

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. KECERDASAN EMOSIONAL

##### 1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Sebelum membahas lebih jauh tentang kecerdasan emosional, terlebih dahulu akan dijelaskan mengenai pengertian kecerdasan dan emosi. Dalam buku *International Encyclopedia of the Social Sciences* di jelaskan bahwa “*Intellegence is defined as the capacityfor learning, reasoning, understanding, and similar forms of mental activity.*”<sup>1</sup>

Kecerdasan emosi atau Emotional Intelligence merujuk kepada kemampuan mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengelola emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain.<sup>2</sup> Akar kata emosi adalah *movere*, kata kerja bahasa latin yang berarti “menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “e-” untuk memberi arti “bergerak menjauh”, menyiratkan bahwa kecendrungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Bahwasanya emosi memancing tindakan, tampak jelas bila kita mengamati binatang atau anak-anak, hanya kepada orang-orang dewasa yang “beradap” kita begitu sering menemukan perkecualian besar dalam dunia makhluk hidup, emosi dan dorongan untuk

---

<sup>1</sup> William Darity, *International Encyclopedia of the Social Sciences* (America: The Gale Group, 2008), 70.

<sup>2</sup> Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, 58.

bertindak terpisah dari reaksi-reaksi yang tampak di mata, *Emotional Intelligence* (Kecerdasan Emosional) Goelman menyatakan:

“kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensi (*to manage our emotional life with intelligence*) menjaga keselarasan emosi dan mengungkapkannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui ketrampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan ketrampilan sosial.”<sup>3</sup>

Kecerdasan emosi dapat menempatkan emosi seseorang pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Koordinasi suasana hati adalah inti dari hubungan sosial yang baik. Apabila seseorang pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati individu yang lain atau dapat berempati, orang tersebut akan memiliki tingkat emosional yang baik dan akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam pergaulan sosial serta lingkungannya.

Sedangkan menurut David Wechsler, seseorang penguji kecerdasan, dalam bukunya Makmun Mubaydh yang berjudul *Kecerdasan Dan Kesehatan Emosional Anak* menurutnya “kecerdasan adalah, kemampuan sempurna (komperhensif) seseorang untuk berperilaku terarah, berfikir logis, dan berinteraksi secara baik dengan lingkungannya. Sejak tahun 1940, David Wicksler mengisyaratkan akan adanya unsur intelektual dan non-intelektual

---

<sup>3</sup> Ibid., 7.

yang dikandung oleh akal, yaitu unsur emosi dan faktor-faktor pribadi dan sosial.<sup>4</sup>

Setelah mengetahui arti dari kecerdasan, perlu diketahui pula pengertian dari emosi.

Menurut Devis dan rekan-rekannya menjelaskan bahwa “*Intelligence* emosi adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi dirinya sendiri dan orang lain, membedakan satu emosinya dengan lainnya, dan menggunakan informasi tersebut untuk menuntun proses berpikir serta perilaku seseorang.” Mereka mengemukakan bahwa kemampuan ini suatu yang amat penting dalam kemampuan psikologi seseorang.<sup>5</sup>

Beck mengungkapkan pendapat James dan Lange yang di kutip dari buku Hamzah B. Uno yang menjelaskan bahwa emosi adalah “presepsi perubahan jasmani yang terjadi dalam memberi tanggapan (respon) terhadap suatu peristiwa. Devinisi ini bermaksud menjelaskan bahwa pengalaman emosi merupakan presepsi dari reaksi terhadap situasi.”<sup>6</sup>

Kata emosi sejak lama dianggap memiliki kedalaman dan kekuatan sehingga dalam bahasa lain, emosi di jelaskan sebagai *motus anima* yang artinya jiwa yang menggerakkan kita. Emosi bukan sesuatu yang bersifat positif atau negatif, tetapi emosi berlaku sebagai sumber energi autentisitas,

---

<sup>4</sup> Makmun Mubayidh, *kecerdasan & kesehatan emosional anak* (Jakarta: Pustaka Al-Kautsar, 2010), 13.

<sup>5</sup> Monti P. Satia Darma, *Mendidik Kecerdasan* (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003), 27.

<sup>6</sup> Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran* , 62.

dan semangat manusia yang paling kuat. Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, oleh karena itu emosi merujuk pada suatu perasaan atau pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis, psikologis, dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak.<sup>7</sup> Perasaan itu termasuk gejala jiwa yang dimiliki oleh setiap orang, hanya corak dan tingkah lakunya saja yang berbeda. Perasaan yang lebih erat hubungannya dengan pribadi seseorang, oleh sebab itu tanggapan perasaan antara satu orang dengan orang lainnya terhadap hal yang sama pastilah berbeda.<sup>8</sup>

Golongan utama emosi dan beberapa anggota kelompoknya sebagai berikut:

- a. Amarah : beringas, mengamuk marah besar, jengkel, kesal hati.
- b. Kesedihan : pedih, sedih, muram, suram, putus asa, depresi berat.
- c. Rasa takut : cemas, takut, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, waspada sedih, tidak tenang, ngeri.
- d. Kenikmatan : bahagia, gembira, puas, riang, senang, terhibur, bangga, takjub, rasa terpesona.
- e. Cinta : penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kasmaran, kasih.
- f. Terkejut : terkesiap, terkejut.
- g. Jengkel : hina, jijik, muak, benci, tidak suka.

---

<sup>7</sup> Ibid., 62.

<sup>8</sup> Akhyas Azhari, *Psikologi umum dan Perkembangan*, (Jakarta: PT Mizan Publika, 2004), 149.

h. Malu : rasa salah, malu hati, kesal, sesal, dan hati hancur lebur.<sup>9</sup>

Dengan demikian perasaan dan emosi merupakan suasana batin yang dihayati oleh seseorang pada suatu saat. Perasaan berkenaan dengan suasana batin yang tenang, tersembunyi dan tertutup, seperti: senang-tidak senang, suka-tidak suka.

Dari beberapa pendapat diatas, maka emosi merupakan suatu respon atas rangsangan yang diberikan baik dari lingkungan maupun dari dalam diri individu sendiri sehingga individu dapat menentukan pilihan dalam hidup yang menentukan kehidupannya.

