



PENTINGNYA KECERDASAN EMOSIONAL UNTUK KESIAPAN BERMODERASI

Lia Nur Afifah¹, Putri Ramadhani Shalikhah²

¹Mabna Syarifah Mudaim Ma'had Al-Jami'ah UIN Syarif Hidayatullah Jakarta
email: lia.nurafifah22@mhs.uinjkt.ac.id, ²putrishalikhahprs@mhs.uinjkt.ac.id

Abstrak:

Kecerdasan emosional adalah salah satu kecerdasan di samping kecerdasan intelektual dan kecerdasan spiritual yang harus dikembangkan oleh setiap individu. Terlebih dalam penerapan dan pembiasaan moderasi beragama yang beberapa waktu terakhir ini gencar digaungkan oleh Kementerian Agama Republik Indonesia. Moderat identik dengan selalu berusaha menagmbil jalan tengah (wasathiyah) dan tidak bersikap ekstrim. Dengan adanya kecerdasan emosional yang matang maka seorang individu akan mampu mengadakan hubungan sosial yang harmonis dan dinamis karena ia mampu bere pati dan memiliki ketrampilan sosial yang baik. Hubungan sosial yang harmonis menjadi modal utama dalam membiasakan dan menumbuhkan praktik moderasi di masyarakat Indonesia yang beragam ini sehingga akar-akar konflik yang biasanya dimulai dari perbedaan dapat diminimaoisasi bahkan dihapuskan.

Kata Kunci: kecerdasan emosional, moderasi beragama, majemuk, harmonis

Abstract:

Emotional intelligence is one of the intelligences in addition to intellectual intelligence and spiritual intelligence that must be developed by each individual. Especially in the application and habituation of religious moderation which has recently been echoed by the Ministry of Religious Affairs of the Republic of Indonesia. Moderate is synonymous with always trying to take the middle way (wasathiyah) and not being extreme. With a mature emotional intelligence, an individual will be able to establish harmonious and dynamic social relationships because he is able to react and have good social skills. Harmonious social relations are the main capital in familiarizing and fostering the practice of moderation in this diverse Indonesian society so that the roots of conflict that usually start from differences can be minimized and even eliminated.

Keywords: emotional intelligence, religious moderation, pluralism, harmony

Pendahuluan

Manusia sebagai makhluk berakal yang telah dikaruniai kecerdasan baik kecerdasan intelektual maupun non-intelektual oleh Allah SWT untuk menjalani kehidupan dan beribadah kepada-Nya dengan baik. Pengalaman dan aktivitas yang dilakukan sehari-hari serta kehidupan masyarakat memiliki pengaruh terhadap kecerdasan manusia yang dimana berperilaku berdasarkan dari apa yang dilihat, didengar, dirasakan dan dialami.

Kecerdasan Intelektual (IQ) merupakan kecerdasan yang berkaitan dengan kemampuan beradaptasi, belajar dari pengalaman, menganalisis, dan memecahkan masalah (LENY) Sedangkan Kecerdasan non-intelektual yang berfokus pada Kecerdasan Emosional (EQ) dan Kecerdasan Spiritual. EQ merupakan kemampuan dalam merasakan, memahami, mengendalikan perasaan. (LENY) SQ merupakan kecerdasan dalam segi spiritual untuk menghadapi persoalan makna melalui ketenangan batin (Suryatni, n.d.)

Sebagai makhluk sosial dan beragama manusia berinteraksi antar individu maupun grup melalui kecerdasan intelektual maupun non-intelektual untuk terciptanya proses interaksi yang baik. Tidak dapat dipungkiri dalam berinteraksi memiliki perbedaan pandangan yang kemudian menciptakan keberagaman. Terkadang perbedaan pandangan ini menimbulkan terjadinya perselisihan dan berbagai aksi seperti radikalisme, ekstrimisme, dan intoleransi. Maka dari itu, masyarakat perlu menerapkan sikap moderasi beragama untuk menciptakan perdamaian dan kesatuan antar umat beragama. Moderasi beragama dapat menjadi solusi atas segala konflik keagamaan yang terjadi. Sering sekali agama dijadikan pijakan dalam konflik yang sebenarnya bukan hanya semata-mata karena perbedaan agama (Moh. Badrul Munir). Moderasi beragama di Indonesia biasa dikenal dengan moderasi islam atau islam moderat yang dalam islam merupakan sikap atau pandangan yang berusaha berada diposisi tengah diantara dua sikap yang berlawanan dan berlebihan (Sani, 2022)

Sikap moderasi berkaitan dengan kecerdasan emosional pada manusia dimana berpengaruh dalam berperilaku sesuai dengan sikap moderasi yang tidak hanya memerlukan kecerdasan intelektual dalam menghadapi suatu permasalahan.

