

## BAB 2

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Kecerdasan Emosional Pada Remaja

##### 2.1.1 Pengertian Kecerdasan Emosi Pada Remaja

Menurut English and English, emosi adalah “*A complex feeling state accompanied by characteristic motor and glandular activities*” (suatu keadaan perasaan yang kompleks yang disertai karakteristik kegiatan kelenjar dan motoris). Sedangkan Sarlito Wirawan Sarwono berpendapat bahwa emosi merupakan “setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna afektif pada tingkat lemah atau dangkal maupun pada tingkat yang lebih luas (mendalam)” (Yusuf, 2004).

Emosi sebagai suatu peristiwa psikologis mengandung ciri-ciri lebih bersifat subjektif daripada peristiwa psikologis lainnya, bersifat fluktuatif dan banyak bersangkut paut dengan peristiwa pengenalan panca indra (Yusuf, 2004).

Karakteristik emosi pada anak adalah emosi kuat, bersifat sementara, emosi seringkali tampak, emosi dapat diketahui melalui gejala perilaku dan reaksi mencerminkan individualitas (Hurlock, 1999).

Kecerdasan emosi atau *Emotional Intelligence* merujuk kepada kemampuan-kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 2003).

Kecerdasan emosi ini merujuk kepada kemampuan-kemampuan yang mengendalikan diri, memotivasi diri dan berempati (Yusuf, 2004).

Kecerdasan emosi mencakup kemampuan-kemampuan yang berbeda, tetapi saling melengkapi, dengan kecerdasan akademik (*academic intelligence*), yaitu kemampuan-kemampuan kognitif murni yang diukur dengan IQ. Dua macam kecerdasan yang berbeda ini (intelektual dan emosi) mengungkapkan aktivitas bagian-bagian yang berbeda dalam otak. Kecerdasan intelektual terutama didasarkan pada kerja nonkorteks, lapisan yang dalam evolusi berkembang pada akhir di bagian atas otak. Sedangkan pusat-pusat emosi berada di bagian yang lebih dalam, dalam subkorteks yang secara evolusi lebih kuno, kecerdasan emosi dipengaruhi oleh kerja pusat-pusat emosi itu, tetapi dalam keselarasan dengan kerja pusat-pusat intelektual (Goleman, 2003).

### **2.1.2 Tahapan Perkembangan Emosi Dan Aspek Kecerdasan Emosi Pada Remaja**

#### **a. Tahapan Perkembangan Emosi**

1. Mengetahui lingkungan sekitar lebih luas dan menjalin hubungan dengan teman sebaya
2. Berkomunikasi secara bergantian dan mulai menunjukkan rasa berbagi
3. Menggemari permainan yang bersifat khayalan untuk menunjukkan perasaannya

#### **b. Aspek Kecerdasan Emosi pada Remaja**

1. Aspek Kesadaran Diri

Kesadaran diri untuk mengenali perasaan ketika perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional (Goleman, 1997).

Kesadaran diri adalah mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri

sendiri; memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat (Goleman, 2003).

Menurut John Mayer dalam Daniel Goleman (2003) kesadaran diri berarti waspada terhadap suasana hati dan pikiran kita tentang suasana hati. Orang yang sadar diri cenderung untuk mandiri dan berpendapat positif tentang kehidupannya. Dengan demikian kemampuan untuk mengenali emosi merupakan syarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga kita tidak diperbudak oleh emosi.

Kesadaran diri terbagi menjadi tiga karakteristik perilaku yaitu : mengenal dan merasakan emosi sendiri, memahami penyebab perasaan yang timbul, mengenal perasaan terhadap tindakan (Yusuf, 2004).

Manfaat kesadaran diri-emosional yaitu : Perbaikan dalam mengenali dan merasakan emosinya sendiri, lebih mampu memahami penyebab perasaan yang timbul, mengenali perbedaan dengan tindakan (Golamen, 1997).

## 2. Aspek Mengelola Emosi

Aktivitas untuk mengelola dan mengekspresikan emosi ini dilakukan sejak awal kehidupan yaitu ketika seorang bayi tanpa sadar menghisap ibu jarinya untuk meredakan kecemasannya dalam menghadapi dunia yang asing dan menakutkannya. Demikian halnya ketika mereka mulai berjalan tertatih-tatih dan mulai mengekspresikan lingkungan disekitarnya, maka pada saat mereka akan mencari orang tua atau orang-orang yang telah dikenalnya dengan baik untuk menenangkan dirinya (Hurlock, 1999).

Kemampuan anak untuk mengelola dan mengekspresikan emosinya akan berpengaruh terhadap cara-cara anak mengekspresikan perasaannya.

Dan kemampuan anak mengekspresikan melalui kata-kata adalah hal penting dalam tahap perkembangan kemampuan untuk mengekspresikan perasaan secara tepat.(Hurlock, 1999).

Mengelola emosi terbagi menjadi enam karakteristik perilaku yaitu : Bersikap toleran terhadap frustrasi dan mampu mengelola amarah secara lebih baik, lebih mampu mengungkapkan amarah dengan tepat tanpa berkelahi, dapat mengendalikan perilaku agresif yang merusak diri sendiri dan orang lain, memiliki perasaan yang positif tentang diri sendiri, sekolah dan keluarga, memiliki kemampuan untuk mengatasi ketegangan jiwa (stress), dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas dalam pergaulan (Yusuf, 2004).

Manfaat mengelola emosi yaitu : Toleransi yang lebih tinggi terhadap frustrasi dan pengelolaan amarah, berkurangnya ejekan verbal, perkelahian, dan gangguan di ruang kelas, lebih mampu mengungkapkan amarah dengan tepat, tanpa berkelahi, berkurangnya larangan masuk sementara dan skorsing, berkurangnya perilaku agresif atau merusak diri sendiri, perasaan yang lebih positif tentang diri sendiri, sekolah, dan keluarga, lebih baik dalam menangani ketegangan jiwa, dan berkurangnya kesepian dan kecemasan dalam pergaulan (Goleman, 1997).

### 3. Aspek Memanfaatkan Emosi

Menurut Daniel Goleman (1997) ketekunan bergantung pada sifat emosional, antusiasme serta kegigihan menghadapi tantangan. Dalam ketekunan, latihan penundaan keinginan amat penting. Anak yang tidak matang akan tidak sabaran dan sering memandang pemenuhan tugas sebagai hal yang penting.

