatasi keragaman, dan kesadaran politis.⁶⁰ Seseorang yang mempunyai empati yang tinggi, ia akan peduli dan tulus dalam bersosialisasi atau berhubungan dengan orang lain.

Dalam buku *Letters To Karel*, Nazrul Anwar menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah mampu berempati yang terdapat pada halaman 3 yaitu:

“Atau ketika tiba-tiba sepulang kantor, ummi memborong banyak sekali pisang, hanya karena kasihan terhadap penjualnya yang sedari pagi tidak ada yang membeli dagangannya.”⁶¹

⁵⁸M Makbul, “Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Pai Peserta Didik Sma Pondok Pesantren Modern Darul Falah Enrekang” (Skripsi, UIN Alauddin Makassar, 2018), 65-66.

⁵⁹Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 135-136.

⁶⁰Agus Nggermanto, *Kecerdasan Kuantum*, 100.

⁶¹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 3.

Kutipan di atas mengandung wilayah mampu berempati yaitu sikap ummi yang tiba-tiba memborong banyak sekali pisang meski tidak tahu untuk apa dan dimasak apa nantinya pisang tersebut, ummi membelinya hanya karena merasa kasihan terhadap penjualnya yang sedari pagi tidak ada yang membeli dagangannya. Sikap ummi tersebut menunjukkan bentuk empati dengan cara membantu seorang pedagang dengan cara membeli dagangannya tersebut.

pada halaman 3 juga, dalam kalimat lain terdapat nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah mampu berempati, yaitu:

“Atau di suatu sore yang melelahkan, ketika dengan sangat khawatir ummi bercerita tentang teman-temannya yang belum mendapatkan pekerjaan yang jelas, dan meminta bantuan abi untuk sama-sama mencari informasi dan pekerjaan yang sekiranya cocok untuk mereka”.⁶²

Kutipan di atas mengandung wilayah mampu berempati yaitu ummi yang ikut khawatir saat mengetahui teman-temannya belum mendapatkan pekerjaan yang jelas, serta ikut membantu dengan cara mencari informasi mengenai pekerjaan yang cocok dan sesuai dengan mereka.

Di halaman lain, yaitu pada halaman 33 juga terdapat nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah mampu berempati, yaitu:

“Pernah beberapa kali kamu menangis lapar, tapi ASI belum tersedia karena masih dingin atau masih dihangatkan. *And you know what, Karel?* Pada saat itu, jika saja keajaiban itu boleh diminta, abi akan langsung minta agar puting abi mengeluarkan ASA, Air Susu Ayah. Agar kamu tak perlu menangis lebih lama lagi.”⁶³

Kutipan kalimat di atas mengandung wilayah mampu berempati. Dimana sikap abi yang begitu kasihan kepada anaknya yang harus menahan lapar karena ASI belum siap untuk diminum. Pada saat itu juga sang abi

⁶²Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 3.

⁶³Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 33.

sangat kasihan dan bermonolog jika saja keajaiban itu bisa diminta, maka pada saat itu juga abi minta agar putingnya mengeluarkan air susu biar bisa diminum anaknya agar tidak menangis karena kelaparan lagi. Sikap abi tersebut menunjukkan rasa empatinya terhadap anaknya.

Seseorang harus memiliki rasa empati jika ingin memiliki hubungan yang baik dengan orang lain. Dengan memahami dan merasakan apa yang orang lain rasakan, maka kita akan bisa menjalin dan membina hubungan yang baik dengan orang tersebut. Selain itu, memahami perasaan orang lain juga bisa disalurkan dengan cara membantu orang tersebut. Dalam proses pembelajaran, pendidik maupun peserta didik harus bisa memahami perasaan dan sikap dari setiap individu agar bisa hidup rukun tanpa adanya perselisihan dan pertikaian. Selain itu, peserta didik maupun pendidik juga harus saling membantu agar terjalin hubungan yang harmonis dan tercapainya tujuan pembelajaran.

