

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Tentang Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional terdiri dari dua kata yaitu kecerdasan dan emosional. Keduanya memiliki masing-masing arti. Kecerdasan dalam bahasa latin dikenal sebagai *intellectus* dan *intelligentia*. Selanjutnya, dalam bahasa inggris *intellect* dan *intelligence*, yang dalam bahasa Indonesia disebut dengan inteligensi (kecerdasan).¹⁹

Menurut Howard Gardner, seorang psikologi asal amerika, kecerdasan adalah kemampuan seseorang untuk memecahkan suatu masalah dari berbagai sudut pandang.²⁰ Davis Wechsler dalam Tim Cerdas Edukasi juga mengemukakan pendapatnya, kecerdasan merupakan kumpulan kapasitas seseorang untuk bereaksi searah tujuan, berpikir rasional dan mengelola lingkungan sesuai efektif.²¹

Dengan demikian dapat disimpulkan kecerdasan merupakan kemampuan seseorang dalam berfikir secara rasional untuk memecahkan suatu masalah atau menciptakan sesuatu yang bernilai, untuk berpikir dengan cara-cara yang baru, berani untuk tampil beda belajar dari pengalaman dan beradaptasi dengan lingkungan sekitar.

¹⁹ Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran* (Jakarta: Bumi Aksara, 2006), 58.

²⁰ Meta Hanindita, *Play and Learn* (Yogyakarta: Stiletto Book, 2015), 95.

²¹ Tim Cerdas Edukasi, *Pintar Psikotes dan TPA* (Jakarta: Tangga Pustaka, 2013), 14.

Kecerdasan juga dapat di artikan sebagai suatu pengendalian diri dari hal-hal yang buruk dapat merugikan dirinya dan dapat berfikir panjang untuk kehidupan masa depan yang lebih baik.

Selanjutnya yang akan penulis bahas yaitu Emosi, menurut pendapat Richard S. Lazarus beliau adalah seorang professor dari Universitas California yang dikutip oleh M. Darwis Hude dalam buku yang berjudul Emosi Penjelajahan Religio-Psikologi tentang Emosi Manusia di dalam Al-Qur'an, yaitu: *“Emotion is a complex state of the organism, involving bodily changes of a widespread character-and on the mental side, a state of excitement or perturbation, marked by strong feeling, and usually an impulse towards a definite form of behavior”*.²²

Dari pendapat Richard S. Lazarus tersebut dijelaskan bahwasannya emosi merupakan perubahan fisik dan jiwa seseorang berimbas pada perubahan tingkah laku. Maka dapat disimpulkan bahwa emosi merupakan salah satu gejala psiko-fisiologis yang berkaitan dengan fisik dan jiwa sehingga menimbulkan efek pada perubahan tingkah laku, sikap dan pendapat.

Emosi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis seperti : kegembiraan, kesedihan,

²² M. Darwis Hude, *Emosi Penjelajahan Regio-Psikologi tentang Emosi Manusia di dalam Al-Qur'an* (Jakarta: Erlangga, 2006), 17.

keharuan, kecintaan.²³ Sedangkan emosional diartikan sebagai perasaan menyentuh, mengharukan.²⁴

Dalam kamus psikologi, emosi atau *emotion* dapat diartikan sebagai suatu keadaan yang kompleks dari organisme, yang menyangkut perubahan jasmani yang mengarah ke suatu bentuk tingkah laku.²⁵ Maka dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu gejala psiko-fisiologis yang berkaitan dengan jiwa dan fisik yang menimbulkan efek pada perubahan tingkah laku, sikap dan persepsi.

Setelah mengetahui pengertian kecerdasan dan emosi, maka selanjutnya akan membahas tentang *Emotional Intelligence* (EI). Menurut Daniel Goleman Kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir berempati dan berdo'a.²⁶

Goleman juga menyatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kecerdasan yang terkait dengan yang sering kita temui dalam kehidupan sehari-hari, sebagai makhluk sosial.

Kita berinteraksi dengan orang lain sehingga perlu untuk memahami situasi dan kondisinya juga. Selain itu kecerdasan emosi juga

²³ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Gramedia, 2012), Cet. IV, 368.

²⁴ *Ibid.*, 368.

