

BAB II

STUDI KEPUSTAKAAN

A. Deskripsi Teoritik

1. *Emotional Literacy*

a. Definisi

Menurut Claude Steiner *emotional literacy* adalah bagaimana kita dapat mengendalikan kekuatan emosi yang kita miliki dan dapat mengekspresikannya dengan tepat kepada orang lain dan lingkungan sekitar. Steiner membuat pelatihan untuk mengendalikan keterampilan emosi seseorang. Pelatihan ini bertujuan untuk membuat seseorang bersikap lebih kooperatif, bebas dari kepura-puraan dan keterpaksaan, memakai rasa empatinya untuk menjalin hubungan dengan orang lain dan memperkuat hubungannya dengan orang-orang di sekitar.¹

Pengertian lain dikemukakan oleh Weare's dalam Brian Matthews, menyatakan bahwa *emotional literacy* adalah kemampuan untuk memahami diri sendiri dan orang lain, khususnya untuk menyadari, memahami, dan menggunakan informasi tentang keadaan emosional diri kita sendiri dan orang lain dengan lebih cakap. Termasuk kemampuan untuk memahami, mengekspresikan

¹ Claude Steiner, *Emotional literacy; Intelligence with a Heart, loc. cit.*

dan mengelola emosi diri kita sendiri, dan menanggapi emosi orang lain, dengan cara menolong diri sendiri maupun orang lain. Itu terkait dengan kesadaran diri, membangun rasa keterkaitan dan rasa percaya, keterampilan dalam membangun komunikasi dan penyelesaian konflik, membangun hubungan yang sehat, empati dan merayakan keberhasilan di semua tingkat. Semua orang dalam suatu komunitas sekolah dipengaruhi oleh tingkat operasi *emotional literacy*.²

Faupel dalam Ripley, menyatakan bahwa *emotional literacy* didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengenali, memahami, menangani dan mengekspresikan emosi diri sendiri dengan tepat dan untuk mengenali, memahami dan merespon dengan tepat emosi yang diekspresikan oleh orang lain. Definisi ini menjelaskan bahwa anak pertama kalinya belajar mengenai emosi dirinya sendiri dan kemudian berkembang mempelajari tentang emosi orang lain. Perbedaan antara kompetensi pribadi (keterampilan intrapersonal) dan kompetensi sosial (keterampilan interpersonal) diakui oleh Kementrian pendidikan Amerika Serikat dalam *Primary National Strategy : Developing Children's SEBS (social, emotional and behavioural skills)* atau Rencana Pembangunan Nasional :

²Brian Matthews, *Enging Education* (England: Open University Press, 2006), p. 44.

Perkembangan anak-anak, keterampilan sosial, emosional dan perilaku. Banyak keterampilan sosial/ program *emotional literacy* yang berasumsi bahwa anak perlu memiliki kesadaran intrapersonal dan mulai diintervensi dengan keterampilan interpersonal.³

Menurut Goleman (1996) dalam Ripley, *emotional literacy* adalah kontributor yang berpengaruh terhadap keberhasilan secara signifikan dalam hidup (yang diukur dengan berbagai kriteria), meningkatkan ketahanan terhadap tekanan, target dan kompetisi dan berperan dalam resistensi terhadap masalah kesehatan mental.⁴

Kelompok organisasi Antidote berpendapat *emotional literacy* adalah latihan berpikir secara individu maupun berkelompok tentang bagaimana emosi membentuk tindakan kita, dan menggunakan pemahaman emosional untuk memperkaya pemikiran kita. *Emotional literacy* adalah bentuk latihan yang melibatkan orang lain dengan cara memahami keadaan emosi pada diri sendiri maupun orang lain, lalu menggunakan pemahaman ini untuk menginformasikan tindakan kita.⁵

³Kate Ripley and Elspeth Simpson, *First Steps to Emotional literacy* (London: Routledge, 2007), p. 3.

⁴Ibid., p. 8.

⁵Ibid.

Emotional literacy membantu emosi individu bekerja untuk diri sendiri, bukan melawan diri. Meningkatkan kualitas hubungan, menciptakan kemungkinan rasa sayang antar manusia, membuat urusan pekerjaan menjadi lebih kooperatif, dan memfasilitasi perasaan masyarakat.⁶

Sebagaimana pendapat beberapa ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa *emotional literacy* merupakan cara untuk mengendalikan kekuatan emosi yang kita miliki dan dapat mengekspresikannya dengan tepat kepada orang lain dan lingkungan sekitar, memahami diri sendiri dan orang lain, khususnya untuk menyadari, memahami, dan menggunakan informasi tentang keadaan emosional diri kita sendiri dan orang lain dengan lebih cakap.

b. Aspek-Aspek *Emotional Literacy*

Menurut Bracket dan Rivers dalam Hughes, *emotional literacy* terdiri dari lima aspek yang disingkat RULER, yaitu:⁷

1. *Recognize* (Mengenali)

Kemampuan pada individu untuk mengidentifikasi dan mengartikan pengalaman emosi dari isyarat nonverbal, termasuk

⁶Claude Steiner, loc.cit.

⁷ Marcia Hughes, Henry L. Thompson, and James Brandford Terrell, *Handbook for Developing Emotional and Social Intelligence* (San Francisco: Pfeiffer, 2009), p. 332.

ekspresi wajah, gaya berjalan, sikap badan, suara, gerakan, sentuhan, dan perubahan psikologis.

2. *Understand* (Mengerti)

Kemampuan pada individu untuk menyadari penyebab dan akibat dari emosi, meliputi situasi-situasi penyebab emosi, peralihan dan perkembangan diantara emosi, dan bagaimana emosi mempengaruhi cara berpikir dan perilaku seseorang.

3. *Label* (Menamai)

Kemampuan individu untuk mampu mengembangkan kosakata yang beragam dari istilah-istilah untuk menggambarkan berbagai macam emosi.