Berdasarkan analisis peneliti mengenai kutipan kalimat-kalimat di atas, pengarang mengkonsepkan empati dengan artian bisa merasakan atau ikut merasakan, serta memahami apa yang sedang orang lain rasakan. Dan empati merupakan suatu kunci dalam membina hubungan dengan orang lain. Empati yang terkandung dalam beberapa kutipan di atas adalah merasa kasihan dengan kondisi orang lain, serta memahami kondisi tersebut.

e. Membina hubungan

Membina hubungan atau menjalin hubungan sosial adalah sifat hakiki yang ada pada diri manusia sebagai makhluk sosial. Seseorang bisa dikatakan sukses dalam membina hubungan dengan orang lain, jika ia berhasil dalam pergaulan dan penampilannya selaras dengan perasaannya.⁶⁴ Orang-orang yang memiliki keterampilan ini dalam bidang ini akan sukses dalam bidang apapun yang mengandalkan kecakapan dalam bergaul dengan orang lain.⁶⁵ Seseorang yang juga pandai dalam hal membina hubungan dengan orang lain, ia akan memiliki kemampuan berkomunikasi dengan baik, dan mampu membangun relasi dengan baik.

⁶⁴Al-Tridhonanto dan Beranda Agency, *Melejitkan Kecerdasan Emosi (EQ) Buah Hati*, 8.

⁶⁵Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 59.

Dalam buku *Letters To Karel*, Nazrul Anwar menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah membina hubungan yang terdapat pada halaman 102-103 yaitu:

“Tentu abi tidak akan meninggalkanmu sendirian waktu itu, sayang. Abi memilih menggendong kamu. Entahlah, setelah abi gagal mendiamkanmu dengan prosedur seperti biasa, dan kamu menangis lebih lama dari biasanya. Ada perasaan tertentu yang tiba-tiba muncul, dan abi sulit sekali menjelaskannya. Gambarnya, kamu menangis dalam gendongan abi, abi coba mendiamkan kamu dengan menghibur dan mengayun pelan lengan abi agar kamu nyaman, tapi tak berpengaruh. Kamu malah menangis semakin kencang. Lalu abi meminta kamu berhenti menangis sambil memalingkan muka. Enggak mungkin abi bilang jangan nangis, tapi air mata abi menetes di baju kamu, bukan? Abi akan selalu berusaha untuk jadi ayah yang baikbuat kamu, Karel. Tapi maaf, abi tidak pernah bisa jadi ibu yang baik”.⁶⁶

Pada kutipan di atas mengandung wilayah membina hubungan yaitu ungkapan ekspresi serta penularan ekspresi. Ungkapan ekspresi tersebut ditunjukkan oleh anaknya yang menangis, kemudian menularkan ekspresi kepada abinya yang ikutan meneteskan air mata.

Secara sadar ataupun tidak sadar, kita bisa saja meniru emosi-emosi yang diperlihatkan orang lain melalui alam bawah sadar, nada bicara, gerak-gerik, ungkapan wajah, dan yang lainnya. Salah satu faktor penentu keberhasilan dalam pergaulan, menurut Cacioppo dalam bukunya Daniel Goleman yang berjudul *Kecerdasan Emosional*, adalah seberapa terampil orang menjalankan sinkroni emosi. Apabila mereka pintar menyesuaikan diri dengan suasana hati orang, atau dengan mudah dapat membawa orang lain dalam pengaruhnya, maka pada tingkat emosional pergaulan mereka akan lebih lancar.⁶⁷

⁶⁶Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 102-103.

⁶⁷Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, 162-164.

Nazrul Anwar juga menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah membina hubungan yang terdapat pada halaman 13 yaitu:

“Sewaktu kecil, ummi merasa kurang kasih sayang orang tua, Karel. Kedua orangtuanya bekerja, ummi dibesarkan oleh pengasuh. Namun, ummi membalasnya dengan memberikan kasih sayang yang luar biasa besarnya kepada orang tua dan keluarganya. Sehingga menjadi orang yang paling disayangi siapapun dalam keluarganya.”⁶⁸

Pada halaman 140, Nazrul Anwar juga menampilkan nilai *Emotional Quotient* yang termasuk dalam wilayah membina hubungan yaitu:

“Awalnya, ummi kurang merasakan kasih sayang oma. *But, you know what Baby*. Ummi tidak pernah menyerah. Ummi selalu menyayangi oma. Ummi selalu berbakti. Ummi selalu nurut, ummi selalu ingin membahagiakan oma, setidaksuka apapun ummi dengan cara oma dalam membesarkannya. Bahkan syarat utama saat abi berencana menikahi ummi adalah oma harus ridho dan setuju. Ummi hanya mau menikah dengan laki-laki yang disetujui dan diridhoi oma. Sebelum menikah, ummi malah lebih banyak mengkondisikan abi untuk menerima oma dengan segala kekurangannya, daripada menerima ummi dengan segala kekurangannya. Memastikan agar abi dan keluarga besar abi benar-benar bisa menerima kondisi dan keterbatasan oma waktu itu.”⁶⁹

Pada dua kutipan di atas mengandung wilayah membina hubungan yaitu cara ummi untuk memperbaiki dan mempererat hubungannya dengan orang tua dan keluarganya meskipun ummi awalnya adalah anak yang tidak diharapkan oleh orangtuanya dikarenakan anak pertama orangtuanya masih kecil, ummipun dibesarkan oleh seorang pengasuh. Namun sikap ummi kepada orangtuanya sangatlah manis. Ummi tetap nurut, berbakti

⁶⁸Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 13.

⁶⁹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 140.

dan sayang yang kepada orang tua dan keluarganya. Ummi tidak pernah menyerah untuk melakukan itu semua. Bahkan syarat utama seorang laki-laki yang ingin menikah dengan ummi, harus mendapat persetujuan dan keridhoan dari ibunya. Dan pada akhirnya orangtua, keluarga dan orang lainpun sangat menyayangi ummi.

Dari analisis peneliti mengenai dua kutipan kalimat di atas yang mengandung nilai *emotional quotient*, pengarang mengkonsepkan membina hubungan dengan konsep ungkapan ekspresi dan penalaran ekspresi, serta kecakapan sosial dalam membina hubungan dengan orang lain.

2. Relevansi Nilai-nilai Emotional Quotient yang terdapat dalam Buku *Letters To Karel* Karya Nazrul Anwar dengan Pendidikan Agama Islam

Buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar mengandung isi yang dapat dimanfaatkan dalam proses pembelajaran, baik dalam buku tersebut maupun metode yang digunakan dalam proses pendidikan keluarga dan proses pendidikan masyarakat. Dalam buku *Letters To Karel* terdapat beberapa nilai *Emotional Quotient* yang dapat diterapkan dalam Pendidikan Agama Islam, diantaranya adalah sebagai berikut:

“Sewaktu kecil, ummi merasa kurang kasih sayang orang tua, Karel. Kedua orangtuanya bekerja, ummi dibesarkan oleh pengasuh. Dan kamu tahu, apa yang dilakukan ummi karena kurang kasih sayang tersebut, nak? dia membalasnya dengan memberikan kasih sayang yang luar biasa besarnya kepada orang tua dan keluarganya. Sehingga menjadi orang yang paling disayangi siapapun dalam keluarganya.”⁷⁰

“Awalnya, ummi kurang merasakan kasih sayang oma. *But, you know that baby*. Ummi tidak pernah menyerah. Ummi selalu menyayangi oma. Ummi selalu berbakti. Ummi selalu nurut. Ummi selalu ingin membahagiakan oma, setidaknya apapun ummi dengan cara oma dalam membesarkannya. Bahkan syarat utama saat abi berencana menikahi ummi adalah oma harus ridho dan setuju. Ummi hanya mau menikah dengan laki-laki yang disetujui dan

⁷⁰Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 13.

diridhoi oma. Sebelum menikah, ummi malah lebih banyak mengkondisikan abi untuk menerima oma dengan segala kekurangannya, daripada menerima ummi dengan segala kekurangannya. Memastikan agar abi dan keluarga besar abi benar-benar bisa menerima kondisi dan keterbatasan oma waktu itu.

