

Kecerdasan Emosi (EQ) dalam Meningkatkan Kemampuan Belajar Siswa

¹Lucyana Henny Moniaga, ²Satrini Datu La'bi, ³Fangi Prasetyo

Sekolah Tinggi Teologi Bethel Samarinda

Email: lucyanahenny@sttbethelsamarinda.ac.id

Abstract

Emotional intelligence has two important elements, namely empathy and self-control. Students who have emotional intelligence can be easily accepted in their social environment. Emotional intelligence is closely related to self-motivation skills, students who have good emotional intelligence do not easily give up if they face difficulties in the learning process, because these students are skilled at motivating themselves so they can continue to progress. The writing method used in writing this article is a qualitative method with a descriptive approach. Emotional intelligence greatly influences a person's learning ability. In the process of student learning ability, both IQ and EQ are very necessary. IQ cannot function properly without the participation of EQ. Education at school not only needs to develop students' intellectual abilities, but also needs to develop EQ as well. Emotional intelligence is an important factor that should be possessed by students or learners who have the need to achieve good learning abilities at school.

Keywords: Emotional Intelligence; Student Learning Ability

Abstrak

Kecerdasan emosional memiliki dua unsur penting yaitu empati dan kontrol diri. Peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional dapat dengan mudah diterima di lingkungan sosialnya. Kecerdasan emosi erat kaitannya dengan keterampilan memotivasi diri sendiri, siswa yang memiliki kecerdasan emosi yang baik tidak mudah putus asa jika menghadapi kesulitan dalam proses belajar, karena siswa tersebut terampil untuk memotivasi dirinya sendiri agar dapat terus maju. Metode penulisan yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Kecerdasan emosi sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar seseorang. Dalam proses kemampuan belajar siswa, baik IQ maupun EQ keduanya sangat diperlukan. IQ tidak dapat berfungsi dengan baik tanpa partisipasi dari EQ. Pendidikan di sekolah bukan hanya perlu mengembangkan intelektual siswa saja, melainkan juga perlu mengembangkan EQ juga. Kecerdasan emosi adalah faktor yang penting