Menurut Saphiro (dalam Hamzah B. Uno) istilah “kecerdasan emosional” pertama kali di lontarkan dalam tahun 1990 oleh dua orang ahli, yaitu Peter Salovey dan Jhon Mayor. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir dan berempati.<sup>10</sup>

Menurut Daniel Goleman pengembangan kecerdasan emosional, orang-orang sukses selain memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi tetapi juga memiliki stabilitas emosi, motivasi kerja yang tinggi, mampu mengendalikan stress, tidak mudah putus asa dll. Pengalaman-pengalaman

---

<sup>9</sup> Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran* , 65.

<sup>10</sup> *Ibid.*, 68.

demikian memperkuat keyakinan bahwa disamping kecerdasan intelektual juga ada kecerdasan emosional. Orang yang memiliki kecerdasan yang tinggi adalah mereka yang mampu mengendalikan diri (mengendalikan gejala emosi), memelihara dan memacu motivasi untuk terus berupaya dan tidak mudah menyerah atau putus asa, mampu mengendalikan dan mengatasi stress, mampu menerima kenyataan, dapat merasakan kesenangan meskipun dalam kesulitan.<sup>11</sup>

Kecerdasan emosi ini menekankan tentang bagaimana seseorang mampu menjalin hubungan baik dengan orang lain, menanamkan rasa empati, juga bagaimana cara mengalahkan emosi dengan cara memotivasi diri.<sup>12</sup>

Seseorang yang cerdas emosi adalah mereka yang selalu berusaha untuk mempertahankan pikiran dan sikap positif sepanjang masa, walaupun pada saat itu sedang dihindangi perasaan-perasaan negatif. Dia akan selalu berjuang untuk mengubah perasaan negatif menjadi positif agar benar-benar bisa memancarkan sikap yang menyenangkan dan cocok dengan lingkungannya, kemudian berupaya menerjemahkan diri kedalam perilaku yang sedap di pandang mata dan serasi. Perasaan negatif menjadi positif

---

<sup>11</sup> Nana Syaodih Sukmadinata, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), 97.

<sup>12</sup> Akhyas Azhari, *Psikologi umum dan Perkembangan*, 158.

tidak bisa secara langsung dinilai, namun dapat disimpulkan dari caranya bertindak.<sup>13</sup>

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa yang di maksud kecerdasan emosional di sini adalah kemampuan untuk memiliki kesadaran diri, pengaturan diri, dan motivasi yang tinggi serta memiliki kecakapan sosial yang meliputi empati dan ketrampilan sosial yang tinggi pula.

## **2. Indikator Kecerdasan Emosional**

### **a. Mengenali emosi diri**

Kesadaran diri adalah mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri, memiliki tolak ukur yang realitas atas kemampuan diri dari dan kepercayaan diri yang kuat.<sup>14</sup> Sedangkan menurut Jhon Mayer, kesadaran diri berarti waspada, terhadap suasana hati maupun pikiran kita.<sup>15</sup> Dalam mengenali emosi itu juga berarti dapat memahami konsekuensi dan akibat yang ditimbulkan emosi serta dapat membedakan antara emosi dengan perilaku.<sup>16</sup>

Unsur kesadaran diri dalam kecerdasan emosi melahirkan kecakapan yang meliputi kesadaran emosi, penilaian diri secara teliti dan percaya diri. Selanjutnya akan dipaparkan sebagai berikut:

---

<sup>13</sup> Hanif Ismail, *Jurnal Pendidikan & kebudayaan* (Jakarta: Badan Penelitian & pengembangan Departemen Pendidikan Nasional, 2006) Tahun Ke-12, No. 061 SSN 0215-2673

<sup>14</sup> Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*, 85.

<sup>15</sup> *Ibid.*, 74.

<sup>16</sup> Makmun Mubayidh, *Kecerdasan & Kesehatan Emosional Anak*, 135.

1. Kesadaran emosi, menurut Goleman orang yang memiliki kecakapan kesadaran emosi adalah
  - a. Tahu emosi mana yang sedang mereka rasakan dan mengapa.
  - b. Menyadari keterkaitan antara perasaan mereka dengan yang mereka pikirkan, perbuat dan katakan.
  - c. Mengetahui bagaimana perasaan mereka memengaruhi kinerja.
  - d. Mempunyai kesadaran yang menjadi pedoman untuk nilai-nilai dan sasaran-sasaran mereka.
2. Penilaian diri, orang yang memiliki penilaian diri secara teliti dan pengukuran yang akurat maka ia akan:
  - a. Sadar akan kekuatan dan kelemahannya.
  - b. Menyempatkan diri untuk merenung, belajar untuk pengalaman.
  - c. Terbuka terhadap umpan balik yang tulus, bersedia menerima umpan perspektif baru, mau terus belajar dan mengembangkan diri sendiri.
  - d. Mampu menunjukkan rasa humor dan bersedia memandang diri sendiri dengan prespektif yang luas.
3. Percaya diri, orang yang memiliki kepercayaan diri mereka yang:
  - a. Berani tampil dengan keyakinan diri, berani menyatakan “keberadaanya”.
  - b. Berani menyuarakan pandangan yang tidak populer dan bersedia berkorban.



c. Tegas, mampu membuat keputusan yang baik kendati dalam keadaan yang tidak pasti dan tertekan.<sup>17</sup>

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas. Kecakapan ini bergantung pula pada kesadaran diri. Mengelola emosi berhubungan dengan kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepas kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan, dan akibat-akibat yang timbul karena gagalnya keterampilan emosional dasar. Sementara orang yang pintar dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemrosotan dan kejatuhan dalam kehidupan. Sedangkan mereka yang buruk kemampuannya dalam ketrampilan ini akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung.<sup>18</sup>

Kemudian unsur pengaturan diri atau mengelola emosi dalam kecerdasan emosional, melahirkan kecakapan yang meliputi kendali diri, sifat dapat dipercaya, kewaspadaan, dan adaptabilitas. Selanjutnya akan di jelaskan sebagai berikut:

1. Menurut Goleman orang yang cakap dalam kendali diri adalah mereka yang memiliki ketrampilan berikut:

---

<sup>17</sup> Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*, 88.