Selayaknya, orang tua begitu menyayangi anaknya ketika anaknya kecil, tapi ummi berbeda, sholeh. Oma malah begitu menyayangi ummi saat ummi dewasa. Bertambah dari hari ke hari. Jauh lebih sayang daripada ketika ummi masih kecil. Perlahan-lahan kasih sayang ummi banyak mengubah oma. Ummi banyak melakukan hal membahagiakan dan membanggakan oma. Kuliah dengan *full* beasiswa dari S1-S2, membantu keuangan keluarga dengan sebagian gajinya (ummi sempat bekerja sebelum lanjut S2), prestasi nasional sampai internasional, tentu saja dengan tetap berbakti pada oma. Bahkan, awalnya ummi tidak ada niat melanjutkan *study* ke Jerman karena tidak mau jauh dari oma. Tapi setelah oma ridho dan mau melepas ummi, ummi akhirnya mengambil kesempatan itu”.⁷¹

Dua kutipan kalimat di atas mengandung nilai *Emotional Quotient*, yaitu cara bersikapnya seorang anak kepada orang tuanya, terutama ibunya. Ummi tetap berbakti dan menghormati orang tuanya dalam situasi dan kondisi apapun. Hal itu menunjukkan bahwa keterampilan dalam membina hubungan harus dimiliki oleh setiap orang agar mengurangi terjadinya permusuhan dan mengurangi timbulnya kebencian antar sesama. Dalam dunia pendidikan, seorang pendidik maupun peserta didik harus mempunyai keterampilan sosial yang baik dengan tujuan diantaranya yaitu, agar bisa berhubungan baik dengan yang lainnya, untuk mempermudah dalam proses pembelajaran serta pencapaian tujuan pembelajaran.

Perintah berbakti dan menghormati orang tua juga terdapat dalam QS. Al-Isra' ayat 23-24:

⁷¹Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 140-141.

وَقَضَىٰ رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَيَالِ الَّذِينَ أَحْسَنَّا^{٢٣} إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ
 الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرَهُمَا وَقُلْ لَهُمَا
 قَوْلًا كَرِيمًا ﴿٢٤﴾ وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ
 أَرْحَمُهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا ﴿٢٥﴾

Artinya: “Dan Tuhanmu telah memerintahkan supaya kamu jangan menyembah selain Dia dan hendaklah kamu berbuat baik pada ibu bapakmu dengan sebaik-baiknya. jika salah seorang di antara keduanya atau Kedua-duanya sampai berumur lanjut dalam pemeliharaanmu, Maka sekali-kali janganlah kamu mengatakan kepada keduanya Perkataan "ah" dan janganlah kamu membentak mereka dan ucapkanlah kepada mereka Perkataan yang mulia(23).Dan rendahkanlah dirimu terhadap mereka berdua dengan penuh kesayangan dan ucapkanlah: "Wahai Tuhanku, kasihilah mereka keduanya, sebagaimana mereka berdua telah mendidik aku waktu kecil (24).”⁷²

Ayat di atas mengandung beberapa poin mengenai berbakti dan berbuat baik kepada orang tua, yaitu:

- Dilarang mengucapkan kata ataupun kalimat yang buruk, meskipun hanya mengucapkan kata “ah”, apalagi mengucapkannya kata-kata yang menyakitkan. Kata “ah” adalah sebuah kata yang buruk dan paling ringan.
- Dilarang membentak dan melawan orang tua, apalagi melawannya dengan menggunakan fisik.
- Mengucapkan kata-kata yang mulia, yaitu berucap dengan lemah lembut, disertai dengan penghormatan dan tatakrama
- Merendahkan diri di hadapan orang tua. Dengan artian, senantiasa mentaati perintah orang tua selama tidak menyimpang dari syari’at Islam.
- Mendoakan kedua orang tua, baik mereka masih hidup maupun sudah meninggal.⁷³

⁷²Al Qur’an, Al Isro’ ayat 23-24, *Al-Qur’anul Karim Terjemah Dan Tajwid*, 284.

⁷³Ganjar Mutaqin, “Tafsir Al-Isra’ Ayat 23-24, Akhlak Kepada Orang Tua” Mei 9, 2020. <https://bincangsyariah.com/kalam/tafsir-al-isra-ayat-23-24-akhlak-kepada-orang-tua/>.

