**KECERDASAN EMOSIONAL DALAM KARYA FIKSI ASMA NADIA**

**Suprihatma**

Email: [hatmaprabu@gmail.com](mailto:hatmaprabu@gmail.com)

Universitas Selamat Sri, Kendal, Jawa Tengah

Abstrak

Tulisan ini bertujuan untuk mengkaji wujud ekspresi kecerdasan emosional tokoh utama novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia. Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian sastra, dengan pendekatan psikologi sastra dan termasuk jenis penelitian kualitatif. Teori yang digunakan untuk meneliti novel [*Catatan Hati Seorang Istri*](https://id.wikipedia.org/wiki/Assalamualaikum_Beijing)adalah teori strukturalisme, hakikat novel, psikologi sastra, dan kecerdasan emosional. Tulisan ini menyimpulkan bahwa Wujud ekspresi kecerdasan emosional tokoh utama dalam novel *Catatan hati Sorang Istri*  merupakan kecerdasan pribadi. Kecerdasan tersebut dibagi menjadi lima bagian antara lain: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan. Wujud ekspresi kecerdasan emosional tokoh utama pada novel *Catatan hati Sorang Istri*  karya Asma Nadia titik tolaknya bertumpu pada tokoh utama pada masing-masing cerita tersebut.

**Kata Kunci:** Kecerdasan Emosional; Karya Fiksi; Asma Nadia

*Abstract*

*This paper aims to examine the expression of emotional intelligence of the main character of the novel Catatan Hati Seorang Istri by Asma Nadia. This research belongs to the category of literary research, with the approach of literary psychology and includes the type of qualitative research. Theories used to examine the novels of the Notes on the Heart of a Wife are structuralism, the nature of the novel, literary psychology, and emotional intelligence. This paper concludes that the expression of emotional intelligence of the main character in the novel Sorangife's Heart Note is a personal intelligence. The intelligence is divided into five parts, including: recognizing one's emotions, managing emotions, motivating yourself, recognizing others' emotions and building relationships. The expression of the emotional intelligence of the main character in the novel Asma Nadia's Heart of Sorang Hati's starting point rests on the main character in each of these stories.*

***Keywords****: Emotional Intelligence; Fiction Asma Nadia*

**PENDAHULUAN**

Karya fiksi pada dasarnya adalah cermin dari hidup manusia. Pengarang melalui karya fiksinya dapat menyampaikan berbagai gagasan maupun ide yang timbul dari permasalahan yang ada pada manusia dan lingkungannya. Hal itu sejalan dengan pendapat Suharianto (2005:15). Lebih lanjut Suharianto (2005:19) mengatakan melalui karya sastra seorang pengarang bermaksud menyampaikan gagasan-gagasan, pandangan hidup, tanggapan atas kehidupan sekitarnya dan sebagainya dengan cara yang diusahakan menarik pembaca untuk menyampaikan nilai-nilai yang menurut keyakinan dapat bermanfaat. Maka pengarang berusaha menjadikan karya sastra sedemikian rupa agar menarik perhatian pembaca.

Dalam karya sastra, pengarang dalam mengekspresikan pengalamannya, telah mengalami proses pengolahan jiwa secara mendalam. Dari berbagai jenis karya sastra salah satu jenisnya yaitu novel. Novel sebagai sebuah karya fiksi menawarkan sebuah dunia. Dunia yang berisi model kehidupan yang diidealkan sehingga muncullah yang diinginkan pengarang oleh karena itu cerita fiksi sering dianggap dapat membuat manusia lebih arif, bijaksana dan berbudaya atau dapat dikatakan sebagai karya yang dapat “memanusiakan manusia” (Nurgiyantoro 2012:4).

Kecerdasan emosional (EI) oleh Badner (melalui Goleman 2005:57) disebut sebagai kecerdasan pribadi yang dari perasaan itu merupakan sejenis kepekaan yang memungkinkan manusia secara efektif menangkap pesan. Pesan yang tidak terucap. Dalam diri manusia satu dengan yang lainnya memiliki campuran kecerdasan emosional dengan kadar yang berbeda-beda. Namun kecerdasan emosional banyak menumbuhkan sifat-sifat dalam diri manusia.

Ahli psikologi ini Stenberg dan Salovely termasuk di antaranya telah menganut pandangan pandangan kecerdasan yang lebih luas, berusaha menemukan kembali dalam kerangka apa yang dibutuhkan untuk meraih sukses dalam kehidupannya. Dan jalur penelitian tersebut menuntun kembali pada pemahaman betapa pentingnya kecerdasan “pribadi” atau kecerdasan emosional (Goleman 1997:57). Sehingga kecerdasan emosional sangat penting untuk dipahami, karena dapat mengungkap persolan psikologi atau kejiwaan tokoh dalam karya sastra yang timbul akibat tidak ada pengertian satu sama lain.

