



**Pelatihan Millenials Era – Smart Generation
Untuk Peningkatan IQ, SQ, PQ dan EQ**

Rosita^{1*}, Dennis Widjaja², Anton³, Elisha S.⁴, Rezeki Ongsa⁵, Alex P. Karo-karo⁶

¹Program Doktor Manajemen, Universitas Prima Indonesia

^{2,3}Program Studi Perdagangan Internasional, Institut Bisnis Informasi Teknologi dan Bisnis

⁴Program Studi Kewirausahaan, Institut Bisnis Informasi Teknologi dan Bisnis

⁵Program Studi Sistem Informasi, Institut Bisnis Informasi Teknologi dan Bisnis

⁶Program Studi Pengelolaan Perhotelan, Institut Informasi Teknologi dan Bisnis

rosita@unprimdn.ac.id

Article History:

Received: 23-04-2024

Revised: 27-04-2024

Accepted: 29-04-2024

Keywords:

IQ (Intelligence Quotient),

SQ (Spiritual Quotient),

PQ (Physical Quotient).

EQ (Emotional Quotient).

Abstract: *Semua pekerjaan baik wiraswasta maupun yang bekerja di organisasi yang bertujuan untuk mencapai Laba maupun Nirlaba selalu membutuhkan karyawan yang mampu bekerjasama dengan baik. Kemampuan bekerjasama setiap orang dipengaruhi oleh kedewasaan IQ, SQ, PQ dan EQ. Kemampuan ini bisa dilatih agar lebih baik terutama SQ, PQ dan EQ. Oleh karena itu Organisasi harus berusaha untuk melatih karyawannya dengan melaksanakan seminar-seminar maupun pelatihan-pelatihan. Demikian juga dengan Yayasan Tzu Chi – Medan mengundang muda-mudinya untuk pelatihan agar bisa semakin dewasa dalam membawakan diri untuk mengikuti pelatihan millenials era – smart generation untuk peningkatan IQ, SQ, PQ Dan EQ. Adapun peserta yang hadir sebanyak 60 orang.*

© 2024 SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

PENDAHULUAN

Generasi di era milenial sekarang punya cara pandang dan kesiapan mental yang rendah dibandingkan dengan generasi senior sebelumnya. Sehingga dirasa perlu menyadarkan generasi muda di era milenial sekarang untuk mempersiapkan diri dengan matang. Persiapan salah satunya adalah dengan berusaha meningkatkan kecerdasan SQ, PQ Dan EQ. Berkat keinginan Yayasan Tzu Chi – Medan dengan pihak kampus maka dilaksanakan seminar yang berjudul “Pelatihan millenials era – smart generation untuk peningkatan IQ, SQ, PQ Dan EQ”.

METODE PELAKSANAAN

Acara Pelatihan 3 jam ini disiapkan untuk generasi muda mudi Tzu Chi yang terdiri dari beberapa mahasiswa dan juga pekerja dari beberapa universitas dan sekolah di Medan. Dimana metode pelaksanaan dibagi menjadi beberapa rangkaian yaitu;

1. Pada bagian awal setelah memperkenalkan diri melalui video profil, trainer menyapa peserta dengan apa kabar dan mendapat jawaban “BAIK”
2. Trainer menjelaskan kenapa mulai dari sekarang dan sampai seterusnya peserta yang terdiri dari 60an muda-mudi Tzu Chi harus sudah menjawab dengan kata “Luar

Biasa". Disertai dengan ilustrasi pencapaian prestasi angka di sekolah dan juga ilustrasi lainnya sehingga peserta mulai memahami dan mempraktekannya.

3. Selain ceramah pelaksanaan dilakukan dengan permainan (*games*)
4. Beberapa permainan fokus dan konsentrasi diberikan kepada peserta untuk memperlihatkan kepada peserta betapa pentingnya ia sebagai generasi muda di era milenial sekarang ini yang harus lebih SMART dibanding temannya yang lain. Karena di era milenial sekarang mereka harus lebih cepat supaya bisa memenangkan kompetisi kehidupan yang semakin tinggi.