Membina hubungan juga terdapat dalam QS. Al-Hujurat ayat 13, yaitu:

يٰۤاَيُّهَا النَّاسُ اِنَّا خَلَقْنٰكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَّاُنْثٰى وَجَعَلْنٰكُمْ شُعُوْبًا وَّقَبَاۤىِٕلَ لِتَعَارَفُوْۤا اِنَّ اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللّٰهِ اَتْقٰنَكُمْ ۗ اِنَّ اللّٰهَ عَلِيْمٌ حَبِيْرٌ ﴿١٣﴾

Artinya: “Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.”⁷⁴

Ayat di atas menunjukkan bahwa manusia diciptakan oleh Allah SWT tidak sama jenis, ada laki-laki dan perempuan, berbangsa-bangsa, dan bersuku-suku. Maka berkenalanlah agar bisa saling mengerti dan memahami. Pada hakikatnya, kedudukan manusia antara laki-laki dan perempuan, antara muda dan tua. antar suku, antar bangsa itu sama semua. Yang membedakan hanyalah derajat ketaqwaan kita kepada Allah. Dalam ayat tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa konsep hubungan manusia itu, menegaskan pada kesatuan asal-usul manusia dengan menunjukkan kesamaan derajat.

Pada kalimat lain juga mengandung nilai *Emotional Quotient* yang dapat diterapkan dalam Pendidikan Agama Islam, yaitu:

“*So, it's okey, Baby.* Apapun kondisi kita sekarang, apapun kehendak Allah atas kehidupan kita, kita akan berusaha untuk menerimanya seikhlas mungkin. Walaupun kita harus tertatih-tatih untuk menjalaninya. Karena hanya dengan menerima dan mengikhlaskan, hati kita akan jauh lebih tenang”.⁷⁵

“Nah Karel, sekali lagi percaya dan yakinlah selalu, Allah akan selalu baik dengan kehidupan kita. Karena Allah tidak pernah menetapkan sesuatu dengan kesia-siaan. Selalu ada manfaatnya, selalu ada hikmahnya. Kita saja yang suka menyia-nyiakan kesempatan itu. Jika kita diberi

⁷⁴ Al Qur'an, Al Hujurat ayat 13, *Al-Qur'anul Karim Terjemah Dan Tajwid*, 517.

⁷⁵ Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 66.

ujian, atau ketetapan yang rasanya menyakitkan, Allah hanya ingin kita lebih mendekat lagi, Allah ingin agar kita jauh lebih kuat. Dan akan selalu ada kebaikan Allah dalam kehidupan kita, sayang. Karena sebenarnya, hidup itu sendiri adalah kebaikan dariNya”.⁷⁶

“Well, keputusan penting dalam kehidupan kita memang terkadang sangat sulit. Tapi percayalah, selalu ada keajaiban untuk orang-orang yang sabar, Karel. Dan kita akan menemukannya. Selalu ada hal-hal luar biasa bagi orang-orang yang menerima kehendak Allah, sayang. Dan kita akan mendapatkannya. Selalu ada kejutan tak terduga bagi orang-orang yang tak mau menyerah, nak. Dan kita akan merasakannya. Selalu ada pertolongan Allah untuk orang-orang yang berusaha dan berserah diri, sholeh. Dan kita akan meyakinkannya”.⁷⁷

Dalam kutipan kalimat di atas terdapat nilai *Emotional Quotient*, yaitu berpikir positif mengenai ketetapan yang telah Allah berikan kepada kita. Selalu percaya bahwa selalu ada keajaiban jika kita sabar dan ikhlas menerima apa yang telah Allah tetapkan untuk kita. Dan percayalah, selalu ada pertolongan Allah untuk mereka yang mau berusaha dan pantang untuk menyerah. Ketika kita sabar dan ikhlas terhadap ketetapan Allah, berarti kita juga harus bersyukur dengan segala apa yang telah kita miliki. Bersyukur memiliki pengaruh yang besar dalam kehidupan, khususnya dalam belajar. Dalam kitab *Ta'lim Muta'allim* dituliskan, bahwa bersyukur memiliki pengaruh dalam kesuksesan belajar. Seperti dalam keterangan berikut:

قِيلَ لِعَالِمٍ : بِمَ أَدْرَكْتَ الْعِلْمَ ؟ قَالَ بِأَبِ عَنِّي، لِأَنَّهُ كَانَ يَصْطَبِعُ بِهِ أَهْلَ الْعِلْمِ وَالْفَضْلِ، فَإِنَّهُ سَبَبُ زِيَادَةِ الْعِلْمِ، لِأَنَّهُ شُكِّرَ عَلَى نِعْمَةِ الْعَقْلِ وَالْعِلْمِ وَإِنَّهُ سَبَبُ زِيَادَةٍ⁷⁸

Artinya: “Ada ditanyakan kepada seorang yang alim “dengan apa tuan mendapatkan ilmu?” lalu menjawabnya:

⁷⁶Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 110.