Pembahasan

1. Moderasi

Moderasi beragama atau dalam islam disebut Islam moderat memiliki nama lain Islam *Wasathiyah* yang berasal dari dua kata yaitu “islam” dan “*wasathiyah*”. Sebagaimana yang telah diketahui Islam merupakan salah satu agama terbesar di dunia dan Indonesia termasuk negara dengan mayoritas penduduk

nya beragama islam. Sedangkan kata “wasathiyah” merupakan kata yang berasal dari bahasa arab “wasath” atau “wasathan” berarti tengah- tengah. Kata wasathan juga berarti menjaga diri dari sikap tanpa kompromi bahkan tidak mematuhi atau meninggalkan garis kebenaran agama (Fahri & Zainuri, 2019) Kata “Wasath” atau ‘wasathiyah’ yang kerap disebut juga sebagai “wasith”. Kata “wasit” di Indonesia diserap dari bahasa arab yang memiliki beberapa arti yaitu sebagai penengah, peleraian dan pemimpin.

Kata moderasi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia memiliki dua pengertian yaitu, pengurangan kekerasan dan penghindaran keekstriman, sedangkan kata moderat merupakan selalu menghindarkan perilaku yang ekstrem dan cenderung mengarah ke jalan tengah.

Moderasi menurut Quraish Shihab terdiri dari tiga pilar-pilar penting yaitu, pilar keadilan, pilar keseimbangan, dan pilar toleransi. Pilar yang sangat utama merupakan pilar keadilan. Adil merupakan pemberian hak yang sama atau setara kepada pemilik hak tanpa adanya pengurangan maupun penambahan. Quraish Shihab juga menambahkan bahwa terdapat empat makna keadilan yaitu, adil dalam arti ”sama” pada persamaan hak, adil dalam arti ”seimbang” sesuai dengan tujuan dan kebutuhan yang diperlukan, adil dalam arti ”perhatian terhadap hak-hak individu dan memberikan hak-hak itu kepada setiap pemiliknya”, dan adil yang dinisbatkan kepada Ilahi yang berarti memelihara sesuatu yang telah diberikan oleh Allah SWT dengan keadilan yang mencakup segala aspek kehidupan, termasuk akidah, syariat atau hukum, akhlak serta cinta dan benci (Fahri & Zainuri, 2019)

2. Beragama

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia beragama adalah menganut agama. Sedangkan menurut istilah Beragama adalah menebar damai, menebar kasih sayang, kapanpun dimanapun dan kepada siapapun. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia Agama merupakan arti, sistem, prinsip kepercayaan kepada Tuhan dengan ajaran kebaktian dan kewajiban- kewajiban yang berkaitan dengan kepercayaan itu. Agama merupakan pedoman hidup dan pelindung manusia sebagai makhluk yang lemah.

Di Indonesia sendiri Agama memiliki pengertian dalam politik-administratif pemerintah Republik Indonesia adalah agama resmi yang diakui oleh pemerintah. Terdapat lima agama resmi yang telah diakui oleh Indonesia yaitu, Islam, Kristen katolik, Kristen Protestan, Hindu, Budha dan Konghucu (Nurdin, 2021)

Harun Nasution mengumpulkan berbagai macam definisi agama, yaitu

sebagai berikut.