Penelitian tentang psikologis memang sudah banyak, tetapi penelitian yang akan dilakukan di sini lebih menekankan pada kecerdasan emosional tokoh yang diambil dari novel *Catatan Hati Seorang Istri.* Novel *Catatan Hati Seorang Istri* ini menceritakan tentang kisah keseharian seorang perempuan dengan segala permasalahan prahara rumahtangganya menjadi perhatian yang serius banyak diungkap dalam karya sastra, salah satunya adalah novel “*Catatan Hati Seorang Istri*” karya Asma Nadia. Tokoh Asma yang mempunyai berbagai persolan dalam hidupnya tentang bagaimana cara mengendalikan diri atau mengelola emosi diri sendiri saat menghadapi persoalan kehidupan rumahtangga, serta harus mampu memotivasi diri sendiri dan mampu membina hubungan dengan orang lain khususnya dalam keluarga dan tokoh-tokoh lain dalam novel *Catatan Hati Seorang Istri* yang mempunyai berbagai permasalahan. Cinta, pengkhianatan, kesetiaan, pengorbanan dan keteguhan hati. Inilah makna yang terangkum dalam novel karya salah satu penulis wanita kaliber tanah air ini. Novel ini berisi berbagai macam kisah menyentuh hati dan menggetarkan tentang perjuangan perempuan, seorang istri, sekaligus ibu dalam menghadapi berbagai prahara rumah tangga. Dan kita menjadi saksi, betapa kesulitan dan ketabahan mesti selalu beriringan dalam perjuangan, serta betapa berlikunya jalan menuju keikhlasan.

Berdasarkan hal itulah penelitian ini perlu dikaji kecerdasan emosional lebih lanjut. Gambaran tokoh yang banyak mengalami berbagai permasalahan yang menarik untuk diteliti melalui pendekatan kecerdasan emosional. Wujud ekspresi kecerdasan emosional tokoh akan terlihat.

Asma Nadia (lahir di [Jakarta](https://id.wikipedia.org/wiki/Jakarta), [26 Maret](https://id.wikipedia.org/wiki/26_Maret) [1972](https://id.wikipedia.org/wiki/1972); umur 43 tahun) adalah seorang [penulis](https://id.wikipedia.org/wiki/Penulis) [novel](https://id.wikipedia.org/wiki/Novel) dan [cerpen](https://id.wikipedia.org/wiki/Cerpen) Indonesia. Ia dikenal sebagai pendiri [Forum Lingkar Pena](https://id.wikipedia.org/wiki/Forum_Lingkar_Pena) dan [manajer](https://id.wikipedia.org/wiki/Manajer) Asma Nadia Publishing House. Setelah lulus dari SMA 1 Budi Utomo, Jakarta, ia melanjutkan kuliah di Fakultas Teknologi Pertanian di [Institut Pertanian Bogor](https://id.wikipedia.org/wiki/Institut_Pertanian_Bogor). Ia tidak menyelesaikan kuliah yang dijalaninya, karena ia harus beristirahat karena penyakit yang dideritanya. Ia mempunyai obsesi untuk terus menulis. Ketika kesehatannya menurun, ia tetap bersemangat menulis.

Karena karya-karyanya, ia pernah mendapat berbagai penghargaan. Selain menulis, Asma sering diminta untuk memberikan materi dalam berbagai [lokakarya](https://id.wikipedia.org/wiki/Lokakarya) yang berkaitan dengan penulisan dan [feminisme](https://id.wikipedia.org/wiki/Feminisme), baik di dalam dan di luar negeri. Pada tahun 2009 dalam perjalanannya keliling [Eropa](https://id.wikipedia.org/wiki/Eropa) setelah mendapatkan undangan *writers in residence* dari *Le Chateau de Lavigny* (Agustus - September 2009), ia sempat diundang untuuk memberikan [seminar](https://id.wikipedia.org/wiki/Seminar) dan wawancara kepenulisan di PTRI Jenewa, Masjid Al Falah Berlin (bekerja sama dengan FLP dan KBRI di sana), KBRI Roma, Manchester (dalam acara KIBAR Gathering), dan Newcastle.

Sejak awal tahun 2009, ia merintis penerbitan sendiri dengan nama Asma Nadia Publishing House. Beberapa bukunya yang telah diadaptasi menjadi [film](https://id.wikipedia.org/wiki/Film) adalah [*Emak Ingin Naik Haji*](https://id.wikipedia.org/wiki/Emak_Ingin_Naik_Haji), [*Rumah Tanpa Jendela*](https://id.wikipedia.org/wiki/Rumah_Tanpa_Jendela)*, Assalamualaikum Beijing*  dan [*Catatan Hati Seorang Istri*](https://id.wikipedia.org/wiki/Assalamualaikum_Beijing). Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti kecerdasan emosional tokoh dalam novel “[*Catatan Hati Seorang Istri*](https://id.wikipedia.org/wiki/Assalamualaikum_Beijing)*”* karya Asma Nadia.

Penelitian psikologi sastra sudah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Penelitian-penelitian terdahulu yang pernah dilakukan tersebut memiliki kaitan dengan penelitian yang dilakukan saat ini. Penelitian terdahulu yang relevan, bertujuan untuk memberikan gambaran hasil penelitian yang dapat dijadikan acuan dalam mengembangkan penelitian yang baru terkait dengan tema dan atau pokok bahasan yang sama. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang mirip dengan penilitian ini. Diantaranya: Yuliana (2004), Nugraheni (2006), Hartono (2006), Kartika (2008), Simma (2009), Suhanto (2009), Litrev (2010), Pulido (2011), Griswold (2003), Gartner *et al* (1991), Frank (1996), Thomas (2006), dan Taylor (2002).