Memanfaatkan emosi terbagi dalam tiga karakteristik perilaku yaitu : memiliki rasa tanggung jawab, mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan, dan mampu mengendalikan diri dan tidak bersifat impulsif (Yusuf, 2004).

Manfaat memanfaatkan emosi yaitu : Lebih bertanggung jawab, lebih mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan dan menaruh perhatian, kurang impulsif dan lebih menguasai diri, dan nilai pada tes-tes prestasi meningkat (Goleman, 1997).

#### 4. Aspek Empati

Empati termasuk dalam perkembangan moral. Empati berarti ikut merasakan (Wong, 2003).

Empati merupakan kemampuan untuk merasakan penderitaan atau kesulitan orang lain, apa yang dirasakan orang lain, termasuk juga untuk memahami perasaan dan keinginan orang lain. Empati terbentuk dari kemampuan kesadaran diri, mengenal serta mengakui emosi diri yang tinggi sehingga memudahkan seseorang untuk terampil membaca perasaan orang lain. Dengan empati ini anak-anak akan cenderung tidak agresif dan rela terlibat dalam perbuatan yang lebih proporsional. Anak tersebut akan lebih disukai oleh teman dan orang dewasa di lingkungannya. Kemampuan berempati merupakan kemampuan penting dalam membangun kehidupan sosial (Gottman dan DeClaire, 2003).

Hoffman dalam Goleman (1997) melihat adanya proses empati sejak bayi dan masa selanjutnya. Pada umur satu tahun, anak merasa sakit kepala apabila melihat anak lain jatuh dan menangis. Ia akan menaruh ibu jarinya di mulut dan membenamkan kepala di pangkuan ibunya. Setelah lebih dari

satu tahun, bayi lebih menyadari bahwa mereka berbeda dari orang lain dan ia akan lebih aktif mencoba menghibur anak lain dengan cara meminjamkan mainannya. Pada awal dua tahun, anak mulai memahami bahwa perasaan orang lain berbeda dengan dirinya sehingga mereka lebih peka terhadap isyarat-isyarat yang mengungkapkan perasaan orang lain. Pada akhir masa kanak-kanak tingkat empati paling lanjut telah muncul ketika anak-anak sudah sanggup memahami kesulitan yang ada dibalik situasi yang tampak dan menyadari bahwa situasi dan status seseorang dalam kehidupan dapat menjadi beban stress yang kronis misalnya kemiskinan, kesengsaraan suatu golongan, dan lain-lain.

Empati terbagi menjadi tiga karakteristik perilaku yaitu : Mampu menerima sudut pandang orang lain, memiliki sikap empati atau kepekaan terhadap perasaan orang lain, dan mampu mendengarkan orang lain (Yusuf, 2004).

Manfaat empati yaitu : Lebih mampu menerima sudut pandang orang lain, memperbaiki empati dan kepekaan terhadap perasaan orang lain, dan lebih baik dalam mendengarkan orang lain (Goleman, 1997).

#### 5. Aspek Membina Hubungan

Mempunyai sahabat atau teman akrab adalah tahap perkembangan yang penting dalam kehidupan anak yang kelak akan mempengaruhi cara anak dalam menjalin hubungan dengan orang lain disaat mereka beranjak remaja kelak (Hurlock, 1999).

Keterampilan menjalin hubungan dengan orang lain merupakan kecakapan sosial yang mendorong keberhasilan dalam pergaulan. Agar terampil menjalin hubungan seseorang harus mempunyai kemampuan untuk

mengenal dan mengelola emosi mereka. Salah satu kegiatan yang harus dimiliki dalam membangun kemampuan menjalin hubungan adalah kemampuan mengendalikan emosi orang lain, meyakinkan dan mempengaruhi serta membuat orang lain merasa nyaman (Hurlock, 1999).

Menurut Sullivan hubungan dengan orang lain penting untuk perkembangan konsep diri. Interaksi pertama terjadi antara bayi dan ibunya kemudian dengan anggota keluarganya yang lain. Pada usia 2-5 tahun anak tidak hanya dalam lingkungan keluarga tapi pada lingkungan yang lebih luas dengan kelompok bermain, tetangga, dan lain-lain. Hubungan dengan orang lain ini terutama pada usia 4-5 tahun.

Membina hubungan terbagi menjadi delapan karakteristik perilaku yaitu : Memiliki pemahaman dan kemampuan untuk menganalisis hubungan dengan orang lain, dapat menyelesaikan konflik dengan orang lain, memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain, memiliki sikap bersahabat atau mudah bergaul dengan teman sebaya, memiliki sikap tenggang rasa dan perhatian terhadap orang lain, memperhatikan kepentingan sosial (senang menolong orang lain) dan dapat hidup selaras dengan kelompok, bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama, dan bersikap demokratis dalam bergaul dengan orang lain (Yusuf, 2004).

Manfaat membina hubungan yaitu : Meningkatkan kemampuan menganalisis dan memahami hubungan, lebih baik dalam menyelesaikan pertikaian dan merundingkan persengketaan, lebih baik dalam menyelesaikan persoalan yang timbul dalam hubungan, lebih tegas dan terampil dalam berkomunikasi, lebih populer dan mudah bergaul, bersahabat, dan terlibat dengan teman sebaya, lebih dibutuhkan oleh teman

sebaya, lebih menaruh perhatian dan bertenggang rasa, lebih memikirkan kepentingan sosial dan selaras dalam kelompok, lebih suka berbagi rasa, bekerja sama, dan suka menolong, lebih demokratis dalam bergaul dengan orang lain (Goleman, 1997).