1. Hubungan interpersonal yang mengakui adanya kekuatan supranatural yang wajib ditaati
2. Pembeneran keberadaan kekuasaan supranatural yang menaklukkan umat
3. Menggabungkan seseorang dengan kehidupannya, pengertian ini berisi pengetahuan tentang sumber-sumber selauin manusia, yang memengaruhi semua perilaku manusia.
4. Percaya pada kekuasaan tidak terlihat yang menghasilkan aturan dalam menjalani kehidupan
5. Pola pikir yang bersumber dari kekuasaan supranatural
6. Mengakui ada yang jadi keharusan yang berdasarkan oleh adanya kekuatan tidak terlihat.
7. Penghormatan kepada kekuasaan yang tidak terlihat yang didasari dari perasaan takut dan lemah terhadap kekuasaan yang masih misteri dan berada di alam manusia.
8. Keyakinan yang diturunkan oleh Allah SWT kepada manusia melewati para Rasul (Harun Nasution, 2018)

Oleh karena itu, Agama sangat berpengaruh bagi kehidupan manusia sebagai tuntunan dan jalan hidup dalam segala aktivitas dan masalah manusia. Dengan demikian, beragama merupakan mengamalkan dan memahami ajarn agama dalam kehidupan sehari-hari.

Sehingga dapat disimpulkan moderasi beragama merupakan sikap penguasaan diri manusia untuk berada di jalan tengah dalam beragama tanpa dilebih-lebihkan antara dua hal yang buruk supaya sesuatu yang baik dapat tercipta.

2. Kecerdasan Emosional dan Indikator yang Mengukurnya

Kecakapan emosional atau dikenal dengan istilah kecerdasan emosional berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam memahami diri sendiri (*personal competence*) dan kecakapan dalam mengadakan hubungan dengan orang lain atau bersosialisasi (*sosial competence*). (Mahlani, 2019). Secara lebih rinci kecakapan pribadi itu meliputi tiga hal yakni kesadaran diri (*self awareness*), kemampuan pengaturan diri (*self regulation*), dan motivasi (*motivation*). Sementara kecakapan sosial meliputi dua aspek yakni kemampuan berempati (*emphaty*) dan keterampilan sosial (*social skills*). (Mahlani, 2019)

1. Kecakapan pribadi
 - a. Kesadaran diri (*self awareness*)

Kemampuan untuk mengenal dan mengetahui potensi diri, kelebihan dan

kekurangan, serta intuisi pribadi. Kesadaran diri (self awareness) ini dapat diukur setidaknya dengan tiga indikator, (1) kesadaran emosi (emotional awareness) yaitu kemampuan diri untuk mengidentifikasi dan mengenali emosi-emosi yang muncul dalam diri, efek yang akan muncul dari emosi dan cara mengelola emosi tersebut, (2) kemampuan memberikan penilaian kepada diri dengan akurat (accurate self assessment), yaitu kemampuan mengetahui kelebihan, keunggulan, kekurangan, dan kelemahan diri, serta batasan-batasan yang ditetapkan untuk diri sendiri, (3) percaya diri (self confidence) yaitu kemampuan seseorang yakin dan percaya terhadap potensi dan kemampuan pribadi serta yakin bahwa dirinya memiliki harga diri dan berhak untuk dihargai.

b. Pengaturan diri (self regulation)

Kemampuan seseorang untuk mengatur dan mengelola setiap rasa “ingin pemenuhan” yang ada baik itu berupa kemauan, kebutuhan, desakan (impuls) yang merusak, maupun dorongan (drive) dan mengatur sumber daya diri. Orang yang memiliki pengaturan diri yang baik akan bisa membedakan antara kemauan dan kebutuhan, antara dorongan yang harus segera dipenuhi dan dorongan yang bisa ditunda pemenuhannya. Adapun indikator dari pengaturan diri ini yaitu (1) kendali diri (self control) kemampuan untuk mengendalikan, (2) sifat dapat dipercaya (trustworthiness) yaitu kemampuan memelihara dan menginternalisasi norma kejujuran dan integritas pribadi baik dalam ucapan, sikap, dan tindakan (3) kehati-hatian (conscientiousness) yaitu kemampuan bertanggungjawab atas kinerja pribadi, dan (4) inovasi (innovation) yaitu kemampuan untuk menemukan pembaruan (KBBI V) dan lebih terbuka terhadap setiap ide-ide dan gagasan yang baru.

c. Motivasi (Motivation)