<sup>18</sup> *Ibid.*, 74.

- a. Mengelola dengan baik perasaan implusif dan emosi yang menekan mereka.
  - b. Tetap teguh tetap positif, dan tidak goyah walaupun dalam situasi yang paling berat.
  - c. Berpikir dengan jernih dan tetap terfokus kendati dalam tertekan.
2. Orang yang memiliki kecakapan dalam sifat dapat dipercaya adalah:
- a. Bertindak menurut etika dan tidak pernah mempermalukan orang.
  - b. Membangun kepercayaan lewat keandalan diri dan auctoritas.
  - c. Mengakui kesalahan sendiri dan berani menegur perbuatan tidak etis orang lain.
  - d. Berpegang pada prinsip secara teguh walaupun apabila akibatnya menjadi tidak disukai.
3. Orang yang memiliki kecakapan dalam kewaspadaan, antara lain:
- a. Memenuhi komitmen dan mematuhi janji.
  - b. Bertanggung jawab sendiri untuk memperjuangkan tujuan mereka.
  - c. Terorganisasi dan cermat dalam bekerja.

4. Orang yang memiliki kecakapan Adaptabilitas, antara lain:
  - a. Terampil menangani beragamnya kebutuhan, bergesernya prioritas dan pesatnya perubahan.
  - b. Siap mengubah tanggapan dan taktik untuk menyesuaikan diri dengan keadaan.
  - c. Luwes dalam memandang situasi.<sup>19</sup>
- c. Memotivasi diri sendiri

Memotivasi diri adalah menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, serta untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

Sementara itu untuk unsur yang berkaitan dengan motivasi dalam kecakapan emosi melahirkan kecakapan yang meliputi dorongan berprestasi, komitmen dan optimisme. Akan dijelaskan sebagai berikut:

1. Orang yang memiliki kecakapan dorongan untuk berprestasi mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:
  - a. Berorientasi kepada hasil, dengan semangat juang tinggi untuk meraih tujuan dan memenuhi standar.
  - b. Menetapkan sasaran yang menantang dan berani mengambil resiko yang telah diperhitungkan .

---

<sup>19</sup> Ibid., 88.

- c. Mencari informasi sebanyak-banyaknya guna mengurangi ketidak pastian dan mencari cara yang lebih baik.
  - d. Terus belajar untuk meningkatkan kinerja mereka.
2. Orang yang memiliki kecakapan pada komitmen, mempunyai karakter sebagai berikut:
- a. Siap berkorban demi pemenuhan sasaran perusahaan yang lebih penting.
  - b. Merasakan dorongan semangat dalam misi yang lebih besar.
  - c. Menggunakan nilai-nilai kelompok dalam pengambilan keputusan dan penjabaran pilihan-pilihan.
  - d. Aktif mencari peluang guna memenuhi misi kelompok.
3. Optimisme, adalah mereka yang mempunyai ketrampilan berikut:
- a. Tekun dalam mengejar sasaran kendati banyak halangan dan kegagalan.
  - b. Bekerja dengan harapan untuk sukses, bukannya takut gagal.
  - c. Memandang kegagalan atau kemunduran sebagai situasi yang dapat di kendalikan ketimbang sebagai kekurangan pribadi.<sup>20</sup>
- d. Mengenali emosi orang lain

Bereaksi terhadap perasaan orang lain (empati) dengan respon emosional yang sama dengan perasaan orang tersebut. Empati sangat

---

<sup>20</sup> Ibid., 89.

manusiawi, orang-orang yang memiliki empati akan lebih peka terhadap kebutuhan orang lain.

Berkaitan dengan unsur mengenali emosi orang lain dalam kecerdasan emosi, yang meliputi: memahami orang lain, pengembangan orang lain, dan mengatasi keragaman. Goleman menjelaskan pula dengan rinci sebagai berikut:

1. Dalam memahami orang lain, mereka memiliki ketrampilan sebagai berikut:
  - a. Memperhatikan isyarat-isyarat emosi dan mendengarkannya dengan baik.
  - b. Menunjukkan kepekaan dan pemahaman terhadap prespektif orang lain.
  - c. Membantu berdasarkan pemahaman terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain.
2. Orang yang memiliki kecakapan dalam mengembangkan orang lain adalah orang yang:
  - a. Mengakui dan menghargai kekuatan, keberhasilan dan perkembangan orang lain.
  - b. Menawarkan umpan balik yang bermanfaat dan mengidentifikasi kebutuhan orang lain untuk berkembang.

- c. Menjadi mentor, memberikan pelatihan pada waktu yang tepat, dan penugasan yang menantang serta memaksakan dikerahkannya ketrampilan seseorang.
3. Orang yang memiliki kecakapan dalam mendayagunakan keragaman adalah mereka yang:
- a. Hormat dan mau bergaul dengan orang-orang dari berbagai latar belakang.
  - b. Memahami beragamnya pandangan dan peka terhadap perbedaan antar kelompok.
  - c. Memandang keragaman sebagai peluang, menciptakan lingkungan yang memungkinkan semua orang sama-sama maju kendati berbeda-beda.
  - d. Berani menentang sikap membeda-bedakan dan intoleransi.
- e. Membina hubungan atau interaksi sosial

Seni membina hubungan merupakan ketrampilan mengelola emosi orang lain. Orang-orang yang terampil dalam kecerdasan sosial dapat menjalin hubungan dengan orang lain dengan cukup lancar, peka membaca reaksi dan perasaan mereka, mampu memimpin dan mengorganisir, dan pintar menangani perselisihan yang muncul dalam setiap kegiatan manusia.<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> Daniel Goelmen, *Emotional Intelligence.*, 58-59.