### 2.1.3 Unsur – Unsur Kecerdasan Emosi Pada Remaja

Menurut Daniel Goleman (1997) unsur-unsur utama dari kecerdasan emosi adalah :

a. Kesadaran diri

Mengamati diri dan mengenali perasaan-perasaan, menghimpun kosakata untuk perasaan, mengetahui hubungan antara pikiran, perasaan dan reaksi

b. Pengambilan keputusan pribadi

Mencermati tindakan-tindakan dan mengetahui akibat-akibatnya, mengetahui apa yang menguasai sebuah keputusan, pikiran atau perasaan, menerapkan pemahaman ini

c. Mengelola perasaan

Memantau “omongan sendiri” untuk menangkap pesan-pesan negatif seperti ejekan-ejekan tersembunyi, menyadari apa yang ada di balik suatu perasaan (misalnya sakit hati yang mendorong amarah), menemukan cara-cara untuk menangani rasa takut dan cemas, amarah, dan kesedihan

d. Menangani stress

Mempelajari pentingnya berolahraga, perenungan yang terarah, metode relaksasi



e. Empati

Memahami perasaan dan masalah orang lain, dan berpikir dengan sudut pandang mereka, menghargai perbedaan perasaan orang mengenai berbagai hal

f. Komunikasi

Berbicara mengenai perasaan secara efektif, menjadi pendengar dan penanya yang baik, membedakan antara apa yang dilakukan atau yang dikatakan seseorang dengan reaksi atau penilaian sendiri tentang hal itu, mengirimkan pesan "Aku" dan bukannya mengumpat

g. Membuka diri

Menghargai keterbukaan dan membina kepercayaan dalam suatu hubungan, mengetahui kapan situasinya aman untuk mengambil resiko membicarakan tentang perasaan

h. Pemahaman

Mengidentifikasi pola-pola dalam kehidupan emosional dan reaksi-reaksinya, mengenali pola-pola serupa pada orang-orang lain

i. Menerima diri sendiri

Merasa bangga dan memandang diri sendiri dalam sisi yang positif, mengenali kekuatan dan kelemahan, mampu untuk menertawakan diri sendiri.

j. Tanggung jawab pribadi

Rela memikul tanggung jawab, mengenali akibat-akibat dari keputusan dan tindakan, menerima perasaan dan suasana hati, menindaklanjuti komitmen.

k. Ketegasan

Mengungkapkan keprihatinan dan perasaan tanpa rasa marah atau berdiam diri.

l. Dinamika kelompok

Mau bekerja sama, mengetahui kapan dan bagaimana memimpin, kapan mengikuti.

m. Menyelesaikan konflik

Bagaimana berkelahi secara jujur dengan anak-anak lain, dengan orangtua, dengan para guru

Semua unsur di atas kecerdasan emosi dapat dikelompokkan menjadi:

1. Aspek intra pribadi meliputi mengenal emosi diri/kesadaran diri, mengelola dan mengekspresikan emosi serta memotivasi diri sendiri/memanfaatkan emosi secara produktif.
2. Aspek antar pribadi meliputi empati dan membina hubungan dengan orang lain.

#### **2.1.4 Kondisi Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi Pada Remaja**

a. Peran Pematangan

Perkembangan intelektual menghasilkan kemampuan untuk memahami makna yang sebelumnya tidak dimengerti, memperhatikan suatu rangsangan dalam jangka waktu yang lebih lama dan memutuskan ketegangan emosi pada satu objek. Demikian pula, kemampuan mengingat dan menduga mempengaruhi reaksi emosional (Hurlock, 1999).

Hal lain yang berpengaruh terhadap pematangan perilaku emosional adalah perkembangan kelenjar endokrin.

## b. Peran Belajar

Lima jenis kegiatan belajar turut menunjang perkembangan kecerdasan emosi pada remaja :

### 1. Belajar secara coba-coba dan ralat (*Trial and Error Learning*).

Metode ini terutama melibatkan aspek reaksi. Remaja belajar secara coba-coba untuk mengekspresikan emosi dalam bentuk perilaku yang memberikan pemuasan terbesar kepadanya dan menolak perilaku yang memberikan sedikit atau sama sekali tidak memberikan pemuasan.

### 2. Belajar dengan cara meniru (*Learning by limitation*)

Metode ini sekaligus mempengaruhi aspek rangsangan dan aspek reaksi. Dengan cara mengamati hal-hal yang membangkitkan emosi tertentu pada orang lain, remaja bereaksi dengan emosi dan metode ekspresi yang sama dengan orang yang diamati.

### 3. Belajar dengan cara mempersamakan diri (*Learning by Identification*)

Anak menirukan reaksi emosional orang lain dan tergugah oleh rangsangan yang sama dengan rangsangan yang telah membangkitkan emosi orang yang ditiru.

Metode ini berbeda dengan metode meniru dalam dua segi :

- a. Remaja hanya menirukan orang yang dia kagumi dan mempunyai ikatan emosional yang kuat dengannya
- b. Motivasi untuk menirukan orang yang dikagumi lebih kuat dibandingkan dengan motivasi untuk menirukan sembarang orang.

#### 4. Belajar melalui pengkondisian (*Conditioning*)

Dalam metode ini objek dan situasi yang pada mulanya gagal memancing reaksi emosional kemudian dapat berhasil dengan cara asosiasi. Metode ini berhubungan dengan aspek rangsangan, bukan dengan aspek reaksi.

Pengkondisian terjadi dengan mudah dan cepat pada tahun-tahun awal kehidupan karena remaja kurang mampu bernalar, kurang pengalaman untuk menilai situasi secara kritis dan kurang mengenal betapa tidak rasionalnya reaksi mereka.

#### 5. Pelatihan (*Training*)

Belajar dibawah bimbingan dan pengawasan, terbatas pada aspek reaksi. Remaja dirangsang untuk bereaksi terhadap rangsangan yang biasanya membangkitkan emosi yang menyenangkan dan dicegah agar tidak bereaksi serta emosional terhadap rangsangan yang membangkitkan emosi yang tidak menyenangkan.

Aktivitas untuk mengelola dan mengekspresikan emosi ini dilakukan sejak awal kehidupan yaitu ketika seorang bayi tanpa sadar menghisap ibu jarinya untuk meredakan kecemasannya dalam menghadapi dunia yang asing dan menakutkannya. Demikian halnya ketika mereka mulai berjalan tertatih-tatih dan mulai mengekspresikan lingkungan disekitarnya, maka pada saat mereka akan mencari orang tua atau orang-orang yang telah dikenalnya dengan baik untuk menenangkan dirinya (Hurlock, 1999).

Kemampuan remaja untuk mengelola dan mengekspresikan emosinya akan berpengaruh terhadap cara-cara anak mengekspresikan perasaannya. Dan kemampuan remaja mengekspresikan melalui kata-kata adalah hal

penting dalam tahap perkembangan kemampuan untuk mengekspresikan perasaan secara tepat (Hurlock, 1999).