Materi Yang diajarkan

Untuk menjalani kehidupan sehari-hari terutama dalam dunia kerja kita perlu memahami 4 (empat) pilar kehidupan yaitu:

1. IQ (*Intelligence Quotient*)

IQ adalah singkatan dari *Intelligence Quotient*. Elemen ini mengukur kecerdasan intelektual seseorang yang berkaitan dengan ketrampilan pemecahan masalah, berpikir logis, analisis, hingga kemampuan belajar. *IQ* umumnya diukur melalui berbagai tes standar untuk mengetahui tingkat kemampuan verbal dan nonverbal. Jenis kecerdasan ini mampu mengindikasikan sejauh mana seseorang mampu memroses informasi dan menyelesaikan masalah-masalahnya yang membutuhkan kecerdasan kognitif.

2. EQ (*Emotional Quotient*)

EQ adalah singkatan dari *Emotional Quotient*. Kecerdasan ini mengacu pada kecerdasan emosional atau kapasitas untuk mengelola, memahami, dan menggunakan emosi dengan efektif. Tidak hanya itu, *EQ* yang dimiliki seseorang juga dapat menggambarkan kesadaran emosional, empati terhadap orang lain, kemampuan mengatur emosi pribadi, dan keterampilan dalam berkomunikasi secara emosional. Orang yang memiliki *EQ* tinggi umumnya lebih mudah beradaptasi dalam hubungan sosial.

3. SQ (*Spiritual Quotient*)

SQ adalah akronim dari *Spiritual Quotient*. Jenis kecerdasan ini mencerminkan kepandaian spiritual atau rohaniah dalam diri seseorang. Kecerdasan ini turut melibatkan pemahaman nilai-nilai, tujuan hidup yang mendalam. Kecerdasan spiritual membantu seseorang menjalani hidup dengan tujuan yang lebih besar, memahami keterkaitan dengan sesama manusia, dan mencari makna di luar aspek materi.

4. PQ (*Physical Quotient*)

PQ atau *Physical Quotient* mengacu pada kecerdasan atau kemampuan fisik seseorang. Contohnya, seperti kebugaran, kesehatan fisik, koordinasi gerak, dan kesadaran terhadap menjaga kesehatan tubuh. Merawat tubuh dengan baik dan mengetahui apa yang dibutuhkan tubuh juga termasuk bagian dalam *PQ*.

Dalam kehidupan ini kita sering menjumpai ada orang yang berhasil, dan ada pula yang gagal. Ada yang lancar dan lurus-lurus saja dalam menjalankan roda kehidupan, ada pula yang terseok-seok. Keberhasilan dan kegagalan merupakan kejadian biasa dan selalu ada dalam masyarakat mana saja. Selama bertahun-tahun, orang beranggapan bahwa keberhasilan seseorang ditentukan oleh kecerdasan intelektual (*Intelligence Quotient*), sering disebut *IQ*. Kecerdasan ini merupakan kemampuan untuk memecahkan masalah secara logis dan akademis. Para ahli meyakini *IQ* sebagai ukuran terbaik atas kecerdasan dan potensial seseorang dalam meraih sukses. Menurut teori ini, semakin tinggi *IQ* seseorang, semakin tinggi pula kecerdasannya. Sebaliknya, orang yang gagal dalam

hidupnya dianggap memiliki IQ yang kurang baik (baca: rendah), sehingga tidak mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan tepat.