Dan pada pembahasan terakhir yang berkaitan dengan unsur ketrampilan sosial dalam kecerdasan emosional adalah komunikasi dan pengaruh, kepemimpinan dan kualisator perubahan pengikat jaringan dan kemampuan tim. Goleman juga menjelaskan secara lebih luas yaitu:

- 1) Komunikasi, orang yang memiliki kecakapan komunikasi adalah mereka yang memiliki kemampuan berikut:
  - a. Efektif dalam memberi dan menerima, menyertakan isyarat emosi dan pesan-pesan mereka.
  - b. Menghadapi masalah-masalah sulit tanpa di tunda.
  - c. Mendengarkan dengan baik, berusaha saling memahami, dan bersedia berbagai informasi secara utuh.
  - d. Menggalakkan komunikasi terbuka dan tetap bersedia menerima kabar buruk sebagaimana kabar baik.
- 2) Pengaruh, orang yang memiliki kecakapan pengaruh adalah:
  - a. Trampil dan persuasi.
  - b. Menyesuaikan prestasi untuk menarik hati pendengar.
  - c. Menggunakan strategi yang rumit seperti memperi pengaruh yang tidak langsung untuk membangun konsensus dan dukungan.
  - d. Memadukan dan menyelaraskan peristiwa-peristiwa dramatis agar menghasilkan sesuatu yang efektif.

- 3) Kepemimpinan adalah mereka yang:
  - a. Mengartikan dan membangkitkan semangat untuk meraih visi dan misi bersama.
  - b. Melangkah di depan untuk memimpin apabila di perlukan, tidak peduli sedang di mana.
  - c. Memandu kinerja orang lain namun tetap memberikan tanggung jawab kepada mereka.
  - d. Memimpin melalui teladan.
- 4) Orang yang memiliki katalisator perubahan, adalah mereka yang mempunyai kecakapan sebagai berikut:
  - a. Menyadari perlunya perubahan dan di hilangnya hambatan.
  - b. Menentang status quo untuk menyatakan perlunya perubahan.
  - c. Menjadi pelopor perubahan dan mengajak orang lain ke dalam perjuangan itu.
  - d. Membuat model perubahan seperti yang di harapkan oleh orang lain.
- 5) Pengikat jaringan, adalah mereka yang memiliki kemampuan berikut:
  - a. Menumbuhkan dan memelihara jaringan tidak formal yang meluas.
  - b. Mencari hubungan yang saling menguntungkan.
  - c. Membangun hubungan yang saling percaya dan memelihara keutuhan anggota.



- d. Membangun dan memelihara persahabatan pribadi diantara sesama mitra kerja.
- 6) Orang yang memiliki kecakapan dalam kemampuan tim adalah mereka yang:
- a. Menjadi teladan dalam kualitas tim seperti respek, kesediaan membantu orang lain dan kooperasi.
  - b. Mendorong setiap anggota tim agar berpartisipasi secara aktif dan penuh antusiasme.<sup>22</sup>
  - c. Membangun identitas tim, semangat kebersamaan dan komitmen.

Berdasarkan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa indikator kecerdasan emosional memiliki ketrampilan seseorang dalam mengelola emosi dalam perasaan sendiri maupun orang lain dan memiliki memotivasi dalam dirinya, sehingga dapat melahirkan pengaruh dalam memahami dan kemampuan merasakan serta menjalin hubungan yang baik dengan orang lain.

### **3. Usaha-Usaha Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional**

Kecerdasan emosional tidak berkembang secara alamiah, artinya kematangan seseorang tidak didasarkan pada perkembangan usia biologisnya. Oleh karena itu, EQ harus dipupuk dan diperkuat melalui proses pelatihan dan pendidikan yang berkesinambungan. Banyak para pakar yang merumuskan kiat-kiat mengembangkan kecerdasan emosional. Diantaranya

---

<sup>22</sup> Ibid., 91.

adalah pendapat Claude Stiner yang mengemukakan tiga langkah utama dalam mengembangkan kecerdasan emosional, yaitu:

a) Membuka hati

Hati adalah simbol pusat emosi yang dapat merasakan nyaman atau tidak nyaman. Oleh karena itu, kita dapat memulai dengan membebaskan diri kita dari implus pengaruh yang membatasi kita untuk menunjukkan kasih sayang satu sama lain.

b) Menjelajahi daratan emosi

Setelah membuka hati, kita dapat melihat kenyataan dan menemukan peran emosi dalam kehidupan, sehingga kita akan menjadi lebih bijak dalam menanggapi perasaan kita dan perasaan orang lain di sekitar kita.

c) Bertanggung jawab

Untuk memperbaiki dan mengubah kerusakan hubungan, kita harus mengambil tanggung jawab. Setelah dapat membuka hati dan memahami perasaan emosi orang sekitar kita. Ketika terjadi permasalahan antara kita dan orang lain, sangat sulit melakukan perbaikan tanpa ada tindak lanjut. Setiap orang harus memahami

permasalahan dan memutuskan bagaimana memperbaikinya.<sup>23</sup>

#### 4. Manfaat kecerdasan emosional

Para ahli psikologi menyebutkan bahwa IQ hanya mempunyai peran sekitar 20% dalam menentukan keberhasilan hidup, sedangkan 80% sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lain. Diantara yang penting adalah kecerdasan emosional (*emotional quation*). Dalam kehidupan banyak sekali masalah-masalah yang tidak dapat dipecahkan semata dengan menggunakan kemampuan intelektual seseorang.

Kematangan emosi ternyata sangat menentukan keberhasilannya. Dengan kata lain, kecerdasan emosi mempunyai kontribusi yang sangat besar dalam mencapai keberhasilan hidup. Utsman Najati dalam bukunya yang berjudul *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa* mengatakan bahwa emosi-emosi yang ada pada manusia sangat bermanfaat apabila dalam mengekspresikannya dimunculkan dengan tepat. Misalnya emosi marah, marah merupakan suatu emosi penting yang mempunyai fungsi esensial bagi kehidupan manusia, yakni membantu dalam menjaga dirinya. Emosi marah yang menguasai diri seseorang bisa membuat diri seseorang tersebut kehilangan kemampuan berpikir sehatnya, karena ketika seseorang sedang marah, dia melakukan tindakan-tindakan fisik untuk mempertahankan diri

---

<sup>23</sup> Agus Nggormanto, *Quantum Quotient, Kecerdasan Quantum, Cara Cepat Melejitkan IQ, EQ, dan SQ secara Harmoni* (Bandung : Nusa Cendekia, 2001) 100-102.