4. *Express* (Mengekspresikan)

Kemampuan individu untuk mengetahui beberapa bentuk ekspresi emosi, termasuk cara berbicara, menulis, dan nonverbal, serta menyadari bentuk dan waktu yang tepat ketika mengekspresikan emosi, tergantung kepada konteksnya dan lawan bicara.

5. *Regulate* (Mengatur)

Kemampuan yang dimiliki individu untuk mampu mengumpulkan strategi-strategi untuk mengubah keadaan emosi seperti mencegah, meningkatkan, mengurangi, dan memulai pada diri sendiri dan orang lain untuk menyelaraskan keadaan.

Brian Matthews menambahkan aspek *social skill* (keterampilan sosial) yang belum ada pada aspek *emotional literacy* yang sudah dikemukakan oleh Bracket & rivers dalam Hughes. Aspek *social skills* akan membantu individu mampu dalam memecahkan suatu konflik atau permasalahan. Selain itu, dapat menjalin hubungan dekat dan belajar toleransi terhadap orang lain. Keempat aspek lainnya dapat diartikan sama meskipun penamaannya berbeda.

Ahli lainnya yaitu Steiner, mengemukakan beberapa aspek-aspek *emotional literacy* yang lebih lengkap. Penjelasan setiap aspeknya sebagai berikut:⁸

1. Memahami perasaan diri sendiri

Pada aspek ini individu dilatih untuk memahami perasaannya sendiri, dapat mendeskripsikan perasaan yang ia rasakan, serta mengetahui efek yang akan ditimbulkan dari emosi yang ia rasakan baik untuk dirinya maupun untuk orang-orang di sekitarnya.

2. Memiliki rasa empati

Pada aspek ini individu dilatih untuk memahami perasaan orang lain, memahami mengapa orang lain merasakan itu serta dapat memposisikan dirinya sebagaimana orang lain rasakan.

⁸ Claude Steiner, loc.cit.

3. Mengelola emosi diri.

Pada aspek ini individu dilatih agar dapat mengekspresikan emosinya kapan dan bagaimana, mengetahui cara yang tepat untuk mengekspresikan emosi positifnya serta mengetahui cara yang tepat pula untuk mengekspresikan emosi negatifnya.

4. Memperbaiki kesalahan yang terjadi terkait kondisi emosi

Pada aspek ini individu dilatih untuk menjadi seseorang yang mau meminta maaf ketika melakukan kesalahan, belajar memahami apa yang telah ia lakukan adalah salah, serta mau bertanggung jawab atas kesalahan yang telah diperbuat.

5. Mengintegrasikan semua aspek secara bersamaan menjadi sebuah keterampilan

Aspek ini merupakan pengaplikasian dari keempat aspek sebelumnya. Ketika keempat aspek diatas sudah dapat mereka kuasai mereka diharapkan akan menjadi individu yang dapat merasakan perasaan orang-orang di sekitarnya, peka terhadap perasaan orang lain dan mengetahui cara yang efektif untuk berinteraksi dengan orang lain.

Dari pemaparan di atas, peneliti menggunakan teori Claude Steiner untuk penelitian ini. Aspek-aspek *emotional literacy* menurut teori Claude Steiner lebih lengkap dibandingkan dengan teori

emotional literacy menurut Bracket dan Rivers, serta Brian Matthews. Ada aspek memperbaiki kesalahan yang sudah dilakukan dan juga mengintegrasikan semua aspek secara bersamaan menjadi sebuah keterampilan. Kedua aspek ini tidak ada pada aspek *emotional literacy* yang telah diungkapkan ahli sebelumnya.

2. Bimbingan Klasikal

a. Definisi Bimbingan Klasikal

Menurut Muro dan Kottman program bimbingan dan konseling mengandung empat komponen pelayanan, yaitu: 1) pelayanan dasar bimbingan; 2) pelayanan responsif; 3) perencanaan individual; dan 4) dukungan sistem.⁹ Bimbingan klasikal ini merupakan bagian dari layanan dasar. Menurut Syamsu Yusuf dan Juntika dalam buku *Landasan Bimbingan dan Konseling*, mendefinisikan bimbingan klasikal merupakan proses pemberian bantuan bagi peserta didik (peserta didik) melalui kegiatan-kegiatan secara klasikal yang disajikan secara sistematis, dalam rangka membantu peserta didik mengembangkan potensinya secara optimal.¹⁰

⁹ Syamsu Yusuf dan Juntika Nurhisana, *Landasan Bimbingan dan Konseling* (Bandung: Pt remaja Rosdakarya, 2009), p. 26

¹⁰ Ibid

Selain itu, dalam buku rambu-rambu penyelenggaraan bimbingan dan konseling, layanan dasar diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada seluruh konseli melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang disajikan secara sistematis dalam rangka mengembangkan perilaku jangka panjang sesuai dengan tahap dan tugas perkembangan (yang dituangkan sebagai standar kompetensi kemandirian) yang diperlukan dalam kemampuan memilih dan mengambil keputusan dalam menjalani hidupnya.¹¹

Ketiga pengertian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa bimbingan klasikal merupakan bimbingan yang diberikan kepada sejumlah peserta didik yang tergabung dalam sesuatu kegiatan pengajaran melalui kegiatan klasikal yang disajikan secara sistematis, memberikan pemahaman diri dan pemahaman tentang orang lain membantu individu untuk merencanakan pengambilan keputusan dalam hidupnya serta mengembangkan potensinya secara optimal.