Pada pertengahan 1990-an, para ahli menemukan bentuk kecerdasan lain yang menentukan keberhasilan seseorang, yaitu EQ (Emotional Quotient), yakni suatu kemampuan berempati, bela rasa, dan memahami diri dan perasaan orang lain, dan motivasi untuk maju. EQ merupakan persyaratan dasar untuk menggunakan IQ secara efektif. Dengan demikian, IQ bukan satu-satunya kecerdasan yang menentukan keberhasilan seseorang, sebagaimana selama ini diyakini banyak orang. Temuan itu tentu saja menghebohkan banyak orang. Karena itu, seminar dan diskusi akademik yang membahas temuan baru para ahli itu semarak dilaksanakan di berbagai belahan dunia, tidak terkecuali di Indonesia. Bagaimana pandangan kita atas hal tersebut? Untuk menjawabnya, kita menggunakan perspektif historis. Ada contoh menarik. Kita semua mengenal Jepang adalah salah satu negara maju di dunia dengan tingkat pertumbuhan ekonomi dan kesejahteraan hidup masyarakatnya yang sangat tinggi. Dengan stabilitas ekonomi yang demikian mapan, Jepang menjadi salah satu penentu perekonomian global. Produk teknologinya tersebar ke seluruh dunia. Yang lebih menarik lagi, kendati 80% wilayahnya pegunungan, pertanian Jepang juga sangat maju sehingga produk pertaniannya menjadi salah satu andalan ekspor. Mengapa bisa demikian? Para ahli membuat analisis menarik. Ketika terlibat dalam Perang Dunia II (PD II) hingga puncaknya Nagasaki dan Hiroshima dibom atom oleh tentara sekutu tahun 1945, Jepang hancur berantakan sampai titik nol. Hebatnya dalam waktu yang tidak lama Jepang bangkit dan menjadi salah satu kekuatan dunia. Pertanyaannya apakah bangsa Jepang memiliki IQ yang lebih tinggi daripada bangsa lain? Para ahli sepakat penyebabnya bukan itu. Sebab, ada banyak bangsa yang lebih dulu berperadaban maju, seperti India dan Mesir, tetapi sampai saat ini tidak tergolong sebagai bangsa maju. Sebab, mereka tidak bekerja keras dan suka bernostalgia bahwa dulu mereka pernah maju dengan bukti peninggalan sejarah nenek moyangnya. Kalau begitu apa penyebabnya? Setelah dibom atom hingga hancur lebur, bangsa Jepang memendam luka sejarah yang sangat mendalam. Tetapi luka yang mendalam itu tidak diratapi terus menerus, melainkan justru dijadikan kekuatan untuk bangkit sehingga bisa mengalahkan bangsa yang menghancurkan mereka.

Kemampuan untuk segera lepas dari kehancuran dengan tidak meratapi peristiwa yang sudah terjadi serta keinginan kuat untuk menjadi yang terbesar bukan kecerdasan intelektual (IQ), melainkan kecerdasan emosional atau Emotional Quotient (EQ). Andai saja tidak dibom atom, mungkin Jepang tidak bangkit dan sekuat sekarang ini. Bom atom itu memang mengakibatkan kehancuran luar biasa bagi bangsa Jepang, tetapi di sisi yang lain ternyata membawa hikmah, yakni tumbuhnya kecerdasan emosional. Impian Jepang kini telah terbukti. Barat yang dimotori Amerika yang selama ini menjadi penentu ekonomi dunia dibuat tunduk oleh Jepang karena memiliki kekuatan ekonomi raksasa. Berbeda dengan negara-negara berkembang yang ekonominya rentan goyah akibat perubahan politik, Jepang tidak demikian. Ekonomi Jepang tidak terpengaruh kendati terjadi pergantian pimpinan negara (Perdana Menteri), karena memiliki fondasi ekonomi yang sangat kuat.

Melalui EQ yang dimiliki, masyarakat Jepang bisa dengan cepat dan tepat menentukan pilihan strategi pembangunan, yakni bertumpu pada pengembangan ilmu pengetahuan untuk selanjutnya menghasilkan teknologi. Jepang tahu persis bahwa masyarakat masa depan akan banyak menggantungkan diri pada produk teknologi, yang saat ini dikenal sebagai *knowledge-based society*. Sekarang menjadi kenyataan. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi Jepang sangat canggih, dan produk teknologinya

membanjiri pasar dunia. Kita telah menjadi konsumen teknologi Jepang yang setia. Kemampuan Jepang untuk mampu membaca alam, dengan melihat kebutuhan manusia modern yang akan tergantung pada teknologi, dan kemampuan berinteraksi dengan bangsa-bangsa lain di dunia juga bentuk lain dari kecerdasan emosi (EQ) yang dimiliki.