Yuliana (2004) meneliti konflik batin tokoh utama cerpen *Ca-Bau-Kan* karya Remi Sylado: sebuah pendekatan psikologi sastra. Hasil dari penelitian ini adalah konflik yang dialami tokoh utama dalam cerpen ini mempengaruhi sikap dan tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan, adanya perbedaan atau salah paham dan adanya sasaran yang sama-sama dikejar oleh kedua belah pihak sehingga mempengaruhi 8 sikap dan tingkah laku masyarakat dalam bentuk tindakan menyimpang dari norma-norma dalam masyarakat. Penelitian Yuliani tersebut sama-sama tentang psikologi tokoh utama.

Adapun perbedaannya penelitian tersebut hanya difokuskan pada cerpen *Ca-Bau-Kan* karya Remi Sylado. Penelitian tersebut belum mengarah pada aspek kepribadian tokoh dalam novel. Untuk itu penelitian ini dilakukan untuk upaya melengkapi kajian struktur novel yang difokuskan pada analisis tokoh utama pada novel yang berbeda yaitu novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia sehingga sangat relevan dengan penelitian sebelumnya.

Nugraheni (2006) meneliti konflik batin tokoh Zaza dalam cerpen *Azalea Jingga* karya Naning Pranoto: tinjauan psikologi sastra. Hasil penelitian ini yaitu konflik yang dialami tokoh utama bernama Zaza. Tokoh Zaza harus dihadapkan pada dua pilihan yang berat antara kesetiaan serta kecintaan seorang istri terhadap suaminya, dan kenyataan pahit yang harus dihadapi bahwa suaminya telah beristri tanpa sepengetahuan Zaza sebelumnya sehingga membuat adanya beberapa konflik batin dalam dirinya.

Ada kesamaan dengan penelitian ini yaitu sama-sama tentang psikologi sastra tokoh utama. Sementara itu objek penelitian tersebut tentang cerpen *Azalea Jingga* karya Naning Pranoto. Untuk itu penelitian ini dilakukan untuk upaya melengkapi kajian dengan objek yang berbeda yaitu novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia. Kajian psikologi sastra sangat relevan dilakukan karena penelitian ini masih terkait erat dengan penelitian sebelumnya, hanya saja objek kajiannya yang berbeda.

Hartono (2006) melakukan penelitian yang berjudul “Kepatuhan dan Kemandirian Santri Sebuah Analisis Psikologis”*.* Dalam penelitian tersebut dikupas kepatuhan santri sebagian besar pada tingkat yang tinggi dan sedang. Hal tersebut mencerminkan santri masih memiliki kecenderungan untuk percaya pada kiai, dapat menerima sikap dan tingkah-lakunya, serta melaksanakan perintah atau permintaan kiai, sehingga santri tersebut memiliki kecenderungan untuk mengubah sikap dan tingkah laku untuk mengikuti perintah atau permintaan kiai sebagai bentuk rasa hormat santri.

Adapun persamaan dengan penelitian ini yaitu sama-sama tentang psikologi sastra. Letak perbedaannya penelitian tersebut tentang kepatuhan dan kemandirian santri. Sementara peneliti mengkaji novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia sehingga sangat relevan dengan penelitian sebelumnya. Relevansinya penelitian ini masih terkait erat dengan penelitian sebelumnya, hanya saja objek kajiannya yang berbeda.

Kartika (2008) melakukan penelitian berjudul “Konflik Batin Tokoh Utama dalam novel *Nayla* karya Djenar Maesa Ayu: Tinjauan Psikologi Sastra”. Hasil dari penelitian ini adalah (1) Nayla mengalami konflik batin akibat tidak terpenuhinya kebutuhan kasih sayang dari seorang ayah; (2) Nayla mengalami konflik batin karena tidak terpenuhinya kebutuhan akan rasa aman yakni selalu merasakan ketakutan dan seolah-olah berada dalam keadaan terancam; (3) konflik batin akibat profesinya di diskotik yang banyak mengundang cibiran orang. Penelitian Kartika mempunyai persamaan dengan penelitian ini yaitu sama-sama tentang psikologi sastra.

Perbedaan penelitian itu dengan penelitian ini terletak pada objek sasaran yang diteliti. Pada penelitian tersebut difokuskan pada konflik batin tokoh utama novel *Nayla*. Sementara pada penelitian ini objek yang dikaji yaitu novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia. Keterkaitan hal tersebut dengan penelitian sebelumnya dapat dijadikan gambaran peneliti dengan objek yang berbeda.

Simma (2009) dalam tesisnya yang berjudul “*An Analysis of Defense Mechanisms Used by The Main Characters in Mark Twain’s The Adventures of Huckleberry Finn and The Prince and The Pauper”.* Dalam kajian ini, Simma menggunakan teori mekanisme pertahanan ego dari teori Sigmund Freud. Simma menyimpulkan bahwa kedua tokoh utama dalam novel tersebut yaitu Huck dan Edward memakai metode pertahanan yang sama yaitu regression, suppression, dan rationalization ketika mereka memiliki masalah kecemasan. Penyebab kecemasan mereka hampir sama yaitu latar belakang keluarga dan kondisi sosial masyarakat. Permasalahan yang mereka alami membuat mereka hanya dapat melakukan regression, supression karena mereka tidak bisa balik melawan orang- orang dewasa di sekitar mereka. Selain itu mereka juga memakai rationalization untuk tujuan yang sama. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan saat ini.