¹¹ Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan dan Tenaga Kependidikan, Rambu-Rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Dalam Jalur Formal (Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional, 2007), p. 20.

b. Tujuan Bimbingan Klasikal

Pebimbingan klasikal bertujuan untuk membantu semua konseli agar memperoleh perkembangan yang normal, memiliki mental yang sehat, dan memperoleh keterampilan dasar untuk mencapai tugas-tugas perkembangannya. Secara rinci tujuan pelayanan ini dapat dirumuskan sebagai upaya untuk membantu konseli agar:

- 1) Memiliki kesadaran dan pemahaman diri sendiri dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, sosial budaya, dan agama).
- 2) Mampu mengembangkan keterampilan untuk mengidentifikasi tanggung jawab atau tingkah laku yang layak, baik penyesuaian diri dengan lingkungan.
- 3) Mampu menangani atau memenuhi kebutuhan dan masalahnya.
- 4) Mampu mengembangkan dirinya dalam rangka pencapaian hidupnya.

Tujuan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan dari bimbingan klasikal secara keseluruhan adalah membantu konseli untuk menyadari pemahaman diri sendiri agar dapat mengembangkan keterampilan, bertanggung jawab atas lingkungan disekitarnya, dan dapat memenuhi kebutuhan serta mampu mengatasi permasalahan yang ada pada diri mereka.

3. *The Six Thinking Hats*

a. Definisi

Metode *The Six Thinking Hats* adalah metode pembelajaran untuk mengerjakan satu jenis kegiatan berpikir pada satu keadaan waktu. Metode *The Six Thinking Hats* memiliki warna yang berbeda, dan setiap warna memiliki satu jenis kegiatan berpikir. Topi berwarna digunakan sebagai metafora untuk masing-masing keadaan. Beralih dari suatu keadaan atau waktu (sekuens) dilambangkan oleh tindakan mengenakan topi berwarna, baik secara harfiah ataupun kiasan.¹²

Secara prinsip metode ini mendorong peserta didik untuk berpikir sesuai dengan topi yang dipakai, dimana pendidik atau guru menyediakan enam topi yang berbeda warna yaitu Putih, Kuning, Hitam, Merah, Hijau dan Biru. Sebelum pembelajaran dimulai, peserta didik terlebih dahulu dijelaskan mengenai metode *The Six Thinking Hats*. Penjelasan tentang keenam topi yang menggambarkan perbedaan sudut pandang tersebut antara lain:

1. Topi Putih

Bayangkan sehelai kertas kosong. Bayangkan hasil cetak komputer. Topi putih berarti informasi netral, bukan argumen

¹² De Bono, *Revolusi Berpikir* (Bandung: Kaifa Mizan, 2007), p. 95

atau usul. Fokus topi putih adalah informasi yang ada. Informasi sangat penting untuk berpikir, jadi kemampuan berfokus pada informasi sangat berguna. Peserta didik saat menggunakan topi putih diminta mendiskusikan atau mencari informasi dan fakta mengenai suatu topik.

2. Topi Merah

Bayangkan api dan kehangatan. Topi merah digunakan oleh emosi, perasaan, dan intuisi. Topi merah bisa dikatakan lawan topi putih. Topi putih berusaha mengumpulkan semua data objektif dan tidak tertarik pada perasaan orang tentang data. Sebaliknya, topi merah tidak tertarik pada fakta, tetapi pada perasaan saja.

Perasaan adalah bagian penting dari berpikir. Perasaan masuk ke dalam pikiran setiap saat. Tujuan topi merah adalah memberikan kesempatan untuk mengungkapkan perasaan sehingga perasaan itu bisa ambil bagian dalam proses berpikir. Peserta didik saat menggunakan topi merah diminta mengekspresikan perasaannya terhadap suatu fenomena.

3. Topi Hitam

Bayangkan seorang hakim yang tegas, atau seorang makhluk yang memberi cap hitam jika melakukan sesuatu dengan salah. Topi hitam adalah topi yang paling bermanfaat di antara keenam

topi, dan paling berharga. Topi hitam mencegah membuat kesalahan. Topi hitam digunakan untuk menimbang dan menilai yang bersifat kritis. Peserta didik saat menggunakan topi hitam diminta untuk berpikir dan mendiskusikan apa dampak negatif suatu fenomena.

4. Topi Kuning

Bayangkanlah sinar matahari dan optimisme. Topi kuning berfokus pada keuntungan atau manfaat. Peserta didik saat menggunakan topi kuning diminta untuk berpikir dan mendiskusikan apa dampak positif suatu fenomena.

5. Topi Hijau

Bayangkan rerumputan, tanaman, dan pertumbuhan. Bayangkan energi pertumbuhan dan kesuburan. Bayangkan tunas-tunas dan ranting-ranting baru.

Topi hijau adalah topi yang aktif, digunakan untuk berpikir kreatif. Berpikir kreatif artinya memunculkan sesuatu atau membuat sesuatu terjadi. Ini sama dengan berpikir konstruktif.

Topi hijau berurusan dengan usul-usul dan saran-sara. Berpikir kreatif dapat berarti gagasan baru, alternatif baru, solusi baru. Penekanan disini adalah kebaruan. Topi hijau menggerakkan peserta didik untuk kreatif dan mencari alternatif dalam melihat suatu fenomena.

6. Topi Biru

Bayangkan langit biru. Langit biru ada di atas semuanya. Dari langit dapat melihat benda-benda lainnya di bawah. Topi biru adalah pandangan menyeluruh yang mengontrol proses. Topi biru mendorong peserta didik membuat suatu kesimpulan.

Kenam topi tersebut membuat peserta didik lebih aktif karena topi tersebut menginstruksikan benak para peserta didik untuk “berperilaku” sesuai wadahnya. Peran guru ialah sebagai fasilitator atau pemandu peserta didik yang mengalami kesulitan. Pemanfaatan enam topi berpikir warna-warnanya ditangani terpisah, sehingga peserta didik mampu mengerjakan perintah yang ada pada setiap warna topi dengan baik, kemudian warna-warna tersebut dicampur untuk menghasilkan pikiran yang penuh warna. Ada bukti yang menyatakan bahwa kimia di dalam otak manusia berbeda pada saat berperilaku kreatif, berpikir positif atau pun berpikir negatif. Sehingga kita perlu memisahkan jenis-jenis berpikir untuk mencapai keadaan terbaik untuk setiap jenis topi berpikir.