### **2.1.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi**

Akar dari perilaku moral, yang termasuk didalamnya empati adalah kebaikan dan keadilan (kindness and fairness). Hal ini sangat tampak pada masa awal kehidupan sampai masa lahir anak sekolah. Selain itu peran dari orang tua dan care giver yang lain (misalnya guru) juga sangat penting. Pada awal kehidupan seorang bayi mengembangkan rasa percaya untuk kemudian menjadi motivasi dan belajar berperilaku seperti orang lain. Cinta dan perhatian juga sangat dibutuhkan oleh anak untuk menghadapi krisis dalam kehidupannya. Orang tua diharapkan dapat mengkomunikasikan kepada anaknya bahwa mereka mencintai anaknya apa adanya bukan karena kelakuan atau penghargaan atas diri mereka. Selain itu faktor dari lingkungan sekitar juga sangat berpengaruh (Wong, 2003).

### **2.1.6 Masalah – Masalah Dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi pada Remaja**

Kecerdasan emosi bisa menguat atau terkikis bergantung pada apa yang dihadapi remaja setiap hari. Dalam proses perkembangannya ada beberapa hambatan yang biasanya muncul pada anak-anak. Dan bagaimana orang tua menyikapi masalah-masalah tersebut akan sangat menentukan perkembangan kecerdasan emosi anak.

Masalah-masalah tersebut antara lain:

a. Malu

Rasa malu merupakan bentuk ketakutan yang ditandai oleh penarikan diri dari hubungan dengan orang lain yang tidak dikenal atau tidak sering berjumpa (Hurlock, 1999).

Anak-anak apalagi yang masih balita kadang-kadang tidak bisa menjelaskan apa yang sedang ia rasakan, terutama perasaan negatif atau campuran perasaan sedih dan marah. Ia cuma menyadari bahwa ada sesuatu yang mengganjal hatinya, hal ini terjadi setelah ia menjalani situasi tertentu.

Salah satu perasaan yang biasanya relatif sulit dipahami remaja adalah rasa malu dan hal ini sering membuat orang tua merasa tidak nyaman dan tidak tahu apa yang harus dilakukan.

b. Menolak Dipeluk atau Dicium

Menyentuh adalah bagian terpenting dari suatu hubungan, khususnya hubungan orang tua anak (Pertiwi, dkk, 1997).

Tiap anak punya gaya dan tingkah laku berbeda-beda, kebanyakan yang menolak dicium adalah anak laki-laki. Hal ini berarti menunjukkan bahwa remaja tersebut kaku dan tidak berperasaan. Penolakan itu menunjukkan bahwa dirinya sudah besar dan tidak perlu diperlakukan seperti anak kecil lagi.

Akan tetapi orang tua pantas khawatir kalau remaja memang sama sekali tidak pernah mau dipeluk dan dicium, bahkan sekedar dipegang dan disentuh secara fisik. Hal ini segera perlu penanganan oleh seorang dokter dan psikolog.

c. Tidak Bisa Mengekspresikan Perasaan

Belajar bagaimana mengekspresikan perasaan sangat penting bagi tumbuh kembang yang normal. Remaja yang terbiasa mengungkapkan perasaannya lebih mungkin tumbuh menjadi orang dewasa yang sehat dari pada remaja yang terbiasa menutup perasaannya (Pertwi, dkk, 1997).

Bagaimanapun, temperamen remaja laki-laki biasanya lebih banyak memendam perasaannya daripada perempuan, padahal mereka memang punya perasaan. Oleh karena itu harus didorong untuk mengungkapkan perasaannya.

d. Perasaan Yang Mendua

Remaja berada diantara keyakinan dan rasa tak aman, antara mandiri dan bergantung atau antara rasa tidak berdaya dan jagoan. Jadi wajar saja apabila suatu saat perasaan ganda itu muncul ke permukaan (Pertwi, dkk, 1997).

Dalam hal ini sebagai orang tua sebaiknya memahami dan mengerti akan perlakuan si remaja. Namun apabila si remaja sudah lepas kontrol orang tua harus segera mengendalikannya.

e. Terlalu Emosional

Emosionalitas yang meninggi mempengaruhi penyesuaian remaja secara langsung, karena orang lain menilai remaja atas dasar perilaku mereka. Emosionalitas yang meninggi mempengaruhi penyesuaian remaja secara tidak langsung, karena penilaian sosial yang diterima remaja mempengaruhi sikap dan perlakuan remaja terhadap orang lain.

Emosionalitas yang meninggi berarti suatu frekuensi dan intensitas pengalaman emosional diluar ukuran yang normal. Semua remaja mengalami

keadaan eforia, equilibrium dan disquilibrium akan sangat disayangkan, banyak remaja mengalami disquilibrium daripada eforia pada saat emosionalitas meningkat. Karena penyesuaian sosial terkait erat dengan konsep diri remaja. Emosionalitas yang meninggi menimbulkan dampak yang merugikan bagi perkembangan pribadi remaja. (Hurlock, 1999).

Emosionalitas yang meninggi mungkin disebabkan oleh kondisi fisik, psikologis dan lingkungan, seringkali kondisi yang berperan lebih dari satu. (Hurlock, 1999).

f. Frustrasi

Frustrasi melibatkan beberapa perasaan sekaligus, karenanya remaja kerap kali sulit mengenalinya, apalagi mengelolanya. Padahal frustrasi yang terjadi karena harapan mereka melebihi kemampuannya, dirasakan oleh remaja hampir tiap hari. Selain daripada itu perlu diingat frustrasi bisa melatih remaja mencapai kesuksesan (Pertiwi, dkk, 1997).

Dalam keseharian seringkali remaja menunjukkan rasa gelisah, kalau ia sedang menggambar atau membuat sesuatu, tapi merasa apa yang diinginkannya tidak bisa diwujudkan kadang ia menangis, diam, dan memukul-mukul dinding. Disinilah dituntut sikap yang bijak dari orang tua untuk menyikapi perilaku si remaja

Agar emosi remaja matang ia perlu mengalami frustrasi, belajar mengatasinya dan menggunakannya secara konstruktif.

g. Tidak Ada Motivasi Diri

Kemampuan memotivasi diri sangat bergantung pada harga diri seorang remaja. Remaja yang rasa percaya dirinya tinggi cenderung lebih positif dalam menghadapi persoalan. Sementara, remaja yang rendah diri



akan lebih mudah putus asa dan sulit menyemangati diri sendiri (Pertiwi, dkk, 1997).