Sejalan dengan penelitian Simma ini yaitu sama-sama tentang psikologi sastra. Di satu sisi penelitian tersebut mengkaji perbandingan tokoh utama. Di sisi yang berbeda penelitian ini dilakukan untuk upaya melengkapi penelitian sebelumnya dengan kajian dan objek yang berbeda yaitu novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia. Adanya keterkaitan hal tersebut sangat relevan dengan penelitian sebelumnya.

Thomas(2006)dalam artikel jurnalnya yang berjudul *“A Meta-analytic Test of Intergroup Contact Theory”.* Dalam penelitian ini, Thomas mencoba untuk menentukan bagaimana mencegah kontak antar kelompok dari prasangka serta pengembangan teori yang lebih komprehensif dari kontak antar kelompok.

Penelitian Thomas tersebut mempunyai persamaan dengan penelitian ini yaitu sama-sama tentang psikologi sastra. Adapun yang membedakan penelitian terdahulu mengkaji bagaimana mencegah kontak antar kelompok dari prasangka serta pengembangan teori yang lebih komprehensif dari kontak antar kelompok. Sementara itu pada penelitian ini objek kajiannya yaitu novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia. Dalam aspek kajiannya juga berbeda dengan penelitian sebelumnya. Relevansinya penelitian ini masih terkait ranah pendekatan yang digunakan dengan penelitian sebelumnya yaitu pendekatan psikologi.

Taylor (2002) dalam “*Body and Technology*: *Refreming the Humanistic Critique* (Kritik tokoh psikologi humanistik terhadap teknologi)”. Dalam penelitian ini, disimpulkan terdapat kritik tokoh psikologi humanistik perihal teknologi. Penelitian Taylor mempunyai persamaan dengan penelitian ini yaitu sama-sama tentang psikologi sastra. Sementara itu letak perbedaannya pada aspek kajian yang digunakan. Adapun aspek kajian dalam penelitian ini yaitu aspek kecerdasan emosional tokoh utama novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia sehingga sangat relevan dengan penelitian sebelumnya. Berdasarkan uraian tentang hasil penelitian terdahulu, maka dapat dilihat bahwa orisinilitas penelitian dengan judul kecerdasan emosional tokoh dalam novel [*Catatan Hati Seorang Istri*](https://id.wikipedia.org/wiki/Assalamualaikum_Beijing)karya Asma Nadia dapat dipertanggungjawabkan.

Berdasarkan informasi dari seluruh penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa penelitian tentang kecerdasan emosional tokoh utama novel [*Catatan Hati Seorang Istri*](https://id.wikipedia.org/wiki/Assalamualaikum_Beijing)karya Asma Nadia ini belum pernah dilakukan oleh peneliti terdahulu. Akan tetapi, penelitian tentang analisis tokoh utama dengan pendekatan psikologi sastra, sudah banyak dilakukan oleh peneliti terdahulu. Dengan demikian, penelitian tersebut dapat dilengkapi dengan penelitian ini.

**RUMUSAN MASALAH**

Bagaimanakah wujud ekspresi kecerdasan emosional tokoh utama novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia?

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian sastra. Kajian sastra dengan pendekatan psikologi sastra termasuk jenis penelitian kualitatif. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Menurut Moleong (dalam Sangidu 2005:7) penelitian kualitatif adalah penelitian yang sifatnya alami dan menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang, perilaku, atau data-data lainnya yang dapat diamati peneliti.

Teori yang digunakan untuk meneliti novel [*Catatan Hati Seorang Istri*](https://id.wikipedia.org/wiki/Assalamualaikum_Beijing)adalah teori strukturalisme, hakikat novel, psikologi sastra, dan kecerdasan emosional.

Strukturalisme adalah sebuah pendekatan terhadap ilmu-ilmu manusia yang berupaya untuk menganalisis bidang tertentu (misalnya mitologi) sebagai sistem yang kompleks dari bagian-bagian yang saling terkait. Itu dimulai dalam linguistik dengan karya Sausure (1857-1913), tetapi banyak cendikiawan Prancis dianggap memiliki aplikasi yang lebih luas, dan model segera diubah dan diterapkan pada bidang-bidang lain, seperti antropologi, psikologi, psikoanalisis teori dan arsitektur. Hal ini mengantarkan strukturalisme tidak hanya metode, tetapi juga sebuah gerakan intelektual yang selama ini menjadikan eksitensialisme sebagai tumpuan di tahun 1960-an Prancis. Strukturalisme dapat dipandang sebagai salah satu pendekatan kesastraan yang menekankan pada kajian hubungan antar unsur pembangun karya sastra yang bersangkutan. Analisis struktural karya sastra dalam hal ini fiksi dapat dilakukan dengan mengidentifikasi, mengkaji, dan mendeskripsikan fungsi dan hubungan antarunsur intrinsik fiksi yang bersangkutan (Nurgiyantoro 2012:60).