Metode pembelajaran *six thinking hats* sangat baik digunakan dalam meningkatkan fokus pemikiran, pemikiran canggih dalam pemecahan masalah, pemantikan ide-ide baru dan optimalisasi

produktivitas otak manusia.¹³ Metode ini mengharuskan penggunaannya untuk berpikir positif atau negatif, dan menjadi kreatif atau memberikan reaksi emosional.¹⁴

Metode ini mencegah orang yang hanya dalam kerangka berpikir mereka dan melihat peristiwa dari perspektif searah. Metode ini memungkinkan seseorang berpikir dari perspektif yang berbeda, memungkinkan analisis masalah dari setiap aspek dan berada pada proses yang benar dalam pengambilan keputusan. Topi yang tersedia dalam metode mencakup sejumlah besar cara berpikir. sebagai Metode yang mudah dan menyenangkan untuk diterapkan, maka dengan cepat diadopsi oleh orang-orang (Can, 2005, hal. 43).¹⁵

Selama penelitian Altıkulaç dan Akhan (2010) menunjukkan bahwa penerapan metode *The Six Thinking Hats* ini menjamin pendidikan yang lebih permanen dan meningkatkan kreativitas peserta didik. Selain itu, Can dan Semerci (2007) mengemukakan

¹³ Ni Pt. Ayu Prima Saraswati, Kt. Pudjawan, dan I Wy. Widiana, Pengaruh Metode Six Thinkng Hats Berbantuan LKS Open-Ended terhadap Hasil Belajar IPS dengan Kovariabel Keterampilan Berpikir Kritis (Singaraja: Jurnal Mimbar PGSD Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan PGSD (Vol: 2 No: 1 Tahun 2014)).

¹⁴ Sinem Toraman & Selten Altun, Application of the Six Thinking Hats and SCAMPER Techniques on the 7th Grade Course Unit "Human and Environment": An Exemplary Case Study (Turkey: Mevlana International Journal of Education (MIJE) Vol. 3(4), pp. 166-185, 1 December, 2013)

¹⁵ Loc.it

bahwa metode ini memberikan peningkatan yang lebih tinggi dalam keberhasilan, dan bahwa peserta didik berani mengemukakan pendapat terutama saat mengenakan topi putih. Studi yang dilakukan oleh Kaya (2013) juga mengungkapkan bahwa metode *The Six Thinking Hats* memiliki dampak yang lebih positif dalam berkelanjutan perkembangan anak dibandingkan dengan metode lain dalam program pengajaran.¹⁶

Sebuah tinjauan literatur tentang metode *The Six Thinking Hats* membuktikan bahwa ini adalah metode penting untuk pendidikan yang diperlukan individu untuk menerapkan informasi yang dapat saat belajar tentang fakta-fakta dari kehidupan sehari-hari sebagai metode meningkatkan berpikir kreatif.¹⁷

Penggunaan topi tersebut dapat dilakukan dengan tiga cara yaitu untuk diri sendiri, untuk orang lain dan kelompok. Pertama, penggunaan topi untuk diri sendiri dimaksudkan pemakaian topi berpikir tersebut untuk memberi tahu orang lain jenis berpikir bagaimana yang akan dikerjakan. Kedua, penggunaan topi untuk orang lain dimaksudkan untuk meminta seseorang mengenakan topi tertentu atau melepaskan topi tertentu dan menggantinya

¹⁶ Loc.it

¹⁷ Loc.it

dengan topi lain. Ketiga, penggunaan topi untuk kelompok dimaksudkan apa bila kegiatan dilakukan secara berkelompok dapat dengan meminta individu-individu dalam kelompok atau seluruh anggota kelompok untuk memakai, melepaskan atau menukar topinya. Kegiatan yang dilakukan secara berkelompok ini dapat diterapkan di kelas atau secara klasikal. Peserta didik dibagi menjadi beberapa kelompok untuk memecahkan permasalahan. Guru dapat menjadi pemimpin yang menginstruksikan warna topi yang digunakan, dilepaskan, atau ditukar peserta didik.

Sebagaimana pendapat beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa metode *the six thinking hats* adalah suatu metode pembelajaran menggunakan media enam topi dengan warna yang memiliki arti masing-masing yaitu putih berarti fakta, merah berarti perasaan, hitam berarti penilaian, kuning berarti manfaat, hijau berarti ide, dan biru berarti kesimpulan. Metode ini melatih individu untuk berpikir secara runtun agar dapat mengambil keputusan dengan baik.

b. Cara Penggunaan Metode *The Six Thinking Hats*

De Bono menyebutkan ada dua cara menggunakan metode *The Six Thinking Hats* antara lain¹⁸:

1. Penggunaan sesuai dengan kebutuhan sesaat.

Penggunaan sesuai dengan kebutuhan sesaat merupakan yang paling umum dilaksanakan. Penggunaan yang sesuai dengan kebutuhan sesaat ini memungkinkan orang untuk menyarankan penggunaan topi tertentu atau menyarankan untuk mengganti topi. Topi itu memberi jalan untuk mengganti alur pemikiran.

Penggunaan dengan kebutuhan sesaat pada proses pembelajaran dilakukan dengan cara menggunakan topi sesuai dengan kebutuhan dan situasi yang diinginkan, guru boleh memilih beberapa warna topi untuk kelangsungan proses pembelajaran, tetapi tidak semua topi digunakan. Pemilihan warna topi tetap harus sesuai prosedur yang mencerminkan warna topi tersebut.