Menyemangati diri termasuk tugas yang cukup sulit bagi kebanyakan balita. Cukup banyak juga remaja yang suasana hatinya disuatu hari sangat bergantung pada peristiwa awal yang dialaminya pada saat bangun tidur. Bila bangunnya enak dan tidak ada persoalan, seharian ia gembira. Tetapi sebaliknya apabila bangun pagi suasana hati sudah keruh maka bisa jadi seharian ia rewel.

#### h. Sulit Berempati

Empati tidak tumbuh kuat bila remaja tidak memiliki pengetahuan dan kemampuan menganalisis peristiwa dan pemahaman bahwa hal itu pun bisa terjadi pada dirinya (Pertiwi, dkk, 1997).

Jangankan remaja, orang dewasa pun cukup sulit untuk belajar berempati, meskipun begitu belajar berempati ini sudah bisa dimulai sejak usia dini bahkan harus dilakukan dengan frekuensi cukup tinggi dan konsisten.

#### i. Sulit Berteman

Tugas yang termudah dalam mengembangkan emosi adalah berteman. Permasalahannya banyak anak cepat berteman tapi masih sulit mempertahankan hubungan baik dalam jangka waktu cukup lama (Pertiwi, dkk, 1997).

Memang pengalaman sebelumnya sangat menentukan apakah remaja aktif atau tidak dalam kegiatan bersama.

### 2.1.7 Manfaat Mengelola Emosi Pada Remaja

Menurut Daniel Goleman (1997) ketekunan bergantung pada sifat emosional, antusiasme serta kegigihan menghadapi tantangan. Dalam ketekunan, latihan penundaan keinginan amat penting. Anak yang tidak matang akan tidak sabaran dan sering memandang pemenuhan tugas sebagai hal yang penting.

Manfaat kesadaran diri-emosional yaitu: perbaikan dalam mengenali dan merasakan emosinya sendiri, lebih mampu memahami penyebab perasaan yang timbul, dan mengenali perbedaan perasaan dengan tindakan (Goleman, 1997).

Dalam Memanfaatkan emosi terbagi dalam tiga karakteristik perilaku yaitu : Memiliki rasa tanggung jawab, mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan, dan mampu mengendalikan diri dan tidak bersifat impulsif (Yusuf, 2004).

Manfaat memanfaatkan emosi yaitu : Lebih bertanggung jawab, lebih mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan dan menaruh perhatian, kurang impulsif dan lebih menguasai diri, dan nilai pada tes-tes prestasi meningkat (Goleman, 1997).

Manfaat mengelola emosi yaitu : Toleransi yang lebih tinggi terhadap frustrasi dan pengelolaan amarah, berkurangnya ejekan verbal, perkelahian, dan gangguan di ruang kelas, lebih mampu mengungkapkan amarah dengan tepat, tanpa berkelahi, berkurangnya larangan masuk sementara dan skorsing, berkurangnya perilaku agresif atau merusak diri sendiri, perasaan yang lebih positif tentang diri sendiri, sekolah, dan keluarga, lebih baik dalam menangani ketegangan jiwa, berkurangnya kesepian dan kecemasan dalam pergaulan (Goleman, 1997).

## 2.2 Kesadaran Tertib Berlalu Lintas

### 2.2.1 Pengertian Tertib Berlalu Lintas

Tertib berlalu lintas adalah perilaku yang mencerminkan sikap disiplin dalam penggunaan lalu lintas sehingga dapat tercipta situasi yang lancar, tertib dan aman ketika berkendara di jalan raya. (Diktat Rekayasa Lalu Lintas 2008)

Tertib Lalu Lintas mempunyai tujuan untuk mewujudkan lalu lintas dan angkutan jalan yang selamat, aman, cepat, lancar, tertib dan teratur, nyaman dan efisien melalui manajemen lalu lintas dan rekayasa lalu lintas. Tata cara berlalu lintas di jalan diatur dengan peraturan perundangan menyangkut arah lalu lintas, prioritas menggunakan jalan, lajur lalu lintas, jalur lalu lintas dan pengendalian arus di persimpangan. (Diktat Rekayasa Lalu Lintas 2008).

Lalu lintas di dalam Undang-undang No 22 tahun 2009 didefinisikan sebagai gerak Kendaraan dan orang di Ruang Lalu Lintas Jalan, sedang yang dimaksud dengan Ruang Lalu Lintas Jalan adalah prasarana yang diperuntukkan bagi gerak pindah Kendaraan, orang, dan/atau barang yang berupa Jalan dan fasilitas pendukung.

Menurut Julianto (2008) Rambu lalu lintas adalah salah satu alat perlengkapan jalan dalam bentuk tertentu yang memuat lambang, huruf, angka, kalimat dan/atau perpaduan di antaranya, yang digunakan untuk memberikan peringatan, larangan, perintah dan petunjuk bagi pemakai jalan. Rambu lalu lintas dibuat untuk menciptakan kelancaran, keteraturan dan keselamatan dalam berkendara. Marka jalan dan rambu – rambu merupakan obyek untuk menyampaikan informasi atau perintah maupun petunjuk bagi pemakai jalan.

Diktat Rekayasa Lalu Lintas (2008) rambu – rambu lalu lintas mengandung berbagai fungsi yang masing – masing mengandung konsekuensi hukum sebagai berikut :

#### 1. Perintah

Yaitu bentuk pengaturan yang jelas dan tegas tanpa ada interpretasi lain yang wajib dilaksanakan oleh pengguna jalan. Karena sifatnya perintah, maka tidak benar adanya perintah tambahan yang membuka peluang munculnya interpretasi lain. Misalnya : rambu belok kiri yang disertai kalimat belok kiri boleh terus adalah bentuk yang keliru. Penggunaan kata boleh dan terus mengandung makna ganda dan dengan demikian mengurangi makna perintah menjadi makna pilihan. Yang benar adalah belok kiri langsung.

Dengan demikian, pelanggar atas perintah ini dapat dikenai sanksi sesuai perundang – undangan yang berlaku.

#### 2. Larangan

Yaitu bentuk larangan yang dengan tegas melarang para pengguna jalan untuk berhenti pada titik -titik jalan yang memang dilarang dan sudah diberikan tanda larangan, tetapi sering kali para pengemudi melanggarnya, hal inilah yang mengakibatkan sering terjadinya kecelakaan di jalan raya.