⁷⁷Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 100.

⁷⁸Burhanuddin Az-Zarnuji, *Syarah Ta'lim Muta'allim*, (Rembang: Al-Maktabah Al-Anwariyah, 2010), 87.

“dengan sebab ayahku yang kaya. Dengan kekayaan itu, beliau berbakti kepada ahli ilmu dan ahli keutamaan”. Perbuatan seperti ini, menyebabkan bertambahnya ilmu. Karena termasuk mensyukuri nikmat akal dan ilmu dan sungguh hal itu menjadi penyebab bertambahnya ilmu.”

Dari keterangan di atas sudah jelas, bahwa seorang pelajar harus mensyukuri nikmat yang telah Allah berikan, baik itu nikmat kesehatan, nikmat harta, nikmat akal, nikmat ilmu, maupun nikmat yang lainnya. Dengan mensyukuri segala nikmat yang telah Allah berikan kepada kita, maka ilmu yang kita miliki juga akan semakin bertambah dan hal itu akan mempengaruhi kesuksesan dalam belajar.

Berpikir positif juga terkandung dalam QS. At-Tin ayat 4,

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾

Artinya: “Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.”⁷⁹

Berdasarkan ayat di atas, manusia dianjurkan untuk selalu berpikir positif, khususnya *positif thinking* sama Allah. Karena manusia diciptakan Allah dengan bentuk yang sebaik-baiknya, dan manusia adalah sebaik-baiknya makhluk.

Pada halaman 142 juga mengandung nilai *Emotional Quotient* yang dapat diterapkan dalam Pendidikan Agama Islam, yaitu:

“Nah Karel, abi ingin kamu tahu dan mengerti potongan cerita tadi, ummi juga punya pilihan untuk menyerah atas kondisinya, sayang. Menjadikan keterbatasan atas apa yang dialaminya (katakanlah kekurangan kasih sayang) sebagai pembenaran untuk menyerah, mengeluh atau melakukan hal negatif seperti kebanyakan anak yang kekurangan kasih sayang. Tapi ummi tidak memilihnya, sholeh. Walaupun itu mudah. Ummi memilih untuk tetap berjuang, dengan segala keterbatasan yang ada, dengan segala kesempatan yang dimiliki. Bahkan orang yang disayangnya itu sudah tiada. Jangan pernah menyerah, Karel”.⁸⁰

⁷⁹ Al Qur'an, At Tin ayat 4, *Al-Qur'anul Karim Terjemah Dan Tajwid*, 597.

⁸⁰ Nazrul Anwar, *Letters To Karel*, 142.

Dalam kutipan tersebut mengandung nilai *Emotional Quotient* yang bisa diterapkan dalam Pendidikan Agama Islam, yaitu sikap optimis dan tidak mudah menyerah. Meski dengan adanya keterbatasan, ummi tidak mengeluh dan tidak menyerah. Ummi tetap berjuang dengan segala keterbatasan dan kesempatan yang dimilikinya. Pada dasarnya, semua orang memiliki keterbatasan, hanya saja berbeda dalam menyikapi keterbatasan tersebut. Ada yang menjadikan keterbatasan sebagai alasan, ada juga yang menjadikan keterbatasan sebagai kekuatan. Jika keterbatasan tak terkelola, maka keterbatasan tersebut akan menjadi beban hidup. Namun jika keterbatasan tersebut dapat dikelola dengan baik, maka keterbatasan tersebut akan menjadi kekuatan yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan hal terbaik dalam hidupnya.

Sikap Optimis dan pantang menyerah terkandung dalam QS. Az Zumar ayat 53, dan Ali Imron Ayat 139.