2. Penggunaan yang sistematis.

Pada penggunaan yang sistematis penggunaan topi berpikir sudah diatur sebelumnya dan pemikir menjalaninya

¹⁸De Bono, Revolusi Berpikir (Bandung: Kaifa Mizan, 2007), p. 120

sesuai urutan. Penggunaan ini kadang-kadang dilakukan jika ada kebutuhan untuk membahas suatu tema secara tepat dan efektif. Urutan ini ditentukan dengan menggunakan topi biru yang merancang program berpikir tentang masalah yang menjadi subjek. Metode ini juga bermanfaat jika ada perbedaan atau ketidaksepahaman tentang satu hal dan orang tidak menggunakan cara berpikir yang benar.

Cara ini dilakukan dengan menggunakan seluruh warna topi (hitam, kuning, hijau, biru, merah, putih), umumnya digunakan secara berurutan, peserta didik secara bergiliran mendapatkan topi-topi tersebut. Guru memerankan atau mendapat topi sejumlah peserta didik warna biru sebagai kegiatan penutup atau kesimpulan dari seluruh topi-topi tersebut. Penggunaan metode *The Six Thinking Hats* pada proses pembelajaran akan lebih efektif jika dilaksanakan secara berkelompok di kelas. Dengan cara berkelompok ini akan memudahkan peserta didik untuk kerja sama memecahkan masalah-masalah sesuai petunjuk atau warna topi yang digunakan.

c. Panduan dalam Menggunakan Metode *The Six Thinking Hats*

De Bono berpendapat pada dasarnya penggunaan metode *The Six Thinking Hats* ini sangat bervariasi sesuai dengan

kebutuhan yang kita inginkan, akan tetapi ada aturan atau panduan yang bisa diterapkan dalam pemakaiannya, panduan tersebut adalah sebagai berikut¹⁹:

1. Setiap topi dapat digunakan lebih dari satu kali.
2. Sebaiknya mendahulukan menggunakan topi kuning sebelum menggunakan topi hitam karena sulit bersikap positif setelah bersikap penuh kritik.
3. Topi hitam digunakan dengan dua cara. Pertama untuk menunjukkan kelemahan suatu ide. Dengan demikian, topi ini harus diikuti oleh topi hijau, yang bertugas mencari cara mengatasi kelemahan. Yang kedua, penggunaan topi hitam untuk melakukan penilaian.
4. Topi hitam selalu digunakan untuk penilaian terakhir terhadap suatu ide. Penilaian terakhir selalu diikuti oleh topi merah, tujuannya agar kita tahu bagaimana perasaan kita tentang ide setelah kita menilainya.
5. Jika ada perasaan kuat tentang suatu obyek, pakai topi merah untuk mengeluarkan perasaan-perasaan tersebut.
6. Jika tidak ada perasaan yang mengganggu gunakan topi putih untuk mengumpulkan informasi. Setelah topi putih, gunakan

¹⁹ Ibid. 121

topi hijau untuk memunculkan berbagai alternatif. Kemudian pertimbangkan alternatif tersebut dengan menggunakan topi kuning yang diikuti topi hitam. Lalu pilih satu alternatif dan pertimbangkan alternatif itu dengan topi hitam kemudian topi merah.

Perbedaan utama dari urutan-urutan di atas adalah perbedaan antar dua situasi: mencari dan bereaksi terhadap suatu ide.

1. Mencari Ide

Urutan warna topi yang dapat diterapkan :

Putih : Kumpulkan informasi.

Hijau : Eksplorasi lebih lanjut dan temukan alternatif alternatif.

Kuning : Nilai manfaat dan kemungkinan dikerjakan setiap alternatif.

Hitam : Cari dan nilai kelemahan dan bahaya setiap alternatif.

Hijau : Kembangkan lebih lanjut alternatif-alternatif yang paling menjanjikan dan lakukan pilihan.

Biru : Simpulkan dan nilai apa yang telah dicapai sejauh ini (dalam proses berpikir).

Hitam : Buat penilaian terakhir terhadap alternatif yang

dipilih.

Merah : Simak apa yang dirasakan tentang alternatif yang dipilih itu.

2. Bereaksi terhadap suatu ide

Urutan disini berbeda karena idenya sudah diperoleh dan biasanya informasi tentang latar belakangnya juga diketahui.

Merah : Simak perasaan yang ada tentang ide tersebut.

Kuning : Cari manfaat ide tersebut.

Hitam : Cari kelemahannya, masalah dan bahaya ide tersebut.

Hijau : Lihat apakah ide tersebut bisa diubah untuk memperkuat manfaat yang ditemukan dengan topi kuning dan mengatasi masalah yang ditemukan topi hitam.

Putih : Cari informasi yang ada untuk membantu memperbaiki ide tersebut agar lebih diterima (kalau perasaan topi merah menentang ide tersebut).

Hijau : Kembangkan bentuk akhir.

Hitam : Nilai Bentuk terakhir.

Merah : Temukan bagaimana perasaan tentang hasil

akhir itu.

3. Urutan pendek

Urutan pendek penggunaan topi berpikir dapat digunakan untuk berbagai tujuan.

Kuning/ hitam/ merah : Untuk menilau suatu ide dengan cepat.

Putih/ hijau : Untuk mencari ide.

Hitam/ hijau : Untuk menyempurnakan ide yang sudah ada.

Biru/ hijau : Untuk menyimpulkan dan mendata alternatif-alternatif.

Biru/ kuning : Untuk melihat apakah proses berpikir yang sedang kita lakukan bermanfaat.

d. Manfaat Metode *The Six Thinking Hats*

Manfaat metode *The Six Thinking Hats* adalah:

1. Efektif dalam menggunakan informasi yang tersedia.
2. Lebih meningkatkan fokus dan disiplin dalam cara berpikir.
3. Memahami kuat atau lemahnya peranan emosi dalam pengambilan keputusan.
4. Metode kreativitas yang terbukti untuk mengevaluasi situasi dan masalah secara terstruktur.

5. Membantu untuk berpikir jernih dan obyektif.
6. Mampu menghasilkan ide-ide yang lebih baik.
7. Mampu mengelola pikiran pada saat belajar dan berdiskusi.