²⁵ James Drever, diterjemahkan Nancy Simanjuntak, *Kamus Psikologi* (Jakarta: Bina Aksara, 1988), Cet. II, 233.

²⁶ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence Kecerdasan Emosional Mengapa IQ Lebih Penting Dari pada IQ*, alih bahasa T. Hermaya (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2007), Cet. XVII, 45.

berhubungan dengan kemampuan kita untuk memahami dan mengelola emosi kita sendiri yaitu berupa kekuatan, kemarahan, dan kejengkelan. Goleman juga menjelaskan bahwa kecerdasan emosional sebagai suatu kepekaan terhadap situasi tempat kita berada, untuk membaca emosi atau gerak-gerik orang lain dan bahkan emosi kita sendiri, untuk bertindak dengan tepat.²⁷

Menurut Shapiro kecerdasan emosional sebagai suatu himpunan fungsi jiwa yang melibatkan kemampuan memantau intensitas perasaan atau emosi baik pada diri sendiri maupun dengan orang lain.²⁸

Dari beberapa persepsi yang sudah dikemukakan oleh para ahli mengenai kecerdasan emosional, maka penulis dapat menarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang untuk bisa mengelola emosinya, mengendalikan dirinya sendiri, memotivasi dirinya sendiri, dan melakukan keterampilan sosial dengan baik. Yang mana ketrampilan sosial dapat diterapkan dalam sikap yang positif di kehidupan sehari-hari baik dilingkungan keluarga, sekolah bahkan kalangan masyarakat.

2. Dimensi Kecerdasan Emosional

Daniel Goleman dalam bukunya kecerdasan emosional dikelompokkan menjadi lima yaitu:

- 1) Mengenali Emosi Diri

²⁷ Adreas Hartono, *EQ Parenting* (Jakarta : Gramedia Pustaka, 2012), 8.

²⁸ Shapiro, E.L, *Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak* (Jakarta: Gramedia Pustaka, 2001), 51.

Mengenali emosi diri atau kesadaran diri merupakan dasar atau pondasi kecerdasan emosional.²⁹ Orang yang memiliki kesadaran tinggi mampu memposisikan dirinya terhadap situasi apapun. Dengan kesadaran diri yang dimiliki oleh seseorang akan lebih berhati-hati dalam bersikap dan berperilaku, sebaliknya jika orang yang tidak memiliki kesadaran diri akan ceroboh untuk melakukan segala sesuatu.

2) Mengelola Emosi

Menangani perasaan dalam suatu sikap yang layak/pantas, mewujudkan penyebab-penyebab bagi perasaan khusus, dan menemukan cara untuk berdamai dengan takut, kecemasan, kemarahan, dan kesedihan. Mengelola emosi berarti menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat, hal ini merupakan kecakapan yang sangat bergantung pada kesadaran diri. Emosi berhasil dikelola apabila, kita mampu menghibur diri ketika ditimpa kesedihan, dapat melepas kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan dan bangkit kembali dengan cepat dari semua itu. sebaliknya orang yang buruk kemampuannya dalam mengelola emosi akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung atau melarikan diri pada hal-hal negatif yang dapat merugikan diri sendiri.

3) Memotivasi Diri Sendiri

²⁹ Tutu April A. Suseno, *EQ Orang Tua VS EQ Anak* (Yogyakarta: Locus, 2009), 10.

Memotivasi yaitu dorongan untuk melakukan sesuatu hingga menuntun seseorang untuk menuju sasaran dan membantu dalam mengambil keputusan dan bertindak secara tepat.

4) Empati (Mengenali Emosi Orang Lain)

Empati merupakan kepekaan pada perasaan orang lain peduli dan mengerti keinginan mereka, menghargai perbedaan cara orang lain dalam merasakan sesuatu. Empati merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain. Jika seseorang terbuka pada emosi sendiri, maka dapat dipastikan bahwa ia akan terampil membaca perasaan orang lain. Sebaliknya jika orang yang tidak mampu menyesuaikan diri dengan emosinya sendiri dapat dipastikan tidak akan mampu menghormati perasaan orang lain.

5) Membina Hubungan

Seni dalam membina hubungan dengan orang lain merupakan keterampilan sosial yang mendukung keberhasilan dalam pergaulan dengan orang lain. Tanpa memiliki keterampilan seseorang akan mengalami kesulitan dalam pergaulan sosial.

3. Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Kecerdasan Emosional

Goleman mengatakan kecerdasan emosional juga dapat dipengaruhi oleh dua faktor diantaranya sebagai berikut:³⁰

1) **Faktor internal**

³⁰ Pujiyanto, *Hubungan Antara Konsep Diri dengan kemandirian remaja penyandang Tuna Netra* (Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada, 2003), 34.

Faktor internal adalah apa yang ada ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor internal memiliki dua sumber yaitu dari segi jasmani dan psikologis. Segi jasmani dilihat dari faktor fisik dan kesehatan tiap individu, apakah fisik dan kesehatan seseorang terganggu dapat memungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Segi psikologis mencakup berdasarkan pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

2) **Faktor eksternal**

Faktor eksternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Faktor eksternal meliputi: 1) stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi, dan 2) lingkungan atau situasi khususnya yang melatar belakangi proses kecerdasan emosional. Objek lingkungan yang melatar belakangi kebutuhan yang sulit dipisahkan.

Selain itu, Goleman menyatakan bahwa keluarga merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosi, dalam lingkungan yang akrab dipelajari bagaimana cara merasakan perasaan sendiri dan bagaimana orang lain menanggapi perasaan kita, bagaimana berfikir tentang perasaan-perasaan ini dan pilihan apa yang kita miliki untuk berinteraksi, serta bagaimana membaca dan mengungkapkan harapan dan rasa takut.³¹

³¹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Terjemah. Alex Tri Kantjono (Jakarta: Gramedia Pustaka, 2006), 268.

B. Tinjauan Tentang Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan diri

Percaya diri dalam bahasa Inggris yaitu *self confidence* yang berarti percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nantinya akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya.

Percaya diri secara sederhana juga bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.³²

Adler juga mengatakan bahwa kebutuhan manusia yang paling penting adalah kebutuhan akan rasa percaya diri dan rasa superioritas. Rasa percaya diri juga dapat diartikan sebagai suatu kepercayaan terhadap diri sendiri yang dimiliki setiap orang dalam kehidupan serta bagaimana orang tersebut memandang dirinya secara utuh dengan mengacu pada konsep dirinya.³³

Dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah sikap percaya dan yakin atas kemampuan yang dimiliki dan dapat membantu seseorang untuk memandang dirinya dengan positif dan realistis sehingga ia mampu bersosialisasi secara baik dengan orang lain disekitarnya.

³² Hakim Thursan, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri* (Jakarta: Puspa Swara, 2002), 6.

³³ Rahmad, *Psikologi Komunikasi* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1991), 3.

Rasa percaya diri seseorang juga banyak dipengaruhi oleh tingkat kemampuan dan keterampilan yang dimiliki. Orang yang percaya diri selalu yakin akan setiap tindakan yang dilakukannya, merasa bebas untuk melakukan hal sesuai dengan keinginannya dan bertanggung jawab atas perbuatannya.

2. Dimensi Kepercayaan Diri

Lauster mengemukakan bahwa kepercayaan diri yang berlebihan, bukanlah sifat yang positif. Pada umumnya ia akan menjadikan orang tersebut kurang berhati-hati dan akan berbuat seenaknya sendiri. Hal ini menjadi sebuah tingkah laku yang menyebabkan konflik dengan orang lain.

Lauster juga mengemukakan lagi bahwa orang yang memiliki kepercayaan diri yang positif adalah sebagai berikut:

1) Keyakinan akan kemampuan diri

Keyakinan akan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa dia sungguh-sungguh atas apa yang dilakukannya.

2) Optimis

Optimis adalah sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya

3) Obyektif

Obyektif yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan fakta yang sebenarnya, bukan menurut fakta pribadi atau menurut diri sendiri

4) Bertanggung jawab

Bertanggung jawab adalah kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang menjadi konsekuensinya

5) Rasional

Rasional dan realistis adalah analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.³⁴

Dengan demikian dimensi yang dimaksud adalah sikap yang harus dimiliki oleh siswa dalam membangun kepercayaan diri untuk membiasakan dan memampukan dirinya dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya.