atau menakhlukan hambatan-hambatan yang menghadang dalam upaya merealisasikan tujuannya.<sup>24</sup>

## B. Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam

### 1. Pengertian Prestasi Belajar Pendidikan Agama Islam

Setiap manusia (insan) yang dilahirkan ke muka bumi pada hakikatnya dalam keadaan tidak berilmu, sebagaimana yang di jelaskan Allah swt dalam surat An-Nahl ayat 78 yang berbunyi sebagai berikut :

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ  
وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ -٧٨-

Artinya: *“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan dia memberi kamu pendengaran, penglihatan, dan hati, agar kamu bersyukur.”*<sup>25</sup>

Berdasarkan ayat diatas diketahui bahwa tidak ada suatu pengetahuan yang dimiliki manusia, maka manusia memerlukan belajar agar memiliki ilmu. Adapun mengenai pengertian belajar terdapat beberapa pendapat diantaranya:

- a. Belajar adalah proses perubahan tingkah laku sebagai akibat pengalaman dan latihan.

<sup>24</sup> Utsman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa terj Ahmad Rafi Utsamani* (Bandung : Pustaka Setia, 1999), 77.

<sup>25</sup> Muhammad Noor, *Al-Qur'an dan Terjemah DEPAG RI* (Semarang : PT Karya Toha Putra, 1996), 220.

- b. Perubahan tingkah laku akibat belajar itu dapat berupa memperoleh tingkahlaku yang baru atau memperbaiki/meningkatkan perilaku yang sudah ada.<sup>26</sup>
- c. Belajar adalah perubahan tingkah laku atau penampilan dengan serangkaian kegiatan misalnya dengan membaca, mengamati, mendengar, meniru dan sbagainya.<sup>27</sup>

Prestasi belajar tidak dapat dipisahkan dari pembelajaran, karena belajar merupakan suatu proses sedangkan prestasi belajar adalah hasil dari proses pembelajaran tersebut.

Sebelum membahas tentang pengertian prestasi belajar, perlu diketahui pengertian dari belajar itu sendiri.

Menurut W.S Winkel bahwa belajar adalah suatu aktifitas mental/pisikis, yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan sejumlah perubahan dalam pengetahuan pemahaman, ketrampilan nilai-sikap, perubahan itu bersifat relatif konstan dan berbekas.<sup>28</sup>

Sedangkan pengertian belajar menurut Wasty Soemanto adalah proses dasar dan perkembangan hidup manusia. Dengan belajar, manusia melakukan perubahan-perubahan sehingga tingkah laku berkembang. Semua aktifitas dan prestasi hidup manusia tidak lain adalah dari hasil belajar. Kita pun hidup dan bekerja menurut apa yang telah kita pelajari. Belajar itu bukan sekedar pengalaman. Belajar adalah suatu proses, dan bukan suatu hasil.

---

<sup>26</sup> Alisuf Sabri, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 2007), 55.

<sup>27</sup> Sardiman A.M, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar* (Jakarta : Rajawali,1992) cet.ke-4, 22.

<sup>28</sup> W.S Winkel, *Psikologi Pengajaran*, 9.

Karena itu belajar berlangsung secara aktif dengan menggunakan berbagai bentuk perbuatan untuk mencapai suatu tujuan.<sup>29</sup>

Jadi yang dimaksud dengan belajar adalah suatu proses perubahan perilaku individu yang dapat melalui pengalaman dan latihan baik perubahan tersebut berupa sikap, pengetahuan, pemahaman, ketrampilan dan sebagainya.

Prestasi belajar terdiri dari dua kata, yaitu prestasi dan belajar. Menurut *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Prestasi adalah hasil yang telah dicapai (dari yang telah dilakukan, dikerjakan dan sebagainya).<sup>30</sup>

Menurut Nasuttion, S prestasi belajar adalah kesempurnaan yang dicapai seseorang dalam berfikir, merasa dan berbuat, prestasi belajar dikatakan sempurna apabila memenuhi tiga aspek yaitu: kognitif, afektif, dan psikomotor, sebaliknya dikatakan prestasi kurang memuaskan jika seseorang belum mampu memenuhi target dalam ketiga kriteria tersebut.<sup>31</sup>

Sedangkan menurut Tohirin prestasi belajar adalah apa yang telah dicapai oleh siswa setelah melakukan kegiatan belajar. Akan tetapi mengenai

---

<sup>29</sup> Westy Soemanto, *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan* (Jakarta : PT Rineka Cipta, 2006) Cet. ke-5, 104.

<sup>30</sup> Departemen Pendidikan dan kebudayaan, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1988), 700.

<sup>31</sup> Gullham Hamdu, Lisa Agustina, *pengaruh motivasi belajar siswa terhadap prestasi belajar IPA di sekolah dasar* ( Jurnal Penelitian Pendidikan Vol. 12 No. 1 , April 2011) 83.

apa yang telah dicapai oleh siswa setelah melakukan kegiatan belajar, ada juga yang menyebutnya istilah hasil belajar.<sup>32</sup>

Sedangkan menurut Sutratinah Tirtonegoro yang dimaksud dengan prestasi belajar adalah penilaian hasil usaha kegiatan belajar yang dinyatakan dalam bentuk simbol, angka, huruf maupun kalimat yang dapat mencerminkan hasil yang sudah dicapai oleh setiap anak dalam periode tertentu.<sup>33</sup>

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat dijelaskan bahwa prestasi belajar merupakan tingkat kemanusiaan yang dimiliki siswa dalam menerima, menolak dan menilai informasi-informasi yang diperoleh dalam proses belajar mengajar prestasi belajar seseorang sesuai dengan tingkat keberhasilan sesuatu dalam mempelajari materi pelajaran yang dinyatakan dalam bentuk nilai atau raport setiap bidang studi setelah mengalami proses belajar mengajar. Prestasi belajar siswa dapat diketahui setelah diadakan evaluasi dapat memperlihatkan tentang tinggi atau rendahnya prestasi belajar siswa.