4. Remaja

a. Definisi

Gunarsa (1986) menentukan usia remaja sekitar 12 sampai 22 tahun. Cole (sitat dalam Mulyono, 1986) mengatakan rentang usia remaja sekitar 13 sampai 21 tahun. Remaja adalah pemuda-pemudi yang berada pada masa adolesensi. Pada masa ini seseorang tidak disebut anak, tetapi juga tidak disebut orang dewasa, umumnya masa ini disebut masa pancaroba atau masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke kedewasaan (Rifai, 1984).²⁰

Pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik, di mana tubuh berkembang pesat sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula dengan berkembangnya kapasitas reproduktif. Selain itu remaja juga berubah secara kognitif dan mulai mampu berpikir abstrak seperti orang dewasa. Pada

²⁰ Valentina E. Suyanti, Setiasih, dan A. Mangunhardjana, Pengaruh Pelatihan Emotional Literacy Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja (Surabaya: Anima Indonesian Psychological jurnal, Vol. 17, No. 3), p. 248.

periode ini pula remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa (Clarke-Stewart & Friedman, 1987; Igersoll, 1989).²¹

b. Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Havighurst (1953), merupakan hal yang penting bila anak dapat mengikuti dan berhasil dalam sebagian besar tugas-tugas pada waktu yang telah ditentukan.²²

Tugas perkembangan remaja menurut Havighurst adalah:²³

- 1) Mencapai relasi baru dan lebih matang bergaul dengan teman seusia dari kedua jenis kelamin.
- 2) Mencapai maskulinitas dan femininitas dan peran sosial.
- 3) Menerima perubahan fisik dan menggunakan secara efektif.
- 4) Mencapai ketidaktergantungan emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
- 5) Menyiapkan perkawinan dan kehidupan berkeluarga.
- 6) Menyiapkan diri untuk karir ekonomi.
- 7) Mengembangkan nilai-nilai dan sistem etika sebagai petunjuk dalam berperilaku.

²¹ Hendriati Agustiani, Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja (Bandung: PT Refika Aditama), p. 28.

²² Ibid., p. 61.

²³ Ibid., p. 62.

8) Mencapai dan diharapkan untuk memiliki tingkah laku sosial secara bertanggung jawab.

c. Perkembangan Emosi pada Remaja

Pola emosi remaja pada dasarnya sama dengan pola emosi ketika masa kanak-kanak. Jenis emosi yang secara normal dialami adalah cinta/ kasih sayang, gembira, marah, takut, cemas, cemburu, sedih, dan lain- lain. Perbedaannya terletak pada macam dan derajat rangsangan yang membangkitkan emosinya, khususnya pola pengendalian yang dilakukan individu terhadap ungkapan emosi mereka.

Remaja menyadari bahwa aspek-aspek emosional dalam kehidupan adalah penting. Biehler (1972) membedakan ciri-ciri emosional remaja menjadi dua rentang usia, yaitu 12-15 tahun dan 15-18 tahun.²⁴

Ciri-ciri emosional remaja berusia 12-15 tahun adalah sebagai berikut.

1) Pada usia ini seorang peserta didik/ anak cenderung banyak murung dan tidak dapat diterka. Sebagian kemurungan sebagai akibat dari perubahan-perubahan biologis yang hubungannya dengan kematangan seksual dan sebagian karena

²⁴ Baharuddin, Pendidikan dan Psikologi Perkembangan (Yogyakarta : Ar-Ruzz Media), p. 149.

kebingungannya dalam menghadapi apakah ia sebagai anak-anak ataukah sebagai orang dewasa.

- 2) Peserta didik mungkin bertingkah laku kasar untuk menutupi kekurangan dalam hal rasa percaya diri.
- 3) Ledakan-ledakan kemarahan mungkin biasa terjadi. Hal ini sering terjadi sebagai akibat dari kombinasi ketegangan psikologis, ketidakstabilan biologis, dan kelelahan karena bekerja keras atau pola makan yang tidak tepat atau tidur yang tidak cukup.
- 4) Seorang remaja cenderung tidak toleran terhadap orang lain dan membenarkan pendapatnya yang disebabkan kurangnya rasa percaya diri. Mereka mempunyai pendapat bahwa ada jawaban-jawaban yang absolut dan bahwa mereka mengetahuinya.
- 5) Peserta didik-peserta didik di SMP mulai mengamati orang tua dan guru-guru mereka secara lebih objektif dan mungkin menjadi marah apabila mereka ditiru dengan gaya guru yang bersikap sok tahu.

Ciri emosional remaja pada usia 15-18 tahun adalah sebagai berikut:

- 1) Pemberontakan remaja merupakan pernyataan-pernyataan atau ekspresi dan perubahan yang universal dari masa kanak-kanak ke dewasa.
- 2) Seiring dengan bertambahnya kebebasan mereka, banyak remaja yang menjalani konflik dengan orang tua mereka. Mereka mungkin mengharapkan simpati dan nasihat orang tua atau guru.
- 3) Peserta didik pada usia ini seringkali melamun, memikirkan masa depan mereka. Banyak di antara mereka terlalu tinggi menafsirkan kemampuan mereka dan merasa berpeluang besar untuk memasuki pekerjaan dan memegang jabatan tertentu.

