

GORO-GORO

BK (5)



Putu Wijaya

Di tempat tidur Bu Amat mengemang suaminya.

"Baik itu memang baik. Tapi terlalu baik itu tidak baik, Pak. Apa saja yang terlalu itu jelek! Tidak mendidik! itu sebabnya kenapa kata terlalu itu diciptakan! Jangan suka over acting, Pak! Pak Made itu, tambah merajalela kalau Bapak terlalu baik. Dia pikir kita takut"

Amat tak menjawab sepele pun.

"Bapak memainkan ungkapan diam adalah emas," kata Amat menceritakan kejadian itu pada Ami. "Kalau kereta Shinkansen, kereta cepat di Jepang, lewat, tak

peduli salah atau benar, kita harus minggir. Mengalah tak berarti kalah. Tapi hanya menunda menang! Itu teori taichi. Kalau dipukul, jangan melawan, terima baik saja serangan itu, malahan ikut bantu agar itu bisa menggebrak lebih dahsyat. Tetapi diam-diam, belokkan arahnya ke target lain, bahkan jangan ragu-ragu balikkan serangan itu ke kandangnya sendiri?"

"Dan hasilnya?"

"Dan hasilnya..."

"Bapak digebrak dobel oleh Pak Made dan ibu!"

"Salah! Dan hasilnya, pagi-pagi buta ibumu sudah ke dapur, untuk bikin jajanan pasar, sumpung, nagasari, pisang rai, untuk dibawa menengok Bu Made yang semalam konon trambositnya turun gara-gara ibumu berteriak: Bung Karnoooo!"

Ami heran.

"O,ya? Masak ibu malah bikin Bin Bu Made pisang rai?!"

"Ya! Itulah ibu kamu. Seperti kata Bung Kar (so)no, musuh itu sparring partner, jadi tak cukup hanya minta maaf, apalagi pada tetangga bersebelahan dinding, tak cukup hanya dengan ucapan. Maaf harus ada bukti konkrit, kata ibumu yang kemudian memaksa Bapak mendampinginya mengantarkan pisang rai itu untuk Bu Made yang kena DB. Padahal sejatinya bukan DB tapi hanya telat minum kopi, plus..."

"Plus apa?"

"Plus Bapak terpaksa menjelaskan lagi kepada Bu Made kenapa kami ujug-ujug datang membawa pisang rai. Dan..."

"Dan apa?"

"Dan itu berarti Bapak juga terpaksa sekali lagi mengulangi pekerjaan yang paling bikin hati

kecil!"

"Pekerjaan apa?"

"Ya itulah! Bapak yang sedikit pun tak salah harus minta maaf lagi pada Pak Made yang nampak suci padahal pembohong, suka jahil, ngadu domba, memfitnah, menghalalkan segala cara, hoax, karena mau menang sendiri, padahal jelas salah! Mbok terus-terang saja kalau mau minta dibikinkan pisang rai, ya minta saja, kita kan tetangga, masak kami tega menolak! Pakai ngaku-ngaku istri DB segala!"

Ami ketawa.

"Itu namanya lihai, Pak! Kan politikus!"

"Pakai ngaku-ngaku istrinya DB segala lah, ya akhirnya DB betulan sekarang!"

Ami terkejut.

"Ah! Jadi betul DB?"

"Tadi ada kabar hasil pemeriksaan darahnya positif DB!"

Ami kaget.

"Bapak dan ibu kamu langsung menengok ke RSU, gotong-royong,

ngasih sumbangat duit sedikit, meskipun itu tadinya untuk beli beras. Jadi sekarang Bapak terpaksa datang merongrong kamu, pinjami dulu berapa begitu untuk makan saja. Besok rumah gadainya sudah buka lagi, nanti sepedanya ontelnya Bapak gadaikan dulu."

Ami cepat masuk, lalu kembali membawa dua lembar ratusan ribu.

"Ini dulu. Nanti kalau Bli Sugi datang tak anterin tambahannya. Bapak cepet pulang supaya ibu bisa masak. Ini cukup?"

Amat menjawab lemah.

"Cukup tak cukup harus dicukup-cukupkan. Soalnya..."

"Soalnya apa?"