Menurut Zakiyah Dradjat, Pendidikan Agama Islam adalah “usaha sadar untuk membina dan mengasuh peserta didik agar senantiasa dapat memahami ajaran islam secara menyeluruh lalu menghayati tujuan, yang

---

<sup>32</sup> Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam* (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2006), 151.

<sup>33</sup> Sutratinah Tirtonegoro, *Anak Supernormal dan Program Pendidikannya* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), 43.

pada akhirnya dapat mengamalkan serta menjadikan islam sebagai pandangan hidup”<sup>34</sup>.

Dengan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa prestasi belajar Pendidikan Agama Islam yakni hasil belajar yang diraih oleh siswa setelah mengikuti proses belajar pada mata pelajaran Pendidikan Agama Islam yang meliputi aspek akidah, fikih, Al-Qur'an, Akhlak dan Sejarah Islam.

## **2. Indikator Prestasi Belajar**

Prestasi belajar pada dasarnya adalah hasil akhir yang diharapkan dapat dicapai setelah seseorang belajar. Menurut Benjamin, bahwa hasil belajar diklasifikasikan ke dalam tiga ranah yaitu:

1. Ranah kognitif
2. Ranah afektif
3. Ranah psikomotor

Ranah kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang terdiri dari enam aspek yaitu: pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintensis, dan evaluasi. Kedua aspek pertama disebut kognitif tingkat rendah dan keempat aspek berikutnya termasuk kognitif tingkat tinggi. Sedangkan, ranah afektif berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek, yaitu penerimaan, jawaban atau reaksi, penilaian, organisasi internalisasi. Ranah psikomotor berkenaan dengan ketrampilan dan kemampuan bertindak. Ada enam aspek

---

<sup>34</sup> Zakiya Dradjat, *Ilmu Pendidikan Islam* (Jakarta: Bumi Aksara, 1996), cet. 3, 86



psikomotor, yaitu gerakan refleks, ketrampilan gerakan dasar, kemampuan perseptual, keharmonisan, ketepatan, gerakan keterampilan kompleks, dan gerakan ekspresif dan interpretatif.<sup>35</sup>

### **3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar**

Untuk meraih prestasi belajar yang optimal, dipengaruhi oleh faktor dalam diri anak didik (internal) dan faktor dari luar diri anak didik (internal).

Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar menurut Drs. Sumadi Suryabrata:

- a. Faktor yang berasal dari luar diri anak didik dibagi menjadi dua, yaitu:
  1. Faktor-faktor sosial
  2. Faktor-faktor non sosial
- b. Faktor-faktor yang berasal dari dalam diri anak didik dibagi menjadi dua yaitu:
  1. Faktor-faktor fisiologis
  2. Faktor-faktor psikologis.<sup>36</sup>

Menurut Dr. Muhibbin Syah, faktor yang mempengaruhi prestasi belajar adalah sebagai berikut:

- a. Faktor internal meliputi

---

<sup>35</sup> Nana Sujana, *Dasar-Dasar Proses/Belajar Mengajar* (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2005),

<sup>36</sup> Sumadi Suryabrata, *Psikologi pendidikan* (Jakarta: Rajawali Pers, 2010), 233.

## 1. Faktor fisiologis

Secara umum, kondisi fisiologis yaitu seperti kesehatan jasmani yang menandai tingkat kebugaran organ-organ tubuh dan sendi-sendinya, dapat mempengaruhi semangat dan intensitas anak didik dalam mengikuti pelajaran.

Begitu pula dengan kesehatan panca indra yang menandai pendengaran dan pengelihatannya, juga sangat mempengaruhi kemampuan anak didik dalam menyerap informasi dan pengetahuan khususnya yang disajikan di kelas.

## 2. Faktor Psikologis

Faktor-faktor rohaniah siswa yang pada umumnya dipandang esensial adalah sebagai berikut:

### a. Inteligensi

Inteligensi pada umumnya dapat diartikan sebagai kemampuan psikofisik untuk mereaksi rangsangan atau menyesuaikan diri dengan lingkungan dengan cara yang tepat.<sup>37</sup> Prestasi seseorang ditentukan juga oleh tingkat kecerdasannya, tingkat kecerdasan seseorang ditentukan baik oleh bakat bawaan (berdasarkan gen yang diturunkan dari orang tuanya) maupun oleh faktor lingkungan (termasuk semua pengalaman dan pendidikan yang pernah

---

<sup>37</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Belajar* (Jakarta: Logos Wacana Ilmu, 2011), 148.

diperolehnya).<sup>38</sup> Ciri-ciri intelektual adalah mudah menangkap pelajaran, ingatannya baik, penalaran tajam, daya konsentrasinya baik dan lain sebagainya itu semua dalam mencerminkan seseorang yang memiliki kecerdasan.<sup>39</sup>

b. Kecerdasan Emosional (EQ)

Kecerdasan emosional (EQ) merupakan kemampuan untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati), dan ketrampilan sosial. Kecerdasan emosi bekerja secara sinergi dengan ketrampilan kognitif atau intelektual, orang-orang yang berprestasi tinggi memiliki keduanya. Yang diperlukan untuk sukses atau berprestasi dimulai dari ketrampilan intelektual, tetapi seseorang juga memerlukan kecakapan emosi untuk memanfaatkan potensi bakat mereka secara penuh. Karena menurut Goleman yang dikutip oleh Paton bahwa IQ hanya mendukung sekitar 20% faktor yang menentukan keberhasilan, sedangkan 80% sisanya berasal dari faktor lain termasuk kecerdasan emosional.<sup>40</sup>

---

<sup>38</sup> Utami Munandar, *Mengembangkan bakat dan Kreativitas Anak Sekolah* (Jakarta : PT Gramedia, 1985), 19.

<sup>39</sup> *Ibid.*, 33.