Selain Jepang, Singapura juga bisa dijadikan contoh sebagai sebuah negara yang bangkit setelah lepas dari Malaysia dan menjadi salah satu negara maju di Asia. Keinginan untuk maju dan sanggup bekerja keras merupakan salah satu wujud EQ yang kuat. Sebelumnya, Singapura adalah negara pulau yang tidak memiliki apa-apa, apalagi sumber alam. Sadar posisinya di antara dua negara besar, Indonesia dan Malaysia, pemimpin Singapura Lie Kuan Yew saat itu segera mengambil langkah bagaimana membawa Singapura sebagai negara maju di tengah-tengah himpitan negara-negara besar. Lie Kuan Yew mengawalinya dengan meyakinkan warganya betapa pentingnya memiliki rasa percaya diri dan semangat atau etos kerja yang tinggi dengan bertumpu pada sektor jasa, karena tidak memiliki sumber daya alam.

Awalnya tidak mudah bagi Lie Kuan Yew meyakinkan masyarakatnya. Tetapi dia tidak henti-hentinya menyampaikan keyakinannya bahwa lewat kerja keras Singapura yang secara fisik kecil akan menjadi bangsa besar. Apa yang terjadi? Lewat kerja tanpa kenal lelah dan putus asa kurang lebih selama 25 tahun, kini gagasan tersebut menjadi kenyataan. Singapura tampil sebagai salah bangsa maju tidak saja di Asia, tetapi juga di dunia. Tingkat kesejahteraan masyarakat tinggi dengan angka korupsinya salah satu terendah di dunia. Rasa percaya diri, semangat kerja keras dan tidak korup yang ditunjukkan Singapura merupakan perwujudan dari kecerdasan emosional (EQ).

Bagaimana dengan kita? Saya sangat setuju dengan pendapat para pakar di atas bahwa IQ bukan satu-satunya penentu keberhasilan seseorang. Kita sering melihat tidak sedikit orang yang secara akademik tergolong pandai dan cerdas dengan indeks prestasi puncak sehingga diduga memiliki IQ tinggi, tetapi gagal dalam menentukan pilihan dan jalan hidupnya. Apa penyebab utama kegagalan tersebut? Tampaknya, kegagalan itu lebih karena faktor kecerdasan emosional (EQ) yang lemah daripada faktor IQ. Misalnya, mereka sulit berinteraksi dengan orang lain, suka berbohong, jika berkata menyakitkan, tidak jujur, tidak amanah, tidak punya komitmen, tidak konsisten dalam bersikap, tidak menghormati orang lain, sulit beradaptasi dengan lingkungan, dan sebagainya. Karena itu, kita sering mendengar ungkapan “Orang ini pintar, tapi sayang komunikasinya sulit, dan tidak jujur sehingga tidak banyak orang yang memberi kepercayaan”.

Bayangkan apa yang terjadi jika kita berada dalam lingkungan yang orang-orangnya seperti itu: sulit berinteraksi, jika janji tidak ditepati, jika bicara menyakitkan, suka bohong, jika diberi tugas tidak amanah, dan tidak hormat kepada orang lain. Pandai bergaul, amanah, menghormati dan menghargai orang lain, dan jujur merupakan nilai-nilai yang terkandung dalam kecerdasan emosional (EQ). Coba perhatikan banyak orang berhasil karena menyandang nilai-nilai emosional seperti itu. Betapa enaknyanya jika kita bekerja dalam lingkungan yang orang-orangnya pandai, luwes bergaul, jujur, komitmen tinggi dan saling menghormati. Suasana kerja tentu akan hidup dan sangat menyenangkan sehingga meningkatkan produktivitas. Di dalam lingkungan yang sehat akan tercipta suasana batin yang baik. Suasana batin yang sehat akan melahirkan produktivitas kerja yang tinggi. Begitu urutan-urutan kausalitasnya.

Pada akhir abad ke-20, para ahli menemukan lagi bentuk kecerdasan yang lain, yakni kecerdasan spiritual, disingkat SQ, yaitu potensi untuk menempatkan perilaku dan hidup dalam konteks yang lebih luas dan kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan dan jalan hidup seseorang menjadi lebih bermakna. Sebab, pada dasarnya manusia adalah

mahluk spiritual, yakni makhluk yang selalu bertanya tentang hal-hal yang mendasar. Misalnya, mengapa manusia dilahirkan, apa makna kehidupan, apakah ada kehidupan lain setelah kehidupan dunia ini? dan sebagainya. Untuk menjawabnya diperlukan kecerdasan spiritual.