Motivasi adalah kekuatan, arah, dan ketekunan seseorang dalam upaya mencapai tujuan (Robbins, 2015). Kecenderungan emosi akan mengantar dan memudahkan pencapaian tujuan dan rencana hidup seseorang. Beberapa indikator untuk mengukur motivasi antara lain (Mahlani, 2019) (1) dorongan menorehkan prestasi (achievement drive) adalah dorongan untuk berprogres menjadi pribadi yang lebih baik. Seringkali dalam dorongan ini seorang individu memiliki standar keberhasilan menurutnya masing-masing, (2) komitmen (*commitment*) yaitu rasa tanggung jawab untuk menyesuaikan diri dengan sasaran dan tujuan dari kelompok atau organisasi, (3) inisiatif (*initiative*) kesiapan untuk memanfaatkan setiap peluang yang ada, (4) optimisme (*optimism*) yaitu gigih dan yakin terhadap suatu usaha bahwa usaha tersebut akan berhasil meskipun harus melewati tantangan dan kendala terlebih dahulu.

2. Kecakapan sosial (social competence)

Dengan kecakapan sosial seseorang akan memiliki keterampilan dalam menangani interaksi sosial didalam masyarakat yang terkadang rawan memunculkan gejala-gejala konflik. Kecakapan sosial meliputi beberapa indikator berikut:

a. Empati

yaitu kesadaran terhadap sesuatu yang dirasakan oleh orang lain, kebutuhan dan kepentingan orang lain. Empati ini dapat dinilai dengan beberapa indikator yaitu (1) kemampuan memahami orang lain dalam hal ini meliputi kemampuan merasakan perasaan orang lain, kemampuan melihat suatu masalah dari perspektif orang lain, dan menunjukkan minat aktif terhadap kepentingan orang lain, (2) memberikan fasilitas orang lain untuk berkembang (developing others) kemampuan merasakan dan mengira-ngira kebutuhan orang lain demi mencapai pengembangan diri sehingga seseorang yang memiliki empati yang baik akan berusaha membantu orang untuk menumbuhkan kemampuan dan kelebihanya, (3) orientasi pelayanan (service orientation) yaitu berupaya untuk melayani orang lain untuk membantunya mencapai kebutuhan, (4) memanfaatkan keragaman (mencari dan menumbuhkan peluang melalui keberagaman, dan (5) kesadaran politis yaitu mampu mengidentifikasi gelombang dan gejala emosi yang muncul di dalam kelompok dan keterkaitannya dengan kekuasaan.

b. Keterampilan sosial

Kecerdasan mengunggah tanggapan yang dikehendaki kepada orang lain. Beberapa indikator dari keterampilan sosial ini adalah (1) pengaruh yaitu kemampuan memberikan persuasi kepada orang lain, (2) komunikasi kemampuan menyampaikan pesan dan menerima pesan dengan baik, (3) manajemen konflik kemampuan menangani masalah-masalh yang berkembang dalam masyarakat, (4) kepemimpinan yaitu kemampuan menggerakkan dan memandu orang lain (5) katalisator yaitu kemampuan memulai dan mengelola perubahan (6) membangun hubungan yaitu kemampuan menumbuhkan hubungan yang bermanfaat (7) kolaborasi dan koperasi yaitu kemampuan membangun kerjasama dengan orang lain untuk mencapai tujuan bersama (8) kemampuan tim, yaitu kemampuan menciptakan sinergi kelompok dalam memperjuangkan tujuan bersama.

4. Pengembangan Kecerdasan Emosional Bingkai Moderasi Beragama

Beberapa tahap mengembangkan kecerdasan emosional dalam penerapan moderasi beragama yaitu inseminasi, reproduksi, dan ekstensifikasi. (Mahlani, 2019)

a. Inseminasi

adalah tahapan penumbuhan, penyemaian, dan pengenalan nilai-nilai kecerdasan emosional meliputi kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial dalam tiap diri individu. Sebagaimana benih tanaman, tahap inseminasi ini memerlukan tempat, situasi, dan kondisi yang mendukung serta dinamis agar benih yang disemai dapat tumbuh dengan baik. Dalam menerapkan moderasi beragama langkah pertama yang dapat kita lakukan yaitu menumbuhkan nilai-nilai kecerdasan emosional dalam bermoderasi. Pada tahap ini hanya perlu dikenalkan apa itu kecerdasan emosional dan urgensinya untuk bermoderasi. Misalnya mulai dikenalkan pentingnya memiliki empati dan toleransi ketika ingin mewujudkan moderasi dalam beragama.