#### 3. Peringatan

Menunjukkan kemungkinan adanya bahaya di jalan yang akan dilalui. Rambu peringatan berbentuk bujur sangkar berwarna dasar kuning dan lambang atau tulisan berwarna hitam.

#### 4. Anjuran

Yaitu bentuk pengaturan yang bersifat mengimbau, boleh dilakukan boleh pula tidak. Pengemudi yang melakukan atau tidak melakukan anjuran tersebut tidak dapat disalahkan dan dikenakan sanksi.

#### 5. Petunjuk

Yaitu memberikan petunjuk mengenai jurusan, keadaan jalan, situasi, kota berikutnya, keberadaan fasilitas dan lain – lain. Bentuk dan warna yang digunakan pada rambu – rambu lalu lintas digunakan untuk membedakan kategori rambu – rambu yang berbeda namun memberikan kemudahan bagi pengemudi dan membuat pengemudi lebih cepat untuk bereaksi.

Apabila dari sebagian kecil pengguna jalan mematuhi peraturan lalu lintas dan tertib dalam berlalu lintas, maka akan mengurangi kecelakaan yang terjadi di jalan raya dan tidak ada nyawa yang terbuang sia-sia di jalan raya. Dan juga mungkin angka kecelakaan pada tahun ini tidak bertambah justru akan berkurang. Tetapi hal ini harus timbul dari kesadaran masyarakat itu sendiri agar mau mengubah gaya berkendara dalam perjalanan di jalan raya.

### 2.2.2 Tingkat Kesadaran

#### 1. Tingkat Kesadaran Secara Umum

Kesadaran adalah merupakan kemampuan individu mengadakan hubungan dengan lingkungannya serta dengan dirinya sendiri (melalui panca inderanya) dan mengadakan pembatasan terhadap lingkungannya serta terhadap dirinya sendiri (melalui perhatian). (Drs. Sunaryo, M.Kes).

Kesadaran ada beberapa bentuk – bentuk kesadaran : Kesadaran normal, kesadaran menurun, kesadaran tinggi, kesadaran waktu disosiasi, trance, hypnosis, dan kesadaran yang terganggu. (Maramis, 1999).

a. Kesadaran Normal adalah :

Suatu bentuk kesadaran yang ditandai individu sadar tentang diri dan lingkungannya sehingga daya ingat, perhatian, orientasinya mencakup ruang, waktu, dan orang dalam keadaan baik.

b. Kesadaran yang menurun adalah :

Suatu bentuk kesadaran yang berkurang secara keseluruhan, kemampuan persepsi, perhatian, dan pemikiran. Tingkat penurunan kesadaran :

c. Kesadaran yang metinggi adalah :

Bentuk kesadaran dengan respon yang meninggi terhadap rangsang.(misal : Warna terlihat lebih terang dan suara terdengar lebih keras).

d. Kesadaran waktu tidur adalah :

Suatu bentuk kesadaran yang ditandai dengan menurunnya kesadaran secara reversible, biasanya disertai posisi berbaring dan tidak bergerak. Misalnya : *Nonrapid eye movement sleep* (NREM sleep) atau tidur tanpa gerak mata cepat, *rapid eye movement sleep* (REM sleep) atau tidur dengan gerak mata cepat (20%-25% dari lamanya tidur malam seorang dewasa muda dan ada hubungan dengan mimpi).

e. Kesadaran waktu disosiasi adalah :

Suatu bentuk kesadaran ditandai dengan keadaan memisah sebagian tingkah laku atau kejadian dirinya secara psikologik dari kesadaran. Bentuk disosiasi meliputi :

f. Hipnosis adalah : Kesadaran yang sengaja diubah melalui sugesti.

## 2. Kesadaran Tertib Berlalu Lintas

Kesadaran tertib berlalu lintas adalah : Keadaan seseorang mampu untuk melakukan tata cara berlalu lintas dengan memperhatikan dan menjalankan rambu rambu lalu lintas antara lain :

### a. Perintah

Yaitu bentuk pengaturan yang jelas dan tegas tanpa ada interpretasi lain yang wajib dilaksanakan oleh pengguna jalan. Karena sifatnya perintah, maka tidak benar adanya perintah tambahan yang membuka peluang munculnya interpretasi lain. Misalnya : Rambu belok kiri yang disertai kalimat belok kiri boleh terus adalah bentuk yang keliru. Penggunaan kata boleh dan terus mengandung makna ganda dan dengan demikian mengurangi makna perintah menjadi makna pilihan. Yang benar adalah belok kiri langsung.

### b. Larangan

Yaitu bentuk larangan yang dengan tegas melarang para pengguna jalan untuk berhenti pada titik -titik jalan yang memang dilarang dan sudah diberikan tanda larangan, tetapi sering kali para pengemudi melanggarnya, hal inilah yang mengakibatkan sering terjadinya kecelakaan di jalan raya.

### c. Peringatan

Menunjukkan kemungkinan adanya bahaya di jalan yang akan dilalui. Rambu peringatan berbentuk bujur sangkar berwarna dasar kuning dan lambang atau tulisan berwarna hitam.

### d. Anjuran

Yaitu bentuk pengaturan yang bersifat mengimbau, boleh dilakukan boleh pula tidak. Pengemudi yang melakukan atau tidak melakukan anjuran tersebut tidak dapat disalahkan dan dikenakan sanksi.

e. Petunjuk

Yaitu memberikan petunjuk mengenai jurusan, keadaan jalan, situasi, kota berikutnya, keberadaan fasilitas dan lain – lain. Bentuk dan warna yang digunakan pada rambu – rambu lalu lintas digunakan untuk membedakan kategori rambu – rambu yang berbeda namun memberikan kemudahan bagi pengemudi dan membuat pengemudi lebih cepat untuk bereaksi.

### 2.2.3 Aspek Kesadaran Diri

Kesadaran diri untuk mengenali perasaan ketika perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosional (Goleman, 1997).

Kesadaran diri adalah mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat (Goleman, 2003).

Menurut John Mayer dalam Daniel Goleman (2003) kesadaran diri berarti waspada terhadap suasana hati dan pikiran kita tentang suasana hati. Orang yang sadar diri cenderung untuk mandiri dan berpendapat positif tentang kehidupannya. Dengan demikian kemampuan untuk mengenali emosi merupakan syarat penting untuk mengendalikan emosi sehingga kita tidak diperbudak oleh emosi.