Selain itu, SQ juga sangat terkait dengan kesadaran seseorang sebagai makhluk hamba Allah, berikut tugas dan kewajiban yang harus diemban. Sebagai hamba Allah, manusia merasa terikat dengan Allah untuk senantiasa menjalankan perintah dan menjauhi larangan-Nya. Wujud kecerdasan spiritual adalah dorongan untuk beramal sholeh, berpikiran positif terhadap Allah, dan mencari hikmah di balik setiap keputusan Allah. Oleh karena itu perlu dibangun *quotient* manusia yakni keempat pilar kehidupan dalam bersosialisasi yakni: **1. IQ (Intelligence Quotient), 2. EQ (Emotional Quotient), 3. SQ (Spiritual Quotient), 4. PQ (Physical Quotient).**

Berikut Gambar Kegiatan Seminar:



Gambar 1: Pemberian materi pelatihan



Gambar 2: Penyerahan Cendramata dari ketua Yayasan oleh Ibu She Ling



Gambar 3: Salah satu Games untuk memancing EQ peserta

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah para trainer memberikan penjelasan tentang 4 hal yang dibutuhkan Generasi Muda di era Milenial ini, yakni :

- a. **Berubah:** menjadi Generasi Muda yang SMART, berinovatif dan kreatif
- b. **Integritas:** pribadi yang berdisiplin, bertanggung jawab, jujur & berkomitmen
- c. **Semangat:** punya semangat tinggi untuk terus belajar demi meningkatkan kompetensi diri, membuat skala prioritas dalam diri dan menentukan “SMARTY Goal” sebagai impian yang harus mereka capai dalam hidupnya
- d. **Attitude & Action:** menjaga sikap, moral, etika dan perilaku dalam sendi kehidupan studi, pekerjaan & keluarga mereka masing-masing.

Empat hal yang diuraikan diatas membentuk kata “**BISA**” yang akan memudahkan peserta memahami untuk segera ambil tindakan dalam kehidupan dan diri mereka demi menjadi Generasi Milenial yang SMART.

Setelah 3 jam seminar, acara akhirnya ditutup dengan menyaksikan video clip singkat yang menggambarkan bagaimana mereka harus bisa menghadapi raksasa dalam kehidupan mereka yakni tak lain tidak bukan adalah menaklukkan diri mereka sendiri agar bisa menjadi Generasi SMART yang siap menghadapi persaingan era Milenial.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Peserta yang mengikuti acara ini sadar bahwa untuk bisa menjadi sukses dalam generasi milenial ini bahwa kecerdasan akan IQ, Emosional, Spritual dan Fisik bisa diasah untuk ditingkatkan dengan berbagai pelatihan yang merupakan 4 (empat) pilar kehidupan.

Saran

Adapun saran-saran yang bisa author sampaikan yaitu;

1. Generasi Milenial harus bisa berubah
2. Harus punya inisiatif (Mampu melihat peluang dari resiko)
3. Semangat (Mampu meraih cita-cita)
4. Mampu menjaga Attitude (Dalam Berbicara, bertindak)

UCAPAN TERIMA KASIH

Akhir kata kami mengucapkan terimakasih kepada ketua Yayasan Budha *Tzu Chi* – Medan Bapak Lukman dan wakil ketua Ibu She Ling yang telah mempercayai kami untuk menjadi motivator bagi muda-mudinya untuk ditraining agar meningkatkan kecerdasan *IQ, SQ, PQ Dan EQ*. sehingga mampu menjadi generasi Milenial yang smart.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Balik, D., & Joseph, C. N. (2018). Pengaruh Kecerdasan Spiritual, Kecerdasan Emosional Terhadap Keterampilan Manajerial dan Kinerja UKM (Studi Pada Wirausaha Kristen di Kota Ambon). *Soso-Q: Jurnal Manajemen*, 6(7), 27–33.
- [2] Nggermanto, A. (2015). *Melejitkan IQ, EQ, dan SQ Kecerdasan Quantum*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- [3] Rahmasari, L. (2012). Pengaruh Kecerdasan Intelektual, Kecerdasan Emosi dan Kecerdasan Spiritual Terhadap Kinerja Karyawan. *Majalah Ilmiah Informatika*, 3(1), 1-20.