b. Reproduksi

adalah tahapan pengembangan dan pembudidayaan secara sistematis, berintegrasi, dan berkelanjutan. Sistem reproduksi yang diperlukan yaitu sistem reproduksi yang efektif yang biasanya didapatkan melalui instrumen pendidikan baik formal, non-formal dan informal. Hal tersebut bertujuan agar benih-benih kecakapan emosi dapat tumbuh dan berkembang secara baik dan maksimal. Keseimbangan proses reproduksi yang melalui ketiga jalur pendidikan (formal, nonformal dan informal) sangat menentukan efektifitas keluarannya dalam bentuk mentalitas, sikap dan perilaku individu yang memiliki kecerdasan emosional yang baik.

Setelah keterampilan atau kecerdasan emosional tersebut mulai ditanamkan maka selanjutnya adalah perlu adanya pengembangan. Kecerdasan emosional dapat dilatih dan dikembangkan melalui pendidikan. Maka, peran pendidik di sini adalah memandu peserta didik untuk mampu memiliki kecerdasan emosional yang baik khususnya dalam konteks bermoderasi beragama. Pendidik bisa memberikan contoh dan langkah konkret yang bisa dilakukan ketika berinteraksi sosial dengan pemeluk agama lain. Misalnya mengajarkan langkah-langkah menerapkan empati dan toleransi, saling menghargai perbedaan, serta langkah-langkah mewujudkan kerukunan antar umat beragama.

c. ekstensifikasi

yaitu tahap perluasan pengembangan nilai-nilai kecakapan emosional agar tumbuh dan berkembang di berbagai sektor aktivitas pribadi, keluarga, maupun institusi-institusi kemasyarakatan. Dalam tahap ini perlu dilakukan penguatan (empowering) kapasitas individu dan lembaga-lembaga sosial yang berkompeten agar memiliki daya tawar (bargaining position) yang efektif dalam membentuk budaya organisasi yang dinamis, partisipatif, demokratis, toleran, dan sebagainya.

Tahap ini merupakan tahap paling akhir, artinya ketika kita sudah mengetahui bagaimana langkah mengembangkan kecerdasan emosional dalam moderasi, maka selanjutnya kita harus mampu membiasakan dan menguatkan agar dapat mengakar dalam jiwa kita.

Adapun implementasi kecerdasan emosional dalam kaitannya dengan upaya menumbuhkan moderasi beragama tidak saja berkaitan dengan masing-masing individu dengan segala, tetapi juga menyangkut persoalan sosial-ekonomi, budaya, kesehatan dan kebijakan negara atas kepentingan masyarakat luas. Oleh karena itu, untuk mewujudkan hal tersebut diperlukan komitmen dari semua pihak yang berkepentingan secara langsung maupun tidak langsung, khususnya pemerintah/negara dalam memfasilitasi pengembangan nilai-nilai kecakapan emosi secara menyeluruh di semua komponen dalam tatanan masyarakat.

Penting digaris bawahi bahwa proses pengembangan moderasi beragama itu tidak saja menyangkut soal pengetahuan (*knowledge*), tetapi lebih menyangkut ranah afeksi, seperti mentalitas, (*mentality*), sikap (*attitude*) dan perilaku. Oleh karena itu, proses menumbuhkan moderasi beragama memerlukan proses pelibatan pribadi secara utuh dan waktu yang cukup agar semua aspeknya bisa berjalan secara efektif. Karena itu, ketiga tahap pengembangan kecakapan emosi seperti di atas, idealnya dapat berjalan secara simultan sehingga melahirkan individu-individu yang berkepribadian matang secara alamiah, bukan individu-individu matang secara karbitan. Individu-individu semacam ini, pada akhirnya akan menjadi kekuatan penggerak pergaulan sosial. Di sinilah inti persoalan menumbuhkan moderasi beragama yang menjadi pembahasan dalam tulisan ini. Kematangan emosional dari individu dan masyarakat merupakan instrumen penting dalam menumbuhkan dan mengembangkan moderasi beragama. Dengan kecerdasan emosional yang matang maka seseorang akan mampu mengembangkan tata pergaulan sosial yang harmonis dan dinamis sebagai modal utama dalam bermoderasi beragama.. Ketika masing-masing individu memiliki tingkat kesadaran diri (*self awareness*) yang tinggi, kemampuan pengaturan diri (*self regulation*) yang baik, motivasi (*motivation*) yang kuat, empati (*empathy*) yang tinggi dan keterampilan sosial (*social skills*) yang memadai, maka dapat dipastikan bahwa keragaman suku, budaya, agama dan lain-lainnya tidak akan menjadi potensi terjadinya konflik atau gesekan sosial baik di kalangan internal umat beragama maupun antar umat beragama. Maka konsep Islam rahmatan lil Alamin akan terwujud dalam negara Indonesia.