C. Tinjauan Tentang Prestasi Belajar

1. Pengertian Prestasi Belajar

Pengertian prestasi belajar menurut Sujana adalah suatu proses yang ditandai dengan perubahan pada diri seseorang. Perubahan sebagai hasil dari proses belajar dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk, seperti berubah pengetahuan, kebiasaan dan perubahan aspek-aspek yang ada pada individu yang belajar.

Menurut Syaiful, definisi prestasi belajar adalah “hasil dari suatu kegiatan yang telah dikerjakan, diciptakan, baik secara individual maupun kelompok”.³⁵

³⁴ Lauster, *Tes Kepribadian*, dalam M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, 35-37.

³⁵ Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 58-59.

Prestasi belajar adalah suatu nilai yang menunjukkan kemampuan yang dicapai oleh siswa dalam kegiatan belajar disekolah yang sesuai dengan kemampuan masing-masing dalam suatu waktu tertentu yang ditunjukkan dalam suatu nilai atau angka.

2. Faktor-Faktor Prestasi Belajar

Prestasi belajar yang dicapai siswa dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

1) Faktor Internal Siswa (dari dalam)

a. Faktor Jasmani (Fisiologi)

Faktor jasmani baik yang bersifat bawaan maupun bukan bawaan, yang termasuk faktor ini misalnya, penglihatan, pendengaran, struktur tubuh dan sebagainya. Keadaan atau kondisi jasmani pada umumnya dapat dikatakan melatar belakangi kegiatan belajar, keadaan jasmani yang optimal akan lain sekali pengaruhnya, bila dibandingkan dengan keadaan jasmani yang lemah dan lelah.

b. Faktor Psikologis

Faktor psikologis baik yang bersifat bawaan maupun bukan bawaan diantaranya :

1. Faktor Potensial yaitu kecerdasan dan bakat
2. Faktor kecakapan nyata
3. Faktor kematangan fisik maupun psikis

2) Faktor Eksternal Siswa (dari luar)

a. Faktor Sosial yang terdiri atas:

1. Lingkungan keluarga

Mahfud menjelaskan bahwa keluarga merupakan lingkungan pendidikan tingkat pemula bagi anak-anak. Pendidikan keluarga merupakan fundamen atau dasar dari pendidikan anak selanjutnya, baik di sekolah maupun di masyarakat.

2. Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah seperti para guru, para staf administrasi dan teman-teman sekelas dapat mempengaruhi semangat belajar siswa. Para guru yang menunjukkan sikap dan perilaku yang simpatik dan memperlihatkan suri teladan yang baik dan rajin khususnya dalam hal belajar

3. Lingkungan masyarakat

Dalam pendidikan masyarakat yang dimaksud adalah pendidikan dan pengaruh-pengaruh yang disengaja oleh anggota-anggota sebagai golongan masyarakat tertentu dimana seseorang atau individu itu berbeda, seperti pengaruh paman, nenek, organisasi, teman atau kekasih.³⁶

b. Faktor Budaya

³⁶ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan Dengan Pendekatan Baru* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2014), 133-134.

Seperti adat istiadat, ilmu pengetahuan, teknologi dan kesenian hal ini mempengaruhi proses belajar. makin modern kebudayaan suatu masyarakat makin modern pula alat-alat yang digunakan, khususnya dalam hal pendidikan, semua itu dapat menunjang keberhasilan proses belajar.

c. Faktor Lingkungan Fisik

Seperti fasilitas rumah, fasilitas belajar, iklim, semua itu harus diatur sedemikian rupa sehingga dapat membantu, menguntungkan, dan menimbulkan rasa aman dalam proses belajar mengajar. Letak sekolah dan tempat belajar tidak atau kurang memenuhi syarat, seperti kelas yang terlalu sempit dengan jumlah anak yang terlalu banyak, suasana bising karena dekat dengan tempat keramaian dan lain sebagainya, harus dihindari, alat-alat pelajaran juga harus memenuhi persyaratan yang telah ditentukan menurut pertimbangan psikologis.

d. Faktor Lingkungan spiritual atau keamanan

Hal ini sangat berpengaruh terhadap ketenangan jiwa seseorang, apabila suasana lingkungan kacau, kemungkinan besar aktivitas belajar akan terganggu, tetapi bila keamanan lingkungan terjamin, maka konsentrasi pikiran akan terpusat pada belajar.³⁷

D. Tinjauan Tentang Mata Pelajaran Akidah Akhlak

³⁷ Shalahudin, *Pengantar Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), 62.