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Edriani Youno dalam skipsinya yang berjudul Hubungan Antara *Emotional Literacy* Dengan Kecenderungan Perilaku *Bullying*. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *emotional literacy* dengan kecenderungan perilaku *bullying* pada peserta didik kelas VIII SMP Malidar Bekasi. Dengan persentase sebesar 45% bahwa kecenderungan perilaku *bullying* disebabkan karena kemampuan *emotional literacy* peserta didik yang rendah. Hal ini membuktikan bahwa *emotional literacy* merupakan salah faktor yang dapat mempengaruhi kecenderungan

perilaku *bullying* peserta didik. Sedangkan sisanya sebesar 55% bisa disebabkan karena faktor lainnya seperti keluarga, pergaulan dan pengaruh media. Hampir sebagian besar peserta didik kelas VIII SMP Malidar Bekasi memiliki tingkat *emotional literacy* berada dalam kategori sedang yakni sebesar 78% atau sebanyak 36 responden, selanjutnya berada dalam kategori tinggi sebesar 13 % atau sebanyak 6 responden dan sisanya 9 % sebanyak 4 responden pada kategori rendah.²⁵

Hasil penelitian dari Institusi Lembaga Penelitian Universitas Tadulako oleh Ridho Ikhlas tahun 2007 tentang Pengaruh Metode Pelatihan *Emotional Literacy* Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi Mahasiswa Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling mengatakan bahwa Pemberian perlakuan untuk kelompok eksperimen berupa pelatihan *emotional literacy* yang diajarkan bagaimana mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengenal emosi sendiri, memahami emosi, mengatur emosi, dan menggunakan emosi secara efektif selama 2 kali dalam seminggu dan berlangsung selama 3 (tiga) bulan. Hal ini juga berarti bahwa metode pelatihan *emotional literacy* cukup efektif guna meningkatkan kecerdasan emosi mahasiswa pada program Studi Bimbingan dan Koseling. Ada suatu perbedaan nilai kecerdasan emosi akibat perlakuan yang diberikan berupa metode pelatihan, *emotional literacy* antar jenis

²⁵ Edriani Yuono, *Hubungan antara Emotional Literacy dengan Kecenderungan Perilaku Bullying pada Peserta didik Kelas VIII SMP Malidar Bekasi* (Skripsi Universitas Negeri Jakarta, 2014).

kelamin laki-laki dan perempuan. Peningkatan nilai kecerdasan emosi pada jenis kelamin perempuan lebih tinggi dibandingkan nilai kecerdasan emosi jenis kelamin laki-laki.²⁶

Hasil penelitian Valentina E. Suyanti, Setiasih, dan A. Mangunhardjana dalam *Anima, Indonesian Psychological Journal* tahun 2002 tentang Pengaruh Pelatihan *Emotional Literacy* terhadap Kecerdasan Emotional Remaja mengatakan bahwa ada perubahan nilai kecerdasan emosional subjek, baik pada kelompok eksperimen maupun pada kelompok control, sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan emotional literacy. Dibahas pula, meskipun secara statistik perbedaan tersebut tidak signifikan, namun tampak bahwa perubahan pada kelompok eksperimen lebih tinggi daripada perubahan yang ada pada kelompok control.²⁷

Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Nira Prihatin Nufus tahun 2016 menunjukkan terdapat pengaruh positif penggunaan metode *storytelling* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap *emotional literacy* pada peserta didik kelas III SDN Jatinegara Kaum 14 Pagi. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig sebesar 0,012 yang berarti

²⁶ Ridho Ikhlas, Pengaruh Metode Pelatihan *Emotional Literacy* dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosi Mahapeserta didik pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Institusi Lembaga Penelitian Universitas Tadulako, 2007).

²⁷ Valentine E. Suryanti, Setiasih, dan A. Mangunhardjana, Pengaruh Pelatihan *Emotional Literacy* terhadap Kecerdasan Emosional Remaja (Indonesian Psychological Journal, 2002).

lebih kecil dari nilai signifikansi $\alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima.²⁸

Penelitian yang dilakukan oleh *Brian Matthews* tahun 2004 pada 82 kelas 7 SMP yang tersebar dalam 3 kelas rata-rata perubahan *emotional literacy* setelah diintervensi dengan *Improving Science and Emotional Development Project* menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami perubahan rata-rata lebih besar yaitu dengan perubahan 0,7 sedangkan kelompok kontrol hanya mengalami perubahan *emotional literacy* sebesar 0,4.²⁹

Penelitian yang dilakukan oleh Bahgie Mahtonami pada tahun 2014 dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan melalui Layanan Konten *Six Thinking Hats* (Enam Topi Berpikir) pada Peserta didik Kelas XI SMAN 11 Medan Tahun Ajaran 20013/2014”, ditemukan bahwa hasil pengambilan keputusan yang diperoleh sebelum melakukan layanan adalah 18,33% dan masih dalam kategori kurang atau belum baik, oleh karena itu perlu dilakukan penerapan penggunaan enam topi berpikir yang dilakukan melalui pelaksanaan layanan konten guna menyelesaikan

²⁸ Nira Prihatin Nufus, *Pengaruh Penggunaan Metode Storytelling dalam Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Emotional Literacy pada Peserta didik Kelas III SDN Jatinegara Kaum 14 Pagi* (Skripsi Universitas Negeri Jakarta, 2016).

²⁹ Brian Matthews, *Promoting emotional literacy, equity and interest in science lessons for 11–14 year olds; the ‘Improving Science and Emotional Development’ project* (International Journal of Science Education, 2004).

masalah pengambilan keputusan. Setelah dilakukan penerapan penggunaan enam topi berpikir dalam mengambil keputusan yang dilakukan melalui pelaksanaan layanan konten dengan menggunakan 2 siklus diperoleh hasil analisis yang sudah mencapai 76,66% dan sudah dalam kategori baik, Maka hipotesa yang menyatakan bahwa kemampuan mengambil keputusan pada peserta didik kelas XI SMAN 11 Medan tahun ajaran 2013/2014 dapat ditingkatkan dengan penerapan penggunaan enam topi berpikir yang dilaksanakan melalui layanan penguasaan konten dapat diterima.