Menurut Mahlani, pengembangan kecakapan emosi dalam konteks menumbuhkan moderasi beragama dapat dilakukan melalui beberapa langkah

berikut:

1. Menanamkan pesan-pesan keagamaan secara lemah lembut, sistematis, dan berkontinu di lingkungan keluarga, institusi pendidikan, dan lingkungan masyarakat.
2. Mengembangkan nilai-nilai ketuhanan, kemanusiaan, dan kealaman seperti kebersamaan, kejujuran, keadilan, kesetaraan, keseimbangan, kelestarian, dan sebagainya secara intensif di lingkungan keluarga dan masyarakat.
3. Menghidupkan komunitas-komunitas yang ada di masyarakat, seperti komunitas yang berbasis keahlian/profesi, minat/hobi, arisan, kelompok ronda dan sebagainya sebagai wadah menghidupkan kebiasaan positif, seperti kepercayaan diri, saling menghargai, kedisiplinan, dan sejenisnya tanpa melakukan pembedaan berdasar ras, suku, maupun agama.
4. Menyebarkan semangat moderasi dan kehidupan yang harmoni dalam bingkai kerukunan melalui berbagai media massa seperti poster, sosial media, televisi, radio, dsb.(Mahlani, 2019)
5. Membiasakan untuk menerapkan keterbukaan dalam berkomunikasi dan keterbukaan diri mulai dari lingkup terkecil seperti keluarga dan masyarakat sekitar seperti berani menyampaikan pendapat yang berbeda, menghargai perbedaan pendapat yang mungkin ada, dan melalui pengalaman praktis misalnya *family gathering*, *outbound training*, dan sebagainya.

Kesimpulan

Kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang sangat penting untuk kesiapan bermoderasi. Kemampuan mengendalikan diri, menyelesaikan masalah, beradaptasi, berkomunikasi dengan baik yang berasal dari kecerdasan emosional merupakan modal utama dalam moderasi beragama sehingga keberagaman tidak menjadi potensi terjadinya konflik internal umat beragama maupun umat beragama. Moderasi beragama menciptakan kehidupan yang harmonis dengan sikap penguasaan diri yang berada pada jalan tengah tanpa melebih-lebihkan suatu hal dan dengan sikap toleransi, keadilan, dan keseimbangan yang menjadi poin penting untuk menghindari potensi terjadinya konflik

References

- Fahri, M., & Zainuri, A. (2019). *Moderasi Beragama di Indonesia*. 25(2). <https://doi.org/10.19109/intizar.v25i2.5640>
- Harun Nasution. (2018). *Islam: ditinjau dari berbagai Aspeknya Jilid 1*. Mahlani, M. (2019). *Kecakapan Emosi: Modal Utama Moderasi Beragama*. www.bimasislam.kemenag.go.id
- Nurdin, F. (2021). Jurnal Ilmiah Al Mu'ashirah: Moderasi Beragama menurut Al-Qur'an dan Hadist. *Ilmiah Al-Mu'ashirah*, 18(1), 59–70. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/almuashirah/>
- Robbins, S. (2015). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Penerbit Salemba Empat.
- Sani, T. (2022). Teori Kecerdasan dalam Moderasi Beragama (Library-Research). *Pendidikan*, 11(11).
- Suryatni, L. (n.d.). *Kecerdasan Emosional san Perilaku Manusia (Dalam Perspektif Antropologi)* Luh Suryatni.