Sebuah karya sastra, fiksi, atau puisi, menurut kaum strukturalisme adalah sebuah totalitas yang dibangun secara koherensif oleh berbagai unsur (pembangunnya). Strukturalisme dapat dipandang sebagi salah satu pendekatan (baca: penelitian) kesastraan yang menekankan pada kajian hubungan antarunsur pembangun karya sastra yang bersangkutan. Analisis struktural karya sastra dalam hal ini fiksi dapat dilakukan dengan mengidentifikasikan, mengkaji, dan mendeskripsikan fungsi dan hubungan antar unsur intrinsik fiksi yang bersangkutan (Nurgiyantoro 2012:61).

Menurut Sudjiman (1992:23) penokohan adalah penyajian watak tokoh dan penciptaan dan cerita tokoh. Aminuddin (2013:79) menyatakan bahwa penokohan yaitu cara pengarang menampilkan tokoh atau pelaku.

Pengungkapan penokohan dapat dicapai dengan dua cara yaitu cara analitik atau secara langsung dan cara dramatik atau secara tidak langsung. Penokohan secara analitik mengungkapkan sifat-sifat, tabiat, latar belakang, pikiran, dan perasaan tokoh dikisahkan secara langsung. Penokohan secara dramatik dapat diungkapkan melalui berbagai cara antara lain dengan pengungkapan lingkungan hidup tokoh-tokoh, dialog, perbuatan tokoh, dan lain-lain (Eneste 1991:25-27).

Fananie (2000:87) mengungkapkan model mengekspresikan karakter tokoh yang dipakai pengarang dapat bemacam-macam, yaitu: (1) analitik artinya tokoh-tokoh cerita sudah dideskripsikan sendiri oleh pengarang, dengan kata lain pengaranglah yang menganalisis watak tokoh-tokohnya; dan (2) dramatik artinya pengarang tidak secara langsung mendeskripsikan karakter tokohnya. Karakter dibangun melalui kebiasaan berpikir, cara pengambilan keputusan dalam menghadapi setiap peristiwa, perjalanan karier, dan hubungan dengan tokoh-tokoh lain, termasuk komentar dari tokoh yang satu ke tokoh yang lain.

**TUJUAN PENELITIAN**

Bertolak dari permasalahan tersebut, tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. menemukan tokoh utama dalam novel *Catatan Hati Seorang Istri* Karya Asma Nadia;
2. menemukan gambaran emosi tokoh utama novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia; dan
3. memaparkan wujud ekspresi kecerdasan emosional tokoh utama novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Kecerdasan Emosional**

Inteligensi atau kecerdasan menurut Dusek (dalam Casmini 2007:14) didefinisikan melalui dua jalan yaitu secara kuantitatif adalah proses belajar untuk memecahkan masalah yang dapat diukur dengan tes inteligensi, dan secara kualitatif suatu cara berpikir dalam membentuk konstruk bagaimana menghubungkan dan mengelola informasi dari luar yang disesuaikan dirinya. Sementara itu menurut Goleman (1997:xii) kecerdasan emosional adalah kemampuan-kemampuan yang mencakup pengendalian diri, semangat dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri.

Menurut Gardner (dalam Goleman 1997:57), kecerdasan emosional adalah kecerdasan pribadi. Kecerdasan tersebut dibagi menjadi lima bagian antara lain: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

1. Mengenali emosi diri

Kesadaran diri- mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan yang sesungguhnya membuat manusia berada dalam kekuasaan perasaan. Ajaran Socrates (dalam Goleman 1997:62) “kenalilah dirimu” menunjukkan inti kecerdasan emosional: kesadaran akan perasaan diri sendiri sewaktu perasaan itu timbul.

Kemampuan untuk mencermati perasaan dari waktu ke waktu merupakan hal penting bagi wawasan psikologi dan pemahaman diri. Ketidakmampuan untuk mencermati perasaan kita yang sesungguhnya membuat kita dalam kekuasaan perasaan. Manusia yang memiliki keyakinan yang lebih tentang perasaanya adalah pilot yang andal bagi kehidupannya. Adanya kepekaan labih tinggi akan perasaan yang sesungguhnya membuat manusia lebih tepat menentukan keputusan-keputusan yang berkaitan dengan masalah pribadi. Ciri kesadaran ini mirip dengan yang oleh Freud dilukiskan sebagai “perhatian tak memihak”, dan disarankannya bagi mereka yang melakukan psikoanalisis. Perhatian semacam ini mengandung kejadian apapun melalui kesadaran yang netral, sebagai saksi yang berminat namun tidak bereaksi.

1. Mengelola emosi

Mengenai perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas adalah kecakapan yang bergantung kepada kesadaran diri. Kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan akibat-akibat yang timbul karena gagalnya keterampilan emosional dasar ini. Orang-orang yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara orang yang pintar dapat bangkit dari kemerosotan dan kejatuhannya dalam kehidupan.

“*Shophrosyne*” berasal dari kata Yunani kuno berarti kemampuan menguasai diri. Page Du Bois seorang pakar Yunani menerjemahkan sebagai “hati-hati dan cerdas dalam mengajar kehidupan, seimbangan dn kebijaksanaan yang terkendali”. Tujuannya adalah keseimbangan emosi, bukan menekan emosi, setiap perasaan mempunyai nilai dan makna. Sebagaimana diamati oleh Aristoteles, yang dikehendaki adalah emosi yang wajar, keselarasan antara perasaan dan lingkungan. Apabila emosi terlampau ditekan, terciptalah kebosanan dan jarak, bila emosi tak dikendalikan terlampau ekstrem terus menerus, emosi akan menjadi sumber penyakit seperti depresi berat, cemas berlebihan, amarah yang meluap-luap, gangguan emosional yang berlebihan (mania).