Hasil penelitian Mevlüde Karadağ, Serdar Saritaş, dan Ergin Erginer tahun 2009 pada 41 mahasiswa yang terdaftar untuk kelas keperawatan bedah di Departemen Keperawatan di Gaziosmanpaşa University menunjukkan bahwa 87,8% dari mahasiswa merasa metode *The Six Thinking Hats* memungkinkan untuk berbagi ide dan pengalaman yang berbeda, 85,4% yang memastikan mereka dianggap pasien secara holistik, 85,4% yang membuat lebih mudah bagi mereka untuk berempati dengan pasien; 82,9% bahwa itu membantu mereka melihat aspek positif dan negatif dari subjek, 90,2% bahwa mereka belajar untuk berpikir dari aspek yang berbeda, dan 75,6% bahwa itu membantu mereka untuk menghasilkan ide-ide kreatif. Itu juga menemukan bahwa 24,4% dari mahasiswa berpikir bahwa metode itu memakan waktu; 7.3% bahwa

aktivitas topi hitam memiliki efek negatif pada pikiran mereka, dan 12,2% yang ternyata empati mereka menjadi simpati dan memiliki efek negatif.³⁰

C. Kerangka Berpikir

Setiap individu memiliki tugas perkembangannya masing-masing. Begitu pun dengan remaja yang berada pada usia sekolah menengah pertama. Aspek-aspek yang perlu dikembangkan meliputi aspek perkembangan fisik motorik, aspek perkembangan bahasa, aspek perkembangan kognitif, aspek perkembangan sosial, dan aspek perkembangan emosional. Semua aspek perkembangan tersebut merupakan bekal bagi masa yang akan datang. Aspek-aspek tersebut akan menjadi satu kesatuan pada saat remaja berperilaku dan berinteraksi dengan orang lain. Remaja yang memiliki emosional secara baik akan mengantarkan remaja-remaja menjadi seorang yang mampu memerankan diri dalam segala situasi dan kondisi dalam kehidupan sosialnya. Terampil beremosi merupakan dasar penting untuk menjadi manusia dewasa yang bertanggung jawab, penuh perhatian dan cinta kasih, serta mampu mengelola emosi dengan baik.

Agar remaja mampu beremosi secara baik remaja perlu memiliki sebuah kemampuan atau keterampilan dasar dan mendalam sejak dini,

³⁰ Mevlüde Karadağ, Serdar Sarıtaş, dan Ergin Erginer, Using the 'six thinking hats' model of learning in a surgical nursing class: sharing the experience and student opinions (Turkey : Gaziosmanpaşa University, 2009) AUSTRALIAN JOURNAL OF ADVANCED NURSING Volume 26 Number 3

kemampuan tersebut dinamakan *emotional literacy*. *Emotional literacy* yaitu kemampuan untuk mengenali, memahami, menamai, mengekspresikan dan mengatur emosi secara personal, sosial, dan intelektual serta untuk memperbaiki kualitas kehidupan dari orang-orang disekitar. Untuk memperoleh kemampuan *emotional literacy* yang baik dibutuhkan suatu metode untuk mengoptimalkan perkembangan *emotional literacy* remaja. Memilih metode yang tepat dibutuhkan beberapa kriteria yang mendukung. Pada konteks ini, misalnya perlu dipertimbangkan dengan fase perkembangan remaja.

The six thinking hats merupakan salah satu cara yang efektif dan kreatif untuk mengembangkan berbagai aspek, seperti aspek kognitif, afektif, sosial, dan emosional remaja dalam perkembangannya. Aspek-aspek tersebut dibutuhkan untuk remaja kelas rendah sebagai dasar perkembangan sejak awal agar *the six thinking hats* berjalan lebih efektif maka *the six thinking hats* dibuat dalam situasiklasikal salah satu layanan yang terdapat dalam bimbingan dan konseling adalah bimbingan klasikal. Bimbingan klasikal adalah bimbingan klasikal merupakan bimbingan yang diberikan kepada sejumlah peserta didik yang tergabung dalam sesuatu kegiatan pengajaran melalui kegiatan klasikal yang disajikan secara sistematis, memberikan pemahaman diri dan pemahaman tentang orang lain membantu individu untuk merencanakan pengambilan keputusan dalam hidupnya serta mengembangkan potensinya secara optimal. Maka untuk

meningkatkan *emotional literacy* remaja dilakukan penerapan metode *the six thinking hats* dalam bimbingan klasikal.

Sebelum melakukan penerapan metode *the six thinking hats* dalam bimbingan klasikal peneliti terlebih dahulu memberikan angket *emotional literacy* kepada peserta didik kelas VII SMP Dharma Putra Nusantara 86 Jakarta sebagai pretest. Setelah angket diolah, akan terlihat gambaran *emotional literacy*. Peserta didik akan diberikan perlakuan metode *the six thinking hats* dalam layanan bimbingan klasikal. Proses pemberian perlakuan metode *the six thinking hats* dalam bimbingan klasikal dilakukan sebanyak 7 kali pertemuan. Setelah perlakuan sudah diberikan peserta didik diberikan angket *emotional literacy* kembali. Melalui hasil angket posttest akan tampak apakah terdapat peningkatan *emotional literacy* peserta didik atau tidak. Harapan setelah dilakukan perlakuan bimbingan klasikal yaitu peningkatan *emotional literacy* peserta didik. Jika hasil sesuai dengan kerangka berpikir maka metode *the six thinking hats* dalam bimbingan klasikal berpengaruh terhadap *emotional literacy* peserta didik kelas VII SMP Dharma Putra Nusantara 86 Jakarta.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan suatu kondisi atau prinsip yang dianggap benar, agar bisa ditarik konsekuensi yang logis maka diadakan pengujian tentang kebenaran dengan menggunakan fakta yang ada.³¹

Hipotesis penelitian ini adalah:

Ada pengaruh metode *the six thinking hats* dalam bimbingan klasikal terhadap peningkatan *emotional literacy* peserta didik kelas VII SMP Dharma Putra Nusantara 86 Jakarta.

³¹J. Supranto, *Statistik untuk Pemimpin Berwawasan Global: edisi 2* (Jakarta: Salemba Empat, 2001), p. 176.