Sebelum menjelaskan pengertian mata pelajaran akidah akhlak terlebih dahulu perlu kita ketahui pengertian akidah akhlak terdiri dari dua kata, yaitu akidah dan akhlak.

1. Pengertian Akidah

Menurut istilah akidah adalah hal-hal yang wajib dibenarkan oleh hati dan jiwa merasa tentram kepadanya, sehingga menjadi keyakinan kukuh yang tidak tercampur oleh keraguan.³⁸

Adapun akidah menurut Hasan Albana seperti yang dikutip oleh Syahidin adalah segi teoritis yang dituntut pertama-tama dan terdahulu dari segala sesuatu untuk dipercayai dengan suatu keimanan yang tidak boleh dicampuri oleh prasangka dan tidak dipengaruhi oleh keraguan.³⁹

2. Pengertian Akhlak

Sedangkan pengertian akhlak secara bahasa berasal dari bahasa Arab “*Khuluq*” dan jama’nya “akhlak”, yang berarti budi pekerti, etika, moral. Demikian pula kata “*Khuluq*” mempunyai kesesuaian dengan “*khilqun*”. Hanya saja *khuluq* merupakan perangai manusia dari dalam diri (roh) sedang *khilqun* merupakan perangai manusia dari luar (jasmani).⁴⁰

Dengan demikian mata pelajaran akidah akhlak adalah mata pelajaran yang terencana dalam menyiapkan peserta didik untuk mengenal, memahami, menghayati dan mengimani Allah SWT. dan

³⁸ Abdullah bin ‘Abdil Hamid al-Atsari, *Panduan Akidah Lengkap* (Bogor: Pustaka Ibnu Katsir, 2005), 28.

³⁹ Syahidin dkk, *Moral dan Koginisi Islam* (Bandung: Alfabeta, 2009), 235.

⁴⁰ *Ibid.*, 243.

merealisasikannya dalam perilaku akhlak mulia dalam kehidupan sehari-hari berdasarkan Qur'an dan Hadits melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, latihan serta pengalaman.

3. Tujuan Pendidikan Akidah Akhlak

Setiap kegiatan pendidikan merupakan bagian dari suatu proses yang diharapkan untuk menuju suatu tujuan. Dimana tujuan pendidikan merupakan suatu masalah yang sangat fundamental dalam pelaksanaan pendidikan, sebab dari tujuan pendidikan akan menentukan kearah mana remaja itu dibawa. Karena pengertian dari tujuan itu sendiri yaitu suatu yang diharapkan tercapai setelah sesuatu usaha dan kegiatan selesai.⁴¹

Adapun tujuan pendidikan akidah akhlak menurut para ahli adalah sebagai berikut, tujuan akhlak menurut Barmawie Umary yaitu supaya dapat terbiasa atau melakukan yang baik, indah, mulia, terpuji, serta menghindari yang buruk, jelek, hina, tercela. Dan supaya hubungan kita dengan Allah dan dengan sesama makhluk selalu terpelihara dengan baik dan harmonis.⁴²

Menurut syahidin tujuan dari pendidikan moral atau biasa disebut dengan akhlak dalam Islam untuk membentuk orang-orang yang bermoral baik, keras kemauan, sopan dalam berbicara dan perbuatan, mulia dalam tingkah laku dan bersifat bijaksana, ikhlas, jujur dan suci.⁴³

⁴¹ Barmawie Umary, *Materi Akhlak* (Solo: Ramadhani, 2001), 2.

⁴² *Ibid.*, 4.

⁴³ Syahidin dkk, *Moral dan Kognisi Islam* (Bandung: Alfabeta, 2009), 8.

Berdasarkan pendapat diatas dari beberapa ahli maka penulis dapat mengambil suatu kesimpulan bahwa tujuan pendidikan akidah akhlak tersebut sangat menunjang peningkatan keimanan dan ketaqwaan siswa kepada Allah SWT. serta dapat memberikan pengetahuan sekitar pendidikan agama Islam kearah yang lebih baik.