"Waktu pulang dari menengok Bu Made, ternyata di rumah ada Bung Kar(so)no. Dia minta ongkos pulang ke Jawa, kasihan kakinya dibebat."

"Lho kenapa?"

"Katanya, malam itu, karena dia takut telat nonton Koetkoebi, dia lari, lalu digigit anjing."

Kata Hati

Qemar Hamalik (1990: 95) menjelaskan emosi sebenarnya sangat kabur dan inklusif sehingga beberapa psikolog tidak mau menggunakannya. Emosi dirumuskan sebagai keadaan bergolak, gejala atau guncangan di dalam organisme. Emosi dapat berupa kebencian dan teror yang berakhir pada perkelahian. Emosi juga dapat berupa kasih sayang dan perhatian, cinta dan ambisi. Emosi dapat pula dirumuskan sebagai keadaan perasaan atau pengalaman afektif yang mengiringi suasana bergejolak dalam organisme. Implikasinya adalah bahwa anak harus ditolong untuk dapat mengontrol emosinya agar berkembang ke arah hal-hal yang positif dan konstruktif.

Sekalipun kata "kematangan" (mature) berarti perkembangan yang penuh, pengertiannya secara psikologis bersifat fleksibel. Dalam pengertian psikologis, seorang anak dikatakan matang apabila ia telah mencapai perkembangan yang khas bagi usianya. Anak usia 4 tahun yang memperlihatkan sikap keras kepala satu kali saja dalam 3 atau 4 minggu, dapat dianggap telah matang. Seorang remaja yang segera sembuh dari perasaan patah hati adalah matang untuk usianya. Jadi, pengertian kematangan di sini bukanlah sesuatu yang mutlak, melainkan suatu proses yang relatif.

Masalah yang dihadapi orang tua-orang tua dan para pendidik adalah

Memahami Kematangan Emosi dan Kecerdasan Emosi Anak

menetapkan tujuan-tujuan tentang kematangan emosi dan berusaha agar tujuan-tujuan tersebut dapat dicapai. Beberapa kriteria yang dapat dijadikan tujuan kematangan emosi adalah sebagai berikut: 1. Mampu menahan emosi yang negatif atau dapat menyatakan secara tidak langsung. 2. Membina dan mengembangkan emosi yang positif. Ini dapat dilakukan dengan memberikan pengalaman-pengalaman yang berhasil. 3. Mengembangkan toleransi yang tinggi terhadap situasi-situasi atau hal-hal yang tidak berkenan di hati. 4. Memperoleh kepuasan sosial yang terus bertambah karena tindakan yang sesuai dengan masyarakat. 5. Kebebasan dalam bertindak yang terus bertambah. 6. Kemampuan untuk melakukan pilihan. 7. Bebas dari rasa takut yang beralasan (tak masuk akal). 8. Bertindak sesuai dengan batas-batas kemampuan. 9. Berani berbuat salah tanpa ada perasaan tidak akan dihormati. 10. Sadar akan kemampuan dan prestasi orang lain. 11. Mampu meraih kemenangan secara terhormat. 12. Mampu bangkit kembali setelah mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan atau kegagalan. 13. Mampu menanggulangi pemuasan dorongan-dorongan yang bersifat jasmaniah. 14. Kemampuan untuk bersifat terbuka



I Gusti Ayu Suasthi

dan menerima keterbukaan dalam hubungan interpersonal. 15. Merasa senang dengan kehidupan sehari-hari. Latihan-latihan yang berhubungan dengan mental, emosional, spiritual, dan kegiatan-kegiatan fisik adalah kegiatan yang membawa kepada kepuasan sehari-hari.

Dari 15 kriteria kematangan emosi di atas dapat memberikan gambaran bahwa para remaja yang dapat menjalankan 50% dari kriteria tersebut menunjukkan bahwa mereka sudah memiliki kecerdasan Emosi (EQ). Kecerdasan Emosi merupakan faktor yang paling mempengaruhi keberhasilan dan kesuksesan seseorang.