<sup>40</sup> Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, 69.

c. Bakat

Secara umum bakat adalah kemampuan potensial yang dimiliki seseorang untuk mencapai keberhasilan pada masa yang akan datang. Dengan demikian, sebetulnya setiap orang pasti memiliki bakat dalam arti berpotensi untuk mencapai prestasi sampai ketinggian tertentu sesuai dengan potensi yang dimilikinya.<sup>41</sup> Ciri-ciri anak yang berbakat yaitu membaca lebih cepat dan banyak, dapat memberikan banyak gagasan, terbuka terhadap rangsangan-rangsangan dari lingkungan, peka terhadap sesuatu, mempunyai pengamatan yang tajam dan sebagainya.<sup>42</sup>

d. Minat

Minat berarti kecenderungan dan kegairahan yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu.<sup>43</sup> Peran minat belajar yaitu sebagai kekuatan yang mendorong siswa untuk belajar. Siswa yang berminat pada pelajaran, akan terdorong terus untuk tekun belajar, berbeda dengan siswa yang sikapnya hanya menerima pelajaran, siswa hanya tergerak untuk mau belajar tetapi sulit untuk bisa terus tekun karena tidak ada pendorongnya.<sup>44</sup>

---

<sup>41</sup> Muhibbin syah, *Psikologi Belajar*, 151.

<sup>42</sup> Utami Munandar, *Mengembangkan bakat dan Kreativitas Anak Sekolah*, 30.

<sup>43</sup> Muhibbin, *Psikologi Belajar* .,133.

<sup>44</sup> Alisuf Sabri, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta : Pedoman Ilmu Jaya, 2007), 85.

Minat mempunyai peranan yang penting dan mempunyai dampak yang besar atas perilaku dan sikap. Minat menjadi sumber motivasi yang kuat untuk belajar. Siswa yang berminat terhadap pelajaran, akan berusaha lebih keras untuk belajar dibandingkan dengan siswa yang kurang berminat. Dengan demikian tinggi rendahnya minat belajar siswa akan mempengaruhi hasil belajar yang akan dicapai.

e. Motivasi

Pengertian dasar motivasi adalah keadaan internal seseorang yang mendorongnya untuk berbuat sesuatu.<sup>45</sup> Ciri-ciri motivasi adalah tekun menghadapi tugas, ulet menghadapi kesulitan, selalu berusaha berprestasi sebaik mungkin, senang dan rajin belajar, penuh semangat dan lain sebagainya.<sup>46</sup> Siswa yang motivasi berprestasinya tinggi hanya akan mencapai prestasi akademik yang tinggi apabila: rasa takut akan kegagalan lebih rendah daripada keinginannya untuk berprestasi, tugas-tugas di dalam kelas cukup memberi tantangan, tidak terlalu mudah dan tidak terlalu sukar sehingga memberi kesempatan untuk berhasil.<sup>47</sup>

---

<sup>45</sup> Muhibbin, *Psikologi Belajar* ., 152.

<sup>46</sup> Utami Munandar, *Mengembangkan bakat dan Kreativitas Anak.*, 34.

<sup>47</sup> Djaali, *Psikologi Pendidikan* ( Jakarta: Bumi Aksara, 2006), 110.

b. Faktor eksternal meliputi

**1) Lingkungan Sosial**

Lingkungan sosial siswa dapat dibagi lagi menjadi tiga macam yaitu:

a. Orang tua dan keluarga

Lingkungan sosial yang lebih banyak mempengaruhi kegiatan belajar adalah orang tua dan keluarga siswa itu sendiri atau dapat disebut juga dengan pola asuh orang tua. Sifat-sifat orang tua, praktik pengelolaan keluarga dan ketegangan keluarga, semua dapat memberikan dampak baik dan buruk terhadap kegiatan belajar dan prestasi dicapai oleh siswa.

b. Sekolah

Lingkungan sekolah seperti para guru, dan teman-teman sekelas dapat mempengaruhi semangat belajar seorang siswa. Para guru yang selalu menunjukkan sikap dan perilaku yang simpatik dan memperlihatkan suri tauladan yang baik dan rajin khususnya dalam belajar, misalnya rajin belajar dan berdiskusi, dapat menjadi daya dorong yang positif bagi kegiatan belajar siswa.

c. Masyarakat

Masyarakat dan tetangga juga adalah teman-teman sepermainan di sekitar perkampungan siswa tersebut. Kondisi masyarakat di lingkungan kumuh yang serba kekurangan dan anak-anak pengangguran misalnya, akan mempengaruhi aktivitas belajar siswa. Paling tidak siswa tersebut akan sulit menemukan teman belajar atau berdiskusi

**2) Lingkungan Nonsosial**

Faktor yang termasuk lingkungan nonsosial ialah gedung sekolah dan letaknya. Misalnya, letak lingkungan sekolah yang letaknya jauh dari keramaian seperti pasar dan jalan yang ramai sehingga menimbulkan keadaan belajar yang nyaman dan tidak berisik, dan rumah tempat tinggal keluarga siswa dan letaknya. Misalnya, tinggal di lingkungan yang kumuh, pergaulan yang tidak baik, sehingga seseorang akan kesulitan untuk belajar misalnya untuk kegiatan belajar kelompok dan lain sebagainya. faktor-faktor inilah yang dipandang turut menentukan tingkat prestasi belajar siswa.<sup>48</sup>

Dari uraian diatas dapat di simpulkan bahwa, prestasi belajar siswa itu dapat dipengaruhi oleh kedua faktor tersebut, baik yang berasal

---

<sup>48</sup> Muhibbin, *Psikologi Belajar.*, 154.

dari dalam diri siswa (internal) maupun dari luar diri siswa (eksternal). Kecerdasan emosional adalah salah satu faktor internal yang mempengaruhi prestasi belajar siswa, karena ketrampilan kecerdasan emosi bekerjasecara sinergi dengan ketrampilan intelektual, oleh karena itu kecerdasan emosional mencakup semua sifat seperti: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan ketrampilan sosial.