1. Memotivasi diri sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian untuk memotivasi diri sendiri dan untuk berkreasi. Kendali diri emosional menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati adalah landasan keberhasilan dalam berbagai bidang. Mampu menyesuaikan diri dalam “*flow*” memungkinkan terwujudnya kinerja yang lebih tinggi dalam segala bidang. *Flow* adalah perasaan kebahagiaan spontan, bahkan keterpesonaan. *Flow* adalah keadaan ketika seorang sepenuhnya terserap ke dalam apa yang sedang dikerjakannya. Perhatiaanya hanya terfokus kepekerjaan itu, kesadaran menyatu dengan tindakan. Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang dikerjakan.

Optimisme, seperti harapan, berarti memiliki pengharapan yang kuat, bahwa segala sesuatu dalam kehidupan akan beres, kendati ditimpa kemunduran dan frustasi. Dari titik pandang kecerdasan emosional, optimisme merupakan sikap yang menyangga orang jangan sampai terjatuh kedalam kemasabodohan, keputusasaan, atau depresi bila dihadang kesulitan. Optimisme yang relistis dapat membawa keuntungan-keuntungan dalam kehidupan, sedangkan optimisme yang terlampau naif dapat mendatangkan malapetaka.

1. Mengenali emosi orang lain

Empati, kemampuan yang juga bergantung pada kesadaran diri emosional merupakan keterampilan “bergaul” dasar. Orang yang empatik lebih mampu menangkap sinyal-sinyal sosial yang bersembunyi, yang mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain.

Prinsip dasar kehidupan sosial: emosi itu menular. Pertukaran emosi, saling mengirim dan menangkap suasana hati orang lain, merupakan bagian dari “transmisi” yang diam-diam berlangsung dalam setiap perjumpaan, biasanya terjadi amat halus dan hamper-hampir tak terasa. Kecerdasan emosional mencakup penguasaan dalam menangani hubungan sosial. Orang yang mampu menolong orang lain menenangkan perasaannya memiliki bekal sosial yang sangat berharga; merekalah yang dicari bila muncul kebutuhan emosi paling mendesak. Semua orang merupakan bagian dari alat perubahan emosi dalam hubungan dengan orang lain.

1. Membina hubungan

Seni membina hubungan sebagian besar merupakan keterampilan mengelola emosi orang lain. Meninjau keterampilan dan ketidakterampilan sosial, dan keterampilan-keterampilan tertentu yang berkaitan. Ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan antar pribadi. Orang-orang yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang mengandalkan pergaulan yang mulus dengan orang lain; mereka adalah bintang-bintang pergaulan.

Simpulannya kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk menangani emosi diri dengan baik dan memahami emosi orang lain dengan tujuan terciptanya hubungan yang harmonis. Salah satu bentuk kecerdasan emosi yaitu pandai membaca situasi ketika berinteraksi, menggunakan ketrampilan bermusyawarah dan mudah menyelesaikan perselisihan dengan bijaksana. Dalam bentuk yang terbaik, kemampuan ini dapat membuat seseorang menjadi ahli terapi atau konselor yang kompeten, atau apabila digabungkan dengan bakat sastra, menjadi dramawan atau penulis novel yang berbakat.

**Struktur novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia**

Struktur novel dalam karya sastra dibagi menjadi dua, yaitu unsur intrinsik dan ekstrinsik. Keduanya merupakan unsur pembangun sebuah karya sastra. Unsur intrinsik secara langsung membangun karya sastra karena unsur ini berada di dalam cerita. Sementara itu unsur ekstrinsik tidak secara langsung membangun karya sastra karena unsur ini berada di luar cerita.

**Unsur Novel**

Adapun unsur novel yang mendukung dalam penelitian ini meliputi (a) tokoh,  (b) penokohan,  (c) alur atau *plot*, dan (d) latar atau *setting*.

**Tokoh**

Tokoh-tokoh yang terdapat dalam cerita *Catatan Hati Seorang Istri,* yaitu: saya (Asma), keluarga Pak Haris, teman asal Malaysia, Dia (perempuan paling cantik), seorang kawan, lelaki aktivis keislaman, keluarga aku (Kaitlyn), keluarga Ustadzah, keluarga seorang muslimah, suami Asma, teman, Papi, seorang pelacur, perempuan misterius, Dia (perempuan berwajah manis), *Baby Sitter*, keluarga perempuan berwajah manis, perempuan yang usianya sebaya, keluarga Amini, aku (Tania), keluarga Tania, keluarga Aliet Sartika, Peter, Gez, Paul Van Moorsel, istri tua Pak Fulan, keluarga Humaira, keluarga Nita Sundari (Inge dan suami Inge), keluarga sepasang pengemis, keluarga Mami (Liaw Min Hoa), keluarga Ibu Yayu, Kang Gito, seorang muslimah, Pak Dosen, keluarga perempuan berwajah ayu, keluarga Ida Azus, Aba Agil, dan Ustadz Agung Wirawan. Dalam cerita ini tokoh dibagi menjadi dua, yaitu tokoh utama dan tokoh bawahan.