قُلْ يَعِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

Artinya: Katakanlah, "Hai hamba-hamba-Ku yang malampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dia-lah yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang". (QS. Az Zumar: 53)⁸¹

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: "Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman". (QS. Ali Imron: 139)⁸²

Sikap optimis dan pantang menyerah harus dimiliki oleh peserta didik maupun pendidik jika ingin mencapai keberhasilan dalam belajar. Sikap optimis dan pantang menyerah biasanya berkaitan dengan motivasi, dan motivasi erat kaitannya dengan kesungguhan, ketekunan, dan cita-cita yang tinggi. Dengan adanya motivasi, kesungguhan, ketekunan, semangat pantang menyerah, dan optimisme, maka akan

⁸¹ Al Qur'an, Az Zumar ayat 53, *Al-Qur'anul Karim Terjemah Dan Tajwid*, 464.

⁸² Al Qur'an, Ali Imron ayat 139, *Al-Qur'anul Karim Terjemah Dan Tajwid*, 67.

memudahkan dalam meraih cita-cita yang luhur dan keberhasilan dalam belajar. Dalam kata lain, motivasi, kesungguhan, ketekunan, semangat pantang menyerah, dan optimisme merupakan kendaran dalam mengantarkan ke keberhasilan belajar dan meraih cita-cita yang tinggi. Dalam perspektif kitab *Ta'lim Muta'allim* yang dinyatakan oleh Syekh al-Zarnuji:

وَلَا بُدَّ لِطَالِبِ الْعِلْمِ مِنَ الْهَمَّةِ الْعَالِيَةِ فِي الْعِلْمِ فَإِنَّ الْمَرْءَ
يَطِيرُ بِهَيْمَتِهِ كَالطَّيْرِ بِطَيْرٍ بِجَنَاحِيهِ⁸³

Dari penggalan kutipan kitab *Ta'lim Muta'allim* di atas menjelaskan bahwa peserta didik harus memiliki cita-cita yang tinggi dalam hal ilmu ataupun pendidikan. Karena manusia akan terbang dengan cita-citanya sebagaimana burung yang terbang dengan kedua sayapnya. Cita-cita diibaratkan seperti sayap burung yang bisa digunakan untuk terbang tinggi. Dengan kata lain, kedudukan seseorang tergantung pada cita-citanya. Seseorang akan memperoleh kemuliaan jika memiliki cita-cita yang luhur. Dalam kitab *Ayyuhal Walad* karangan Imam Ghazali yang diterjemahkan oleh Ahmad Fahmi Zamzam juga dituliskan,

“Jadikanlah cita-citamu itu dalam meninggikan ruhaniyahmu. Dan jadikanlah segala kegagalan itu berada pada pihak hawa nafsumu.”⁸⁴

Selain memiliki cita-cita yang tinggi, pendidik dan peserta didik juga harus mempunyai keteguhan, kesungguhan, optimisme, dan semangat pantang menyerah guna menunjang dalam keberhasilan belajar. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Syekh al-Zarnuji dalam kitab *Ta'lim Muta'allim*

وَالرَّأْسُ فِي تَحْصِيلِ الْأَشْيَاءِ الْجِدِّ وَالْهَمَّةُ الْعَالِيَةُ⁸⁵

“Modal sukses adalah kesungguhan dan cita-cita yang tinggi”

Kesungguhan, optimis, dan juga semangat pantang menyerah juga termasuk dalam bagian kesungguhan dalam menuntut ilmu dan cita-cita yang tinggi. Peserta didik yang

⁸³Burhanuddin Az-Zarnuji, *Syarah Ta'lim Muta'allim*, 62.

⁸⁴Abu Hamid Al Ghazali, *Ayyuhal Walad*, (Malaysia: Khazanah Banjariyah, 2018), 18.

⁸⁵Hamam Nashiruddin, *Tafhimul Muta'allim Fi Terjemah Ta'lim Muta'allim*, (Kudus: Menara Kudus, tt), 101.

memiliki motivasi tinggi akan tetap tekun, bersungguh-sungguh, serta optimis dan pantang menyerah meski mengalami kesulitan ataupun hambatan. Jika ketekunan disertai dengan kesungguhan, optimis, semangat pantang menyerah, serta motivasi yang tinggi, tentu akan mendorong dalam keberhasilan dan kesuksesan belajar.