### **C. Kajian Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi belajar siswa Pada Mata pelajaran Pendidikan Agama Islam**

#### **1. Pengaruh kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar siswa**

Menurut Goleman menjelaskan kecerdasan emosi (*Emotional Intelligenci*) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan orang lain.<sup>49</sup>

Salovey dan Mayer dalam mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut EQ sebagai: “himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan

---

<sup>49</sup> Agus Nggermanto, *Melejitkan IQ, EQ, SQ Kecerdasan Quantum*, 98.



kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya yang menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan”.<sup>50</sup>

Keberhasilan dalam aktivitas pembelajaran agama Islam sangat ditentukan oleh kecerdasan emosional. Syamsu dan Nurihsan mengatakan bahwa kualitas intelegensi, kecerdasan dalam ukuran intelektual atau tataran kognitif yang tinggi dipandang sebagai faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam belajar atau meraih kesuksesan dalam hidupnya. Namun baru-baru ini telah berkembang pandangan lain yang mengatakan bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi keberhasilan (kesuksesan) hidup seseorang, bukan semata-mata ditentukan oleh tingginya kecerdasan intelektual, tetapi oleh faktor kemantapan emosional, yang oleh ahlinya, yaitu Daniel Goleman disebut *emotional intelligence* (kecerdasan emosional).<sup>51</sup>

Sebuah laporan dari *Nattional Center For Clinical Infant Programs* (1992) menyatakan bahwa keberhasilan di sekolah bukan diramalkan oleh kumpulan fakta seorang siswa atau kemampuan dirinya untuk membaca, melainkan oleh ukuran-ukuran emosional dan sosial: yakni pada diri sendiri dan mempunyai minat, atau pola perilaku yang diharapkan orang lain dan bagaimana mengendalikan dorongan hati untuk berbuat nakal, maupun menunggu, mengikuti petunjuk dan mengacu pada guru untuk mencari

---

<sup>50</sup> Laurence E. Shapiro, *Mengajarkan Emosional Inteligensi pada Anak* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1997), 230.

<sup>51</sup> Yusriana, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di Madrasah Ibtidaiyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan Banyuasin", *Conciencia*, Vol 14 (2), 2014, 4

bantuan, serta mengungkapkan kebutuhan-kebutuhan saat bergaul dengan siswa lain.<sup>52</sup>

Penelitian Walter Mischel (1960) mengenai “*Marsmallow Challenge*” di Universitas Stanford menunjukkan anak yang ketika berumur empat tahun mampu menunda dorongan hatinya, setelah lulus sekolah menengah atas, secara akademis lebih kompeten, lebih mampu menyusun gagasan secara nalar, serta memiliki gairah belajar yang lebih tinggi. Mereka memiliki skor yang secara signifikan lebih tinggi.<sup>53</sup>

Dalam jurnal penelitian Indah Mayang Purnama yang berjudul Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar di SMAN Jakarta Selatan menyatakan bahwa, terdapat pengaruh langsung yang signifikan kecerdasan emosional terhadap prestasi belajar siswa. Hal ini dibuktikan dengan hasil pengujian hipotesis melalui analisis jalur  $t_h > t_t$  ( $4,594 > 1,980$ ) yang berarti ada pengaruh langsung yang signifikan.<sup>54</sup>

Di tengah semakin ketatnya persaingan di dunia pendidikan dewasa ini, merupakan hal yang wajar apabila para siswa terutama orang tua sering khawatir terhadap anaknya akan mengalami kegagalan atau tidak berhasil dalam meraih prestasi belajar bahkan takut tidak naik kelas.

---

<sup>52</sup> Sarmadhan Lubis, “Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam”, Hikmah, Vol 6 (2), 2017, 255

<sup>53</sup> Sia Tjundjing, Hubungan antar IQ, EQ, dan QA dengan Prestasi Study pada Siswa SMU, Journal Anima, Vol. 17 (1), UPI Surabaya, 2001, 81

<sup>54</sup> Indah Mayang Purnama, “Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Matematika di SMAN Jakarta Selatan”, Jurnal Formatik 6 (3), 2016, 244

Banyak usaha yang dilakukan oleh orang tua agar anak-anaknya meraih prestasi belajar agar menjadi yang terbaik seperti mengikuti bimbingan belajar. Usaha seperti itu jelas positif, namun seorang anak dapat meraih prestasi belajar yang baik masih ada faktor lain yang tidak kalah pentingnya dalam mencapai keberhasilan selain kecerdasan dan kecakapan intelektual, faktor tersebut adalah kecerdasan emosional.<sup>55</sup>

Individu dengan ketrampilan emosional yang berkembang baik berarti kemungkinan besar ia akan berhasil dalam kehidupan dan memiliki motivasi untuk berprestasi. Sedangkan individu yang tidak dapat menahan kendali atas kehidupan emosionalnya akan mengalami pertarungan batin yang merusak kemampuannya untuk memusatkan perhatiannya pada tugas-tugasnya dan memiliki pikiran yang jernih.

Individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih baik, dapat menjadi lebih terampil dalam menenangkan dirinya dengan cepat, jarang tertular penyakit, lebih terampil dalam memusatkan perhatian, lebih baik dalam berhubungan dengan orang lain, lebih cakap dalam memahami orang lain dan untuk kerja akademis di sekolah lebih baik.<sup>56</sup>

Ketrampilan dasar emosional tidak dapat dimiliki secara tiba-tiba, tetapi membutuhkan proses dalam mempelajarinya dan lingkungan yang membentuk kecerdasan emosional tersebut besar pengaruhnya hal positif

---

<sup>55</sup> Ika Maryati, Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Keyakinan Diri (Self Efficacy) dengan Kreatifitas, Tesis Master, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008.

<sup>56</sup> Jhon Gottman, *Kiat-Kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional* (Jakarta : PT Gramedia Pustaka UTAMA, 2001), 17.

akan di peroleh bila anak di ajari ketrampilan dasar kecerdasan emosional, secara emosional akan lebih cerdas, penuh pengertian, mudah menerima perasaan-perasaan dan lebih banyak pengalaman dalam memecahkan permasalahan sendiri, sehingga pada saat remaja akan lebih banyak sukses di sekolah dan dalam berhubungan dengan rekan-rekan sebaya serta akan terlindungi dari resiko-resiko obat-obat terlarang, kenakalan, kekerasan seks yang tidak aman.<sup>57</sup>

Dari hasil penelitian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan emosional dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa karena dalam memperoleh prestasi yang baik siswa juga dapat mengatur emosional yang ada pada diri siswa sehingga dapat berpengaruh dalam prestasi belajar siswa.

---

<sup>57</sup> Ibid., 250