Kesadaran diri terbagi menjadi tiga karakteristik perilaku yaitu : mengenal dan merasakan emosi sendiri, memahami penyebab perasaan yang timbul, dan mengenal perasaan terhadap tindakan (Yusuf, 2004).



#### 2.2.4 Kondisi Yang Mempengaruhi Tertib Ber Lalu lintas

##### a. Kondisi Manusia atau Pengemudi

Lingkupnya, pengemudi dengan pengetahuan, teknik dan tata tertip berkendara yang minim. Tidak menjaga jarak, kurangantisipasi, kondisi fisik yang tidak fit karena kelelahan atau mengantuk, juga bisa sebagai penyebab. Secara psikologis, juga dipengaruhi oleh kondisi jalan yang macet sehingga mudah emosi. Lainnya, stress karena beban pekerjaan yang berat. Tak kalah penting, ketidaktahuan etika berkendara yang baik dan benar. (MenHub juknis, 2013).

##### b. Kondisi Kendaraan

Mencakup perawatan yang kurang atau tidak sesuai anjuran produsen, kondisi ban, system rem yang tidak berfungsi sebagaimana mestinya. Modifikasi yang mengabaikan keselamatan, juga bisa jadi penyebab. Banyak pengguna memodifikasi kendaraannya tanpa mempertimbangkan unsur keselamatan dan kenyamanan. Sering dilakukan penggantian komponen yang tidak sesuai atau terlalu dipaksakan. (MenHub juknis, 2013).

##### c. Kondisi Jalan

Jalan juga dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya kecelakaan lalu lintas, bila desain geometrinnya tidak sesuai dengan persyaratan yang diperlukan. Disamping itu, kondisi permukaan jalan yang kurang atau tidak memenuhi syarat yang diperlukan. Ketersediaan dan lebar trotoar serta fungsi trotoar harus sesuai dengan ketentuan yang berlaku. (MenHub juknis, 2013).

##### d. Kondisi Lingkungan

Mengarah ke kondisi jalan yang kurang memadai seperti, berlubang, berpasir dan licin akibat tumpahan oli atau solar. Selain itu, cuaca juga

berpengaruh seperti hujan, kabut, tanah longsor, angin kencang dan panas terik yang menyebabkan pengemudi dehidrasi. (MenHub juknis, 2013).

### 2.2.5 Manfaat Kesadaran Tertib Berlalu Lintas

#### a. Bagi pengendara kendaraan

Terhindar dari kecelakaan lalu lintas yang dapat berakibat kecacatan bahkan bisa menyebabkan kematian.

#### b. Bagi pejalan kaki

Pejalan kaki dapat merasakan aman dan nyaman dalam melakukan aktifitas jalan kaki pada tempatnya, dapat menyebrang jalan dengan aman dan nyaman pada jalan penyebrangan (*zebra kros*), dan tidak perlu khawatir lagi dengan pengendara yang ugal-ugalan.

#### c. Bagi lingkungan sekitarnya

Masyarakat akan lebih merasa nyaman dan aman dan tidak perlu khawatir dengan pengendara yang tidak tertib berlalu lintas, lingkungan akan lebih tenang.

## 2.3 Peran Perawat Dalam UKS Untuk Mewujudkan Perilaku Tertib Berlalu Lintas

### 2.3.1 Pengertian UKS

Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) adalah segala usaha yang dilakukan untuk meningkatkan kesehatan peserta didik pada setiap jalur, jenis dan jenjang pendidikan mulai dari TK/RA sampai SMA/SMK/MA. (Pedoman UKS, 2012).

### 2.3.2 Peran Perawat di UKS

Peran perawat dalam lingkungan Usaha Kesehatan Sekolah adalah sebagai tenaga atau tim pelaksana dalam UKS seperti tertera dalam tugas tim pelaksana UKS :

- a. Melaksanakan tiga program pokok UKS yang terdiri dari pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sekolah sehat yang telah ditetapkan oleh tim Pembina UKS.
- b. Menjalin kerjasama dengan orang tua/ komite sekolah, instansi lain dan masyarakat dalam pelaksanaan kegiatan UKS.
- c. Menyusun program, melaksanakan penilaian/ evaluasi dan menyampaikan laporan kepada Tim Pembina UKS Kecamatan.
- d. Melaksanakan ketatausahaan Tim Pelaksana UKS di sekolah.

### 2.3.3 Masalah yang Muncul pada UKS dan Perilaku Tertib Berlalu Lintas

Masalah yang sering timbul di UKS : (Pedoman UKS, 2012) : Sanitasi dasar yang memenuhi syarat kesehatan (jamban, air bersih), meningkatnya pecandu narkoba, meningkatnya HIV/AIDS melalui hubungan seksual, dan perilaku hidup bersih dan sehat seperti : Diare, cacangan, gigi berlubang, dan lain-lain.

### 2.3.4 Manfaat UKS dalam Perilaku Tertib Berlalu lintas

Peran UKS adalah sebagai salah satu modal dasar pembangunan nasional adalah sumber daya manusia yang berkualitas yaitu manusia Indonesia yang sehat fisik, mental, dan serta mamiliki produktivitas yang optimal dengan pemeliharaan dan social serta memiliki produktifitas yang optimal dengan

pemeliharaan kesehatan secara terus menerus yang dimulai sejak dalam kandungan, balita, usia sekolah sampai usia lanjut (effendi, 1998)

### 2.3.5 Peran PKPR Dalam Usaha Kesehatan Remaja Di Sekolah

Peran PKPR tertera dalam ruang lingkup program UKS antara lain. Ruang lingkup UKS adalah ruang lingkup yang tercermin dalam Tiga Program Pokok Usaha Kesehatan Sekolah (Trias UKS) yaitu : (Pedoman UKS, 2012).