KECERDASAN EMOSI

Kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengenal perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain. Daniel Goleman (1999:5 12), dengan riset kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda, tetap saling melengkapi, dengan kecerdasan akademik (Academic Intelligence) yaitu kemampuan-kemampuan kognitif murni yang diukur dengan IQ. Meskipun IQ tinggi, tetapi bila kecerdasan emosi rendah tidak banyak membantu. Banyak orang cerdas dalam arti terpelajar, tetapi dengan kecerdasan emosi rendah tetapi unggul dalam keterampilan kecerdasan emosi. menjadi bawahan dan orang yang IQ nya rendah tetapi unggul dalam keterampilan kecerdasan emosi.

Parameter kerangka kerja kecerdasan emosi oleh Daniel Goleman (Agus, 2002) terdiri dari lima kategori utama, Kesadaran diri, Pengaturan diri, Motivasi, Empati,

FABER CASTILE

dan Keterampilan sosial.

Banyak anak yang datang ke sekolah dengan emosi yang tidak baik, misalnya lekas marah, mudah tersinggung. Hal ini mungkin disebabkan oleh (1) sakit kepala karena penglihatannya mengalami gangguan, (2) kurang tidur atau lapar, (3) ada ketegangan dengan orang tuanya, (4) ada ketidakseimbangan kelenjar-kelenjar, atau (5) kondisi sekolah sendiri yang kaku dan terlalu banyak tuntutan kepada anak.

Emosi yang positif dan konstruktif bersumber pada (1) adanya perhatian yang cukup dari orang tua atau guru dan orang dewasa lainnya; (2) anak mendapat rasa kasih sayang, baik dari orang tua ataupun dari guru; (3) suasana yang penuh persaudaraan dan persahabatan; (4) penghormatan terhadap individualitas masing-masing pribadi anak; (5) suasana yang humoristik; (6) keterbukaan dari orang tua-orang tua atau guru yang mau menerima dan mengerti kesulitan-kesulitan anak.

I Gusti Ayu Suasthi

Dosen Psikologi Agama FPAS UNHI Denpasar

KATA HATI: Rubrik ini khusus untuk menuangkan ide/pemikiran/gagasan dalam bentuk tulisan. Tema terkait wanita dan keluarga serta tidak mengandung unsur SARA. Panjang naskah maksimal 4.000 karakter. Lampirkan juga foto close up (bukan pasfoto). Cantumkan nama lengkap, profesi, nomor hp, dan alamat email. Naskah dikirim ke redaksi@cybertokoh.com, redaksitokoh@yahoo.com.

tokoh
bacaan wanita dan keluarga

Penerbit
PT Tarukan Media Dharma
Terbit sejak 9 November 1998

Penanggung Jawab/Pemimpin Redaksi: Gde Palgunadi. **Redaktur Pelaksana:** Ngurah Budi. **Staf Redaksi/Iklan Denpasar:** IG.A. Sri Ardhini, Wirati Astiti. **Buleleng:** Wiwin Meliana. **Jakarta:** Diana Runtu. **NTB:** Naniek Dwi Surahmi. **Desain Grafis:** I Made Ary Supratman. **Manajer Sirkulasi dan Iklan:** I Ketut Budiarta, **Sirkulasi:** Kadek Sepi Purnama, Hariyono, Ayu Wika Yuliani. **Sekretariat:** Ayu Agustini, Putu Agus Mariantara. **Ombudsman:** Jimmy Silalahi. **Alamat Redaksi/Iklan Denpasar:** Gedung Pers Bali K. Nadha, Lantai III, Jalan Kebo Iwa 63 A Denpasar 80117-Telepon (0361) 425373, 7402414, 416676-Faksimile (0361) 425373. **Alamat Redaksi/Iklan/Sirkulasi Jakarta:** Jalan Palmerah Barat 21 G Jakarta Pusat 10270-Telepon (021) 5357603 - Faksimile (021) 5357605. **NTB:** Jalan Bangau No. 15 Cakranegara, Mataram-Telepon (0370) 639543-Faksimile (0370) 628257. **Surat Elektronik:** info@cybertokoh.com, redaksi@cybertokoh.com, iklan@cybertokoh.com. **Bank:** BRI Cabang Gajah Mada Denpasar. **Nomor Rekening:** PT Tarukan Media Dharma: 0017-01-001010-30-6. **Percetakan:** BP Jalan Kebo Iwa 63 A Denpasar.