**Gambaran tokoh utama novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia**

Di sini dikemukakan gambaran tokoh utama novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia yang meliputi tokoh utama dan penokohan dalam cerita *Kalau Saya Jatuh Cinta Lagi,* *Cinta* *Perempuan Paling Cantik, Menikah Tanpa Memandang, Pernikahan Pertama dan Kedua, Rombongan Gadis yang Melamar Suami Saya, Kebanggan Seorang Istri, Jika Saya dan Suami bercerai, Lagi, Pertanyaan Untuk Laki-laki, Saya Tidak Ingin Cemburu …, Saat Cinta Berpaling Darimu*, *Suami yang Menyebabkanku di sini*, *Saya Ingin Dia Memilih*, *Terbang Dengan Satu Sayap*,*Lagu Kelabu*, *Label Baru Seorang Istri*, *Sebab Aku Berhak Bahagia*, *Hal-hal Sederhana yang Dirindukan*, *2 x 24 Jam*, *Mami*, *Setelah 11 Tahun*, *Cinta Tak Sempurna*, *Hari Pertama Memandangmu*, dan *Perempuan Istimewa di Hati Aba Agil.*

**Tokoh utama atau sentral**

Tokoh utama atau sentral dalam cerita ini adalah tokoh saya. Hal itu dapat diketahui melalui kutipan sebagai berikut.

Santai, santun meski ceplas ceplos. Begitulah kesan saya tentang Pak Haris. Pimpinan Sebuah penerbitan di Solo yang saya temui dalam satu kesempatan (Nadia 2007:3).

Tokoh saya adalah tokoh utama, tokoh saya bekerja sebagai seorang wartawan. Saya adalah tokoh yang protagonis karena selalu berhubungan dengan tokoh-tokoh lain. Selain itu saya juga mempunyai sifat yang sangat baik terhadap orang lain. Komunikasi antara tokoh saya dengan Pak haris terjalin dengan baik. Dialog antara keduanya pun berlangsung dengan lancar.

Di dalam cerita *Kalau Saya Jatuh Cinta Lagi* saya adalah tokoh utama, tokoh saya berhubungan dengan tokoh Pak Haris. Hal itu dapat diketahui melalui kutipan sebagai berikut.

Saya lupa bagaimana awalnya hingga Pak Haris menyinggung poligami. Kebetulan saya tertarik degan persoalan ini, dan sedang menulis sebuah novel bertema poligami yang penggarapannya sangat menyita energi (Nadia 2007:3).

Dari gambaran kutipan tersebut, tokoh saya adalah tokoh yang mempunyai sifat protagonis. Tokoh saya selalu berbuat baik, hal itu dapat dilihat dari cara tokoh saya dalam berempati terhadap permasalahan yang dihadapi oleh seseorang. Terutama empati terhadap nasib perempuan yang dipoligami oleh suaminya.

Hal yang menunjukkan tokoh saya adalah tokoh utama dalam cerita *Kalau Saya Jatuh Cinta Lagi* karena tokoh saya selalu berhubungan dengan tokoh-tokoh lain seperti: tokoh saya berhubungan dengan tokoh Pak Haris. Hal itu dapat dilihat dari kutipan berikut.

“Sejujurnya Mbak Asma, hanya ada satu alasan inti kenapa lelaki menikah lagi.”

Saya dan seorang teman saat itu langsung menyimak baik-baik.

“Dan itu bukan karena menolong, bukan karena kasihan, atau alasan lain. Saya lelaki. Dan kalau Saya menikah lagi itu murni karena saya suka dengan gadis itu. Saya jatuh cinta. Titik” (Nadia 2007:4).

Pak Haris ketika itu sedang menyampaikan suatu alasan kenapa lelaki menikah lagi! Menurut Pak Haris, kalau seorang lelaki itu menikah lagi itu murni karena ia suka gadis itu. Dari uraian tersebut, dapat dijelaskan bahwa tokoh saya mempunyai hubungan dengan tokoh Pak Haris. Tokoh Pak Haris adalah tokoh sentral antagonis karena tokoh Pak Haris kemunculannya selalu berkaitan dengan tokoh utama.

**Wujud Ekspresi Kecerdasan Emosional Tokoh Utama Novel *Catatan hati seorang Istri* Karya Asma Nadia**

Wujud kecerdasan emosional tokoh utama novel *Catatan Hati Seorang Istri* karya Asma Nadia yang meliputi kecerdasan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dalam cerita *Kalau Saya Jatuh Cinta Lagi,* *Cinta* *Perempuan Paling Cantik, Menikah Tanpa Memandang, Pernikahan Pertama dan Kedua, Rombongan Gadis yang Melamar Suami Saya, Kebanggan Seorang Istri, Jika Saya dan Suami bercerai, Lagi, Pertanyaan Untuk Laki-laki, Saya Tidak Ingin Cemburu …, Saat Cinta Berpaling Darimu*, *Suami yang Menyebabkanku di sini*, *Saya Ingin Dia Memilih*, *Terbang Dengan Satu Sayap*,*Lagu Kelabu*, *Label Baru Seorang Istri*, *Sebab Aku Berhak Bahagia*, *Hal-hal Sederhana yang Dirindukan*, *2 x 24 Jam*, *Mami*, *Setelah 11 Tahun*, *Cinta Tak Sempurna*, *Hari Pertama Memandangmu*, dan *Perempuan Istimewa di Hati Aba Agil*.

**SIMPULAN**

Wujud ekspresi kecerdasan emosional tokoh utama dalam novel *Catatan hati Sorang Istri*  merupakan kecerdasan pribadi. Kecerdasan tersebut dibagi menjadi lima bagian antara lain: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan. Wujud ekspresi kecerdasan emosional tokoh utama pada novel *Catatan hati Sorang Istri*  karya Asma Nadia titik tolaknya bertumpu pada tokoh utama pada masing-masing cerita tersebut.

Dari seluruh cerita dalam novel *Catatan hati Sorang Istri*, kemampuan memotivasi diri sendiri yang banyak mendominasi tokoh utama. Dari seluruh cerita tersebut berisi tentang kemampuan dan ketabahan tokoh utama dalam menghadapi permasalahan serta memotivasi diri sendiri. Di dalam novel tersebut kemampuan memotivasi diri sendiri sangat penting dalam kehidupan karena dapat memberikan dorongan dan semangat dalam menghadapi permasalahan.

**DAFTAR PUSTAKA**

Aminuddin. 2013. *Pengantar Apresiasi Karya Sastra*. Bandung: SinarBaruAlgensindo

Casmini.2007. *Emotional Parenting*. Yogyakarta: Pilar Merdeka

Dennis H. Pulido, (2011) [Saving the savior: a deconstruction of the Novel Viajero by F. Sionil Jose.](http://journalarticle.ukm.my/2052/) 3L; Language,Linguistics and Literature,The Southeast Asian Journal of English Language Studies., 17 (1). pp. 79-92. ISSN 0128-5157.

Eneste, Pamusuk. 1991. *Novel dan Film*.Ende: Nusa Indah.

Fananie, Zainuddin. 2002. *Telaah sastra. Surakarta*: Muhammadiyah Universiti Press

Gartner, *at al*. 2012. “*Religious commitment and mental health: Areview of the empirical literature”*. *Intenational Journal for The Psychology of Religion*. Volume 19, ISSUE 1, tahun 2012, halaman 6-25.

Goleman, Daniel. 1997. *Emotional Intelligence* (*Kecerdasan Emosional)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Grim, Brian J. 2006. “International Religion Indexes: Government Regulation, Government Favoritism, and Social Regulation of Religion”. *International Journal of Research on Religion.*Volume 2, issue 1, tahun 2006, ISSN 15556-3723, halaman 1-6.

Hartono. 2006. *Kepatuhan dan Kemandirian Santri Sebuah Analisis Psikologis*. *Jurnal Studi Islam dan Budaya*. Volume 4, no 1,tahun 2006, halaman 50-66.

Herlina. *At al*. “Novel Rumah Tanpa Jendela Karya Asma Nadia (Kajian Sosiologi Sastra, Resepsi Pembaca, dan Nilai Pendidikan)”. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra*. Volume 1, No. 1, tahun 2013, ISSN 168-623X, halaman 85-96.

Kartika, Diana Ayu. 2008. “ Konflik Batin Tokoh Utama Novel *Nayla* Karya Djenar Maesa Ayu: Tinjauan Psikologi Sastra”. Tesis. Surakarta: UNS.

Nadia, Asma. 2011. *New* *Catatan Hati Seorang Istri*. Depok: Asma Nadia Publising House

Nugraheni, Astin. 2006. *konflik batin tokoh Zaza dalam cerpen Azalea Jingga karya Naning Pranoto: tinjauan psikologi sastra*. Tesis :UMS

Nurgiyantoro, Burhan. 2012. *Teori Pengkajian Fiksi*. Yogyakarta: Gajah MadaUniversity Press.

Sangidu. 2005. *Metode Penelitian Sastra, Metode dan Kiat*. Yogyakarta: UGM

Schmidt, Frank L. 2012. “*Statistical significance testing and cumulative knowledge in psychology: Implications for training of researchers*”. *International Journal for Psichological Methods.* Volume 1, Issue 2, tahun 1996, halaman 115-129.

Simma, Watcharapipat. 2009. *An Analysis of Defense Mechanisms Used by The Main Characters in Mark Twain’s The Adventures of Huckleberry Finn and The Prince and The Pauper.* Bangkok: Graduate School, Srinakharinwir of University.

Sudjiman, Panuti. 1996. *Kamus Istilah Sastra*. Jakarta: Pustaka Jaya.

Sudjiman, Panuti. 1992. *Memahami Cerita Rekaan*. Jakarta: Pustaka Jaya.

Suharianto, S. 2005. *Dasar-Dasar Teori Sastra*. Semarang: Rumah Indonesia.

Taylor, Amy E. 2002. *Body and Technology: Reframing the Humanistic. United States of America.*

Thomas F, *At al*. 2006. “A meta-analytic test of intergroup contact theory”. *International Journal of Personality and Social Psichology*. Volume 90, issue 5, tahun 2011, halaman 751-783.