- a. Penyelenggaraan Pendidikan Kesehatan, yang meliputi aspek : Pemberian pengetahuan dan ketrampilan prinsip-prinsip hidup sehat, penanaman perilaku/ kebiasaan hidup sehat dan daya tangkal penagaruh buruk dari luar, pelatihan dan penanaman pola hidup sehat agar dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Penyelenggaraan pelayanan Kesehatan di sekolah antara lain dalam bentuk : pelayanan kesehatan, pemeriksaan penjangingan kesehatan peserta didik, pengobatan ringan dan pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) maupun pertolongan pertama pada kecelakaan (P3P), pencegahan penyakit : Imunisasi, pemberantasan sarang nyamuk (PSN), perilaku hidup sehat dan bersih (PHBS), pendidikan ketrampilan hidup sehat (PKHS), penyuluhan kesehatan, pengawasan warung sekolah dan perbaikan gizi, pencatatan dan pelaporan tentang keadaan penyakit dan status gizi dan hal lainnya yang berhubungan dengan pelayanan kesehatan, rujukan kesehatan ke puskesmas, usaha kesehatan gigi sekolah (UKGS), dan pemeriksaan berkala.
- c. Pembinaan Lingkungan Kehidupan Sekolah Sehat, baik fisik, mental, social maupun lingkungan yang meliputi : Pelaksanaan 7K (kebersihan, keindahan, kenyamanan, ketertiban, keamanan, kerindangan, kekeluargaan), pembinaan dan pemeliharaan kesehatan lingkungan, dan pembinaan kerjasama antar

masyarakat sekolah (guru, peserta didik, pegawai sekolah, komite sekolah dan masyarakat sekitar).

## **2.4 Konsep Patroli Keamanan Sekolah Dikaitkan Dengan Tertib Berlalu Lintas**

### **2.4.1 Pengertian Patroli Keamanan Sekolah (PKS)**

Patroli Keamanan Sekolah adalah suatu organisasi yang merupakan wadah dari partisipasi para pelajar yang berminat dalam bidang pengetahuan lalu lintas, khususnya dalam mengatur penyebrangan pada jalan umum disekitar sekolahnya masing-masing (Juklak Kapolri. 1984).

### **2.4.2 Peran Patroli Keamanan Sekolah dalam Tertib Berlalu Lintas**

Patroli Keamanan Sekolah sangatlah berperan dalam kesadaran tertib berlalu lintas di tingkat pelajar mulai dari tingkat SMP sampai tingkat SMA, karena pada dasarnya proses pembentukan budaya tertib berlalu lintas harus diberikan sejak dini. Sehingga anak-anak sudah paham tentang tata cara berlalu lintas yang baik dan benar serta bermanfaat bagi diri sendiri maupun orang lain, dapat mewujudkan keamanan, keselamatan, dan kelancaran lalu lintas dan dapat mewujudkan keamanan dan keselamatan seluruh bangsa.

Kegiatan ekstrakurikuler ini diharapkan kesadaran akan tertib berlalu lintas ada pada usia sekolah. Patroli Keamanan Sekolah ini mempunyai tujuan antara lain : Untuk membantu KAMTIBNAS (Keamanan Ketertiban Nasional), membantu masyarakat untuk menertibkan keamanan, untuk melatih siswa agar berdisiplin, bertanggung jawab dan berdikari (berdiri sendiri), untuk mencegah serta menanggapi kenakalan remaja (Juklak Kapolri. 1984).

Tugas Patroli Keamanan Sekolah : Mengatur lalu lintas di lingkungan sekolah dan sekitarnya, menyebrangkan siswa-siswi di jalur pada saat mereka masuk dan pulang sekolah, disamping itu PKS juga bisa memahami kerawanan, kerawanan social yang terjadi di lingkungan sekolah dan mencari solusinya (Juklak Kapolri. 1984).

Dalam ketrampilan ekstrakurikuler ini siswa dilatih menjadi Polisi Sekolah maka anggota PKS akan mendapatkan pengetahuan tentang : Narkoba dan kenakalan remaja, supaya mereka tahu bahayanya Narkoba itu, latihan baris berbaris, kedisiplinan, Kekompakan, terutama gerakan-gerakan pengaturan lalu lintas yang biasanya diterapkan di sekolah (Juklak Kapolri. 1984).

Kegiatan Patroli Keamanan Sekolah : Mendapatkan materi tentang peraturan lalu lintas seperti, pengetahuan Undang-undang lalu lintas, peraturan baris berbaris, 12 isyarat pengaturan lalu lintas, gatur lantasi, dan perlengkapan lalu lintas.

#### **2.4.3 Manfaat Patroli Keamanan Sekolah Dalam Tertib Berlalu Lintas**

- a. Siswa bisa menjadi pelopor keselamatann berlalu lintas
- b. Mengurangi angka kecelakaan lalu lintas terutama dari kalangan pelajar
- c. Tertanamnya karakter siswa agar selalu patuh pada tata tertib dan rambu rambu lalu lintas, sehingga pada saatnya kelak para petugas PKS akan memiliki mental disiplin yang sangat berguna dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara.

## 2.5 Hubungan Perawat UKS, PKPR, UKS dan PKS

Hubungan perawat komunitas dalam Usaha Kesehatan Sekolah yaitu dengan pelaksanaan program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja dengan melakukan tiga program pokok UKS yang terdiri dari pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan dan pembinaan lingkungan sekolah sehat.

Pendidikan kesehatan yang meliputi aspek : Pemberian pengetahuan dan ketrampilan prinsip-prinsip hidup sehat, penanaman perilaku/ kebiasaan hidup sehat dan daya tangkal pengaruh buruk dari luar, pelatihan dan penanaman pola agar dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Pelayanan kesehatan yang meliputi aspek : Pelayanan kesehatan, pengobatan ringan, pencegahan penyakit, penyuluha kesehatan, pengawasan kantin sekolah dan hal lainnya yang berhubungan dengan pelayanan kesehatan dan melakukan rujukan kesehatan ke puskesmas.

Sedangkan untuk pembinaan lingkungan kehidupan sekolah sehat baik fisik, mental, sosial yang meliputi : Pelaksanaan 7K (kebersihan, keindahan, kenyamanan, ketertiban, keamanan, kerindangan, kekeluargaan), pembinaan dan pemeliharaan kesehatan lingkungan, dan pembinaan kerjasama antar masyarakat sekolah (guru, peserta didik, pegawai sekolah, komite sekolah dan masyarakat sekitar).

Melaksanakan 7K (keamanan dan ketertiban) pihak sekolah akan melakukan kegiatan ekstrakurikuler Patroli Keamanan Sekolah yang bertujuan untuk membantu keamanan ketertiban nasional dalam membantu masyarakat untuk menertibkan keamanan, melatih siswa agar disiplin, dan berdikari untuk mencegah serta menangani kenakalan remaja di lingkungan sekolah dan luar

sekolah. Sehingga siswa akan lebih paham tentang tata cara berlalu lintas yang baik dan aman serta bermanfaat bagi diri sendiri maupun orang lain.