Menurut peneliti, strategi pembelajaran yang cocok diterapkan dalam proses pembelajaran guna mengembangkan *emotional quotient* adalah strategi pembelajaran aktif. Adapun langkah-langkah yang bisa diterapkan sebagai berikut:

- a. Pendidik menggunakan metode pembelajaran yang beragam, yang bisa menarik perhatian dan juga mendorong peserta didik untuk aktif serta berpartisipasi dalam pembelajaran. Seperti: mencari informasi dan wawancara. Dengan melakukan hal tersebut, peserta didik mampu mengelola diri mereka dalam mengerjakan tugas dengan rasa percaya diri untuk menyelesaikannya.
- b. Pendidik menggunakan media dalam menunjang materi pembelajaran, baik media visual, audio, ataupun audio visual yang beragam sesuai dengan materi yang akan diajarkan.
- c. Pendidik memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengembangkan keterampilan. Hal itu bisa dilakukan melalui percobaan, pengamatan, dan menarik kesimpulan. Dengan adanya percobaan, pengamatan, menarik kesimpulan, peserta didik dituntut untuk berani dalam memecahkan persoalan dan juga mengerjakan tugas sampai tuntas. Hal tersebut termasuk dalam kategori memotivasi diri.
- d. Pendidik memberi kesempatan kepada peserta didik untuk mengemukakan gagasan, baik secara lisan maupun tulisan. Seperti: diskusi kelompok. Dalam diskusi kelompok, peserta didik dituntut untuk bisa menghargai pendapat dan gagasan dari orang lain. Hal tersebut termasuk dalam ranah mampu berempati. Selain itu, dengan adanya diskusi kelompok, peserta didik juga dituntut untuk mampu bekerja sama dan bersikap dengan baik kepada temannya. Hal tersebut termasuk dalam komponen membina hubungan.
- e. Pendidik memberikan reward dan punishment kepada peserta didik. Hal tersebut dilakukan dengan tujuan untuk menumbuhkan kesadaran pada diri peserta didik.

Dalam proses pembelajaran, pendidik juga harus memperhatikan dan selalu memantau agar lingkungan belajar selalu kondusif. Pendidik juga harus bisa memahami perasaan peserta didik, serta membantu peserta didik dalam memecahkan suatu persoalan yang muncul. Pendidik juga harus bisa melibatkan peserta didik dalam proses pembelajaran, memberi kesempatan kepada peserta didik untuk menyampaikan pendapatnya dan mengutarakan isi hatinya. Pendidik juga harus merespon apapun yang dilakukan peserta didik dengan respon yang positif dan dengan kondisi yang tenang. Dan perlu diingat, bahwa pendidik adalah seorang guru yang dalam bahasa Jawa bermakna *digugu* dan *ditiru*. Pendidik sebagai contoh dan panutan yang nantinya apapun yang diucapkan dan dilakukan oleh seorang pendidik akan dicontoh bahkan ditiru oleh peserta didik.

Dari beberapa kutipan yang tertulis dalam buku *Letters To Karel* karya Nazrul Anwar, Keluarga Nazrul Anwar adalah salah satu contoh dari sekian keluarga yang bisa dikatakan berhasil. Berawal dari ketekunan, kerja keras, kesabaran, dan rasa optimislah yang membantu Nazrul Anwar bisa membesarkan seorang anak tanpa adanya seorang ibu. Mengenalkan anak dengan ajaran-ajaran agama sejak masih di kandungan, seperti ummi (istri Nazrul Anwar) yang lebih banyak membaca dan mendengarkan ayat Al-Qur'an merupakan salah satu contoh pendidikan yang dilakukan sejak dini mungkin. Selalu berbagi meskipun diri sendiri terkadang kekurangan kepada makhluk Allah. Tidak hanya manusia, tetapi juga hewan. Perjuangan seorang anak (ummi) yang mengubah dirinya dari anak yang tidak diinginkan menjadi anak yang paling disayang. Perjuangan seorang anak (ummi) yang menempuh pendidikan S1-S2 di luar negeri dengan bermodal *full* beasiswa. Beberapa hal tersebut menunjukkan kesuksesan dalam pendidikan, kehidupan yang sholeh, dan spiritual yang indah.