

# MOS DENGAN ESQ, MENGAPA TIDAK?!

R. Wakhid Akhdinirwanto

Program Studi Pendidikan Fisika Univ Muhammadiyah Purworejo

Email: r\_wakhid\_a@yahoo.com

## Abstrak

Masa Orientasi Siswa atau disingkat MOS atau sering disebut juga Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (disingkat MPLS) merupakan sebuah kegiatan yang umum dilaksanakan di sekolah guna menyambut kedatangan siswa baru. Masa orientasi lazim kita jumpai hampir di tiap sekolah, mulai dari tingkat [SMP](#), [SMA](#) hingga [perguruan tinggi](#).

MOS bagi kebanyakan siswa baru memang terkesan menakutkan. Sebab, kakak tingkat biasanya memberikan beban kepada siswa baru untuk mencari barang-barang yang aneh-aneh yang sulit didapat di sekitar kita. Kalau ternyata siswa baru tersebut tidak bisa mendapatkan, maka hukumanlah yang menimpa siswa baru tersebut. Oleh karena itu, mereka sekuat tenaga mencari barang yang sangat sulit tersebut dan harus mendapatkan kalau tidak ingin dihukum.

Ada satu alternatif yang mampu menghindarkan MOS dari kesan balas dendam. Alternatif itu adalah mengisi acara MOS dengan mengenalkan emotional spiritual quotient (ESQ) kepada siswa baru. Pengalaman penulis mengisi acara MOS dengan model ESQ membuat siswa menjadi termotivasi untuk belajar, siswa merasa senang, bahkan banyak yang meminta diadakan acara seperti ini lagi.

**Kata kunci:** MOS, ESQ

## Pendahuluan

Masa Orientasi Siswa atau disingkat MOS atau sering disebut juga Masa Pengenalan Lingkungan Sekolah (disingkat MPLS) merupakan sebuah kegiatan yang umum dilaksanakan di sekolah guna menyambut kedatangan siswa baru. Masa orientasi lazim kita jumpai hampir di tiap sekolah, mulai dari tingkat [SMP](#), [SMA](#) hingga [perguruan tinggi](#). Tak pandang itu sekolah negeri maupun swasta, semua menggunakan cara itu untuk mengenalkan almamater pada siswa barunya. MOS dijadikan sebagai ajang untuk melatih ketahanan mental, disiplin dan mempererat tali persaudaraan. MOS juga sering dipakai sebagai sarana perkenalan siswa terhadap lingkungan baru di sekolah tersebut. Baik itu perkenalan dengan sesama siswa baru, kakak kelas, guru hingga karyawan lainnya di sekolah itu. Tak terkecuali pengenalan berbagai macam kegiatan yang ada dan rutin dilaksanakan di lingkungan sekolah.

Dalam kegiatan MOS pasti ada tujuan yang ingin dicapai. Tujuan yang hendak dicapai dalam kegiatan MOS itu antara lain:

1. Memperkenalkan siswa pada lingkungan fisik sekolah yang baru mereka masuki
2. Memperkenalkan siswa pada seluruh komponen sekolah beserta aturan, norma, budaya, dan tata tertib yang berlaku di dalamnya.
3. Memperkenalkan siswa pada keorganisasian
4. Memperkenalkan siswa untuk dapat menyanyikan lagu hymne dan mars sekolah
5. Memperkenalkan siswa pada seluruh kegiatan yang ada di sekolah
6. Mengarahkan siswa dalam memilih kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan bakat mereka
7. Menanamkan berbagai wawasan dasar pada siswa sebelum memasuki kegiatan pembelajaran secara formal di kelas.
8. Menanamkan sikap mental, spiritual, budi pekerti yang baik, tanggung jawab, toleransi, dan berbagai nilai positif lain pada diri siswa sebagai implementasi penanaman konsep iman, ilmu, dan amal.

Namun demikian, MOS bagi kebanyakan siswa baru memang terkesan menakutkan. Betapa tidak, pada kesempatan seperti ini kakak tingkat biasanya memberikan beban kepada siswa baru untuk mencari barang-barang yang aneh-aneh yang sulit didapat di sekitar kita. Kalau ternyata siswa baru tersebut tidak bisa mendapatkan, maka hukumanlah yang menimpa siswa baru tersebut. Oleh karena itu, mereka sekuat tenaga mencari barang yang sangat sulit tersebut dan harus mendapatkan kalau tidak ingin dihukum.

Pemandangan seperti ini dari tahun ke tahun masih saja sering kita jumpai di setiap acara MOS. Belum lagi dengan siswa baru yang diminta menggunakan pakaian beserta asesorisnya yang di luar kewajaran seperti menggunakan kalung dari jahe, menggunakan topi berbentuk kerucut dari kertas, ikat pinggang dari rafia, dan sebagainya. Kata panitia MOS untuk melatih mental siswa baru agar memiliki mental yang tangguh, tahan banting, dan tidak cengeng. Betulkah demikian?

Memang dari satu sisi anggapan seperti itu dapat dibenarkan. Faktanya memang mereka berani mengenakan pakaian seperti itu. Paling tidak saat diadakan MOS. Tapi benarkah keberanian itu muncul tanpa dibayang-bayangi rasa takut? Dan bisakah keberanian itu terpelihara, minimal sampai mereka lulus dari sekolah tersebut? Belum tentu. Mengapa? Sebab mereka berani mengenakan pakaian yang di luar kewajaran itu karena bersama-sama, banyak temannya yang merupakan siswa baru mengalami nasib yang serupa. Itu semua disebabkan karena perintah panitia MOS. Karena itu wajar kalau mereka berani mengenakan pakaian yang demikian. Tapi setelah itu, mereka tentu tidak akan berani mengemukakannya,

sebab tidak wajar. Terlebih lagi setelah bergaul dengan kakak tingkatnya dan mendapatkan pengalaman dari kakak tingkatnya tersebut bahwa sesungguhnya perlakuan terhadap adik kelasnya tersebut merupakan tradisi yang harus dipelihara terus menerus, dari tahun ke tahun. Mau tidak mau, suka tidak suka tradisi MOS yang demikian itu sebagai ajang balas dendam yang dilegalkan oleh sekolah. Oleh karena itu, mereka tentu akan berpikiran serupa di acara MOS mendatang. Inilah tradisi MOS kita, yang sampai saat ini belum ada pemecahan yang jitu untuk mengisi acara MOS agar tidak terkesan balas dendam.

### **Kecerdasan Emosional – Spiritual**

Namun demikian, ada satu alternatif yang mampu menghindarkan MOS dari kesan balas dendam. Alternatif itu adalah mengisi acara MOS dengan mengenalkan emotional spiritual quotient (ESQ) kepada siswa baru. Dengan beberapa guru yang telah dilatih terlebih dahulu, penulis mencoba mengisi acara MOS di MAN 2 Wates dengan model ESQ. Memang semula siswa harap-harap cemas, sebab banyak siswa yang belum paham tentang ESQ. Namun setelah mengikuti pengenalan ESQ di hari terakhir, siswa merasa senang, bahkan banyak yang meminta diadakan acara seperti ini lagi.

Lantas, apa itu ESQ? Mari kita cermati. Dunia pendidikan kita saat ini mengenal berbagai kecerdasan, disamping kecerdasan majemuk. Ketiga kecerdasan itu adalah kecerdasan intelektual/intellectual quotient (IQ), kecerdasan emosi/emotional quotient (EQ), dan kecerdasan spiritual/spiritual quotient (SQ).

Kecerdasan intelektual (IQ) adalah berkaitan dengan pengetahuan-pengetahuan yang diperoleh seseorang. Kecerdasan emosi (EQ) adalah pertama, kemampuan mendengar suara hati sebagai sumber informasi. Kedua, pengetahuan seseorang untuk merasakan perasaan orang lain, dan kemudian pengetahuan itu digunakan untuk bertindak. Dan kecerdasan spiritual (SQ) adalah kemampuan memberikan makna puncak dalam setiap aktivitas (Wakhid, 2005).

Pada awalnya, kemampuan seseorang dinilai dari kecerdasan intelektual (IQ), sehingga IQ selalu mendapat prioritas. Namun kini anggapan bahwa IQ segala-galanya atau setidaknya faktor intelektual yang akan membawa orang pada kesuksesan dalam kehidupan karir atau kehidupan nyata, telah terbantahkan sejak Daniel Goleman menulis buku, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More than IQ (1995)*. Buku hasil riset itu yang luas ini kemudian mendapat respon positif dari sejumlah ilmuwan yang melakukan riset lanjutannya. Hasil riset itu sungguh sangat menyentak kesadaran pembacanya. Menurut Goleman kecerdasan intelektual hanya berperan 6 sampai 20 persen saja bagi kesuksesan hidup, selebihnya dipengaruhi oleh kecerdasan yang lain, yaitu kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ). Banyak orang yang pada waktu di sekolah atau kuliah tergolong pintar, menduduki ranking akademik atas, namun terbukti gagal dalam kehidupan karirnya.

Banyak pula orang yang di sekolah biasa-biasa saja capaian akademiknya, terbukti sukses dalam karir, menjadi orang yang berprestasi dan berguna bagi masyarakat. Orang yang cerdas secara intelektual namun bodoh secara emosional, dalam kehidupan kerjanya mungkin akan menjadi orang yang kritis yang hobinya pamer kepintaran dan menjatuhkan orang, arogan, mudah tersinggung, gampang marah, mudah runtuh motivasinya ketika menghadapi kesulitan kerja, sulit bekerja sama, dan sebagainya. Alhasil, kontribusinya rendah dan berujung pada kegagalan. Apalagi dengan adanya berbagai penyimpangan yang dilakukan oleh kaum terpelajar seperti kasus-kasus korupsi-kolusi-nepotisme (KKN), atau perilaku menyimpang pelajar kita seperti kenakalan remaja, dan penyimpangan seksual. Padahal orang-orang tersebut memiliki IQ tinggi, setidaknya IQ-nya normal.

**Kecerdasan emosional (*emotional intelligence* atau *emotional quotient*)** adalah sebuah konsep kecerdasan paling mutakhir yang menggugat dan memperluas makna kecerdasan yang telah terlanjur mengakar di masyarakat. Kecerdasan tidak sebatas kecerdasan intelektual (IQ) belaka, melainkan juga mencakup sisi emosional manusia. Dengan meyakinkan, Daniel Goleman (2000) mengungkapkan bahwa kecerdasan intelektual hanya menentukan maksimum 20% saja dari kesuksesan seseorang, selebihnya 80% ditentukan oleh faktor lain, termasuk kecerdasan emosional. Kecerdasan akademis sedikit kaitannya dengan kehidupan emosional. Orang dengan IQ tinggi dapat terperosok ke dalam nafsu yang tidak terkendali dan impuls-impuls yang meledak-ledak. Kecerdasan akademis praktis tidak menawarkan persiapan untuk menghadapi gejala yang ditimbulkan oleh kesulitan-kesulitan hidup. IQ tinggi tidak menjamin kesejahteraan, gensi atau kebahagiaan hidup seseorang.

Perlu digaris bawahi kecerdasan emosional tidak bertentangan dengan kecerdasan intelektual, melainkan masing-masing mempunyai fungsi yang berbeda-beda namun tetap saling mendukung satu sama dengan yang lain.

Berbeda dengan kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional tidak dapat diukur secara baku. Goleman (2000:60) mengatakan bahwa: “Berbeda dengan tes-tes IQ yang sudah dikenal, sampai sekarang belum ada tes tertulis tunggal yang menghasilkan nilai kecerdasan emosional dan barangkali tidak pernah ada tes semacam itu”.

Menurut Shapiro (1995: 5), istilah kecerdasan emosi pertama kali dikemukakan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire. Kecerdasan emosional merujuk pada kualitas-kualitas emosional dalam diri manusia yang dapat dikembangkan untuk meraih kesuksesan. Kualitas-kualitas ataupun aspek penting dalam kecerdasan emosional tersebut adalah sebagai berikut.

1. Empati
2. Mengungkapkan dan memahami perasaan
3. Pengendalian amarah
4. Kemandirian kemampuan menyesuaikan diri

5. Disukai
6. Kemampuan memecahkan masalah antar pribadi
7. Ketekunan
8. Kesetiakawanan
9. Keramahan, dan
10. Sikap hormat

Goleman (2000; 45), mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah Kemampuan untuk memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar bebas dari stress yang melumpuhkan kemampuan berfikir, dan berdoa.

Sementara itu menurut Solovey dan Meyer sebagaimana dikutip Shapiro (1997 : 9), berpendapat bahwa kecerdasan emosional adalah himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, memilah-milah semuanya, dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.

Ahli lain yaitu Cooper dan Sawaf (1998 : xv) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan emosi menuntut pemilikan perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain serta menanggapi dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari.

Dari beberapa pendapat tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional menuntut diri untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain untuk menanggapi dengan tepat, menerapkan dengan efektif energi emosi dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari. Dengan kata lain, kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk menggunakan radar hati. Sumber radar hati adalah sifat-sifat Allah yang disebut Asmaul Husna yang jumlahnya ada 99. Sifat-sifat tersebut mulai dari **Ar Rahman, Ar Rahiem, Al Malik, Al Quddus, sampai dengan Ash Shobur.**

Kecerdasan emosional sangat diperlukan dalam kehidupan manusia sepanjang hidupnya. Perannya dalam kehidupan manusia adalah antara lain menambah pengalaman hidup sehari-hari, mempersiapkan fisik anak untuk melakukan melalui reaksi fisiologi yang menyertai timbulnya emosi tersebut, mempengaruhi kehidupan seseorang. Orang dengan ketrampilan emosional yang terkandung dengan baik berarti kemungkinan besar ia akan bahagia dan berhasil dalam kehidupannya, menguasai kebiasaan pikiran yang mendorong produktivitas mereka. Orang yang tidak dapat menghimpun kendali tertentu dalam kehidupan emosionalnya akan mengalami pertarungan batin yang merampas kemampuan mereka untuk berkonsentrasi pada karir atau pekerjaan.

Kecerdasan emosional tumbuh seiring pertumbuhan dan perkembangan seseorang sejak lahir hingga meninggal dunia. Pertumbuhan kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, keluarga dan contoh-contoh yang didapatnya melalui interaksinya dengan orang-orang di sekitarnya. Orangtua adalah seseorang yang pertama kali harus mengajarkan kecerdasan emosi kepada anaknya dengan memberikan teladan dan contoh yang baik.

### **Kecerdasan Spiritual**

Kecerdasan spiritual (*spiritual intelligence* atau *spiritual quotient/SQ*) merupakan temuan terkini secara ilmiah, pertama kali digagas oleh Danah Zohar dan Ian Marshall, masing-masing dari Harvard University dan Oxford University (Ary Ginanjar, 2001: xxxix).

Danah Zohar dan Ian Marshall mendefinisikan kecerdasan spiritual adalah kecerdasan untuk menghadapi persoalan makna atau *value*, yaitu kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup kita dalam konteks makna yang lebih luas. SQ adalah landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif. Dengan demikian SQ merupakan kecerdasan tertinggi kita (Ary Ginanjar, 2001:57).

Namun demikian, SQ dari barat ini belum atau bahkan **tidak** menjangkau **ketuhanan**. Pembahasannya baru sebatas tataran biologi atau psikologi semata, tidak bersifat transendental, sehingga masih merasa adanya “kebuntuan”. Oleh karena itu SQ yang sesungguhnya adalah SQ yang bersumber pada suara hati, hati nurani, atau hati kecil.

Karena itu tidak salah jika ada yang mendefinisikan bahwa SQ adalah kemampuan memberikan makna puncak dalam setiap aktivitas (Wakhid, 2005). Sebab aktivitas manusia itu tidak lepas dari sifat Allah yang 99 tersebut. Orang yang memiliki SQ tinggi adalah orang yang dalam aktivitasnya, baik sendiri maupun bersama-sama selalu merasa diawasi oleh yang memiliki sifat tersebut, yaitu Allah SWT.

### **Penerapan pada MOS**

Pada acara MOS, siswa diajak melakukan perjalanan spiritual layaknya training ESQ. Hanya saja kalau training ESQ dilakukan dalam ruang yang nyaman (Ber-AC) dengan tata letak audio visual dan materi yang standar training ESQ. Ini tidak. MOS dengan materi ESQ dilakukan pada malam hari dengan bantuan audio visual yang dimiliki sekolah sebagai sarana untuk menunjukkan kebesaran-kebesaran Tuhan. Mengapa malam? Ini hanyalah semata-mata untuk mendapatkan suasana yang tenang dan nyaman sehingga peserta MOS bisa konsentrasi mengikuti materi ESQ yang diberikan oleh guru-gurunya. Materinya pun tidak perlu sama persis dengan training ESQ, yang penting materi disampaikan melalui permainan yang menyentuh dan kemudian bisa memunculkan suara hati.

Di acara ini dikenalkan suara hati yang merupakan percikan sifat-sifat Tuhan yang menjadi pedoman kita di dalam beraktivitas, kemudian diberitahu tentang adanya 7 belenggu jiwa (seperti prasangka negatif, prinsip hidup, pengaruh sudut pandang, pengaruh

pembandingan, pengalaman, pengaruh kepentingan dan prioritas, dan pengaruh buku bacaan) dan cara penjernihannya. Ini dimaksudkan agar tidak menghalang-halangi kecerdasan emosi. Kalau belenggu-belenggu ini hilang maka kecerdasan emosi akan muncul ke permukaan dan terpancar dalam kehidupan sehari-hari.

Setelah itu siswa dijelaskan tentang 6 prinsip untuk menstabilkan emosi dalam ESQ serta 5 cara membentuk ketangguhan pribadi. Melalui berbagai permainan, siswa dikenalkan pada prinsip bintang (*star principle*) yang mengacu bahwa setiap aktivitas termasuk aktivitas belajar harus diniatkan mencari ridla Allah; prinsip malaikat (*angel principle*) mengacu pada sifat malaikat yang selalu berbuat baik, tidak pernah berbuat salah; prinsip kepemimpinan (*leadership principle*) mengacu kepada kepemimpinan Muhammad yang dapat mencapai lima tangga kepemimpinan yaitu dicintai, dipercaya, diikuti, membimbing, berkepribadian, dan pemimpin abadi. Siswa yang melaksanakan prinsip ini akan selalu berusaha untuk dicintai, dipercaya, diikuti, menjadi pembimbing, berkepribadian dengan mencontoh pada pada pemimpin abadi yang tercermin pada diri Muhammad.

Kemudian dikenalkan pula prinsip pembelajaran (*learning Principle*), yang mengharuskan siswa untuk membiasakan membaca, berpikir, menganalisa dan mengevaluasi setiap langkah dalam melaksanakan aktivitas belajar. Selanjutnya, siswa dikenalkan tentang prinsip masa depan (*vision principle*), untuk pembangunan visi pendidikan agar sekolah tempat belajar menjadi sekolah yang berkualitas. Dan terakhir siswa dikenalkan prinsip keteraturan (*well organized principle*), yang mengharuskan siswa memiliki kesadaran, ketenangan, dan keyakinan dalam berusaha, karena pengetahuan akan kepastian hukum alam dan hukum sosial. Dengan prinsip ini siswa akan sangat memahami akan arti pentingnya sebuah proses yang harus dilalui, selalu berorientasi pada pembentukan sistem (sinergi), dan selalu berusaha menjaga sistem yang telah dibentuk.

Setelah itu, siswa dikenalkan pada pembentukan ketangguhan pribadi (*personal strength*) melalui pengaplikasian suara hati ke dalam aktivitas sehari-hari. Ketangguhan pribadi ini terdiri dari *pertama*, penetapan misi (*mission statement*) adalah upaya menjadikan syahadat sebagai daya dorong dalam upaya mencapai tujuan. Syahadat akan membangkitkan keberanian dan optimisme, sekaligus menciptakan ketenangan batiniah siswa dalam menjalankan misi hidupnya sebagai pelajar. *Kedua*, pembangunan karakter (*character building*) upaya menjadikan shalat sebagai (1) suatu metode relaksasi untuk menjaga kesadaran diri agar tetap memiliki cara berpikir yang fitrah; (2) suatu langkah untuk membangun kekuatan afirmasi; (3) sebuah metode yang dapat meningkatkan kecerdasan emosi dan spiritual (ESQ) secara terus menerus; (4) suatu teknik pembentukan pengalaman yang membangun suatu paradigma positif; dan (5) suatu cara untuk terus mengasah dan mempertajam ESQ yang diperoleh dari *mental building*.

*Ketiga*, pengendalian diri (*self controlling*) adalah upaya menjadikan puasa sebagai suatu metode pelatihan untuk pengendalian diri. Puasa bertujuan untuk meraih kemerdekaan sejati dan pembebasan dari belenggu nafsu yang tak terkendali. Puasa yang baik akan memelihara aset kita yang paling berharga yaitu fitrah diri, meningkatkan kecakapan diri secara fisiologis, dan pelatihan untuk menjaga prinsip-prinsip yang telah dianut berdasarkan *mental building*. *Keempat*, ketangguhan pribadi (*social strength*) terdiri dari *strategic collaboration* dan *total action*. *Strategic Collaboration* bertumpu pada zakat yang merupakan langkah nyata membangun suatu landasan yang kokoh guna membangun sebuah sinergi yang kuat yang berlandaskan sikap empati, kepercayaan, kooperatif, keterbukaan dan kredibilitas. Dengan demikian *strategic collaboration* melatih siswa untuk mendahulukan memberi (melaksanakan tugas dan kewajiban) dari pada menerima (menuntut hak-hak siswa), sebab dengan memberi kita akan bahagia.

*Total Action* dijiwai oleh perjalanan haji, sehingga *total action* ini merupakan suatu transformasi prinsip dan langkah secara total (*thowaf*), konsistensi dan presistensi perjuangan (*Sa'i*), evaluasi prinsip dan langkah yang telah dibuat, dan visualisasi masa depan melalui prinsip berpikir dan cara melangkah yang fitrah (*wuquf*), serta persiapan fisik dan mental dalam menghadapi berbagai tantangan masa depan (*melontar jumrah*). Dengan cara demikian diharapkan siswa dalam menjalankan belajar penuh dengan rasa senang sehingga potensi yang dimiliki siswa bisa keluar dan berkembang secara optimum, yang pada akhirnya sekolah mampu menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas yang berguna bagi pembangunan bangsa dan negara.

### **Daftar Pustaka**

- Ari Ginanjar Agustian. 2001. *Rahasia sukses membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual (ESQ/Emotional Spiritual Quotient) Berdasarkan 6 Rukun Iman Dan 5 Rukun Islam*. Jakarta: Penerbit Arga.
- Daniel Goleman. 2000. *Emotional Intellegence*, Alih Bahasa: T Hermaya. Jakarta: Gramedia.
- Lawrence E. Shapiro. 1998. *Mengajar Emosional Intelegensi Pada Anak*. Jakarta: Gramedia.
- Wakhid Akhdinirwanto. 2005. *Mengubah Paradigma Pendidikan (Makalah seminar Jurusan Fisika)*. Malang: Universitas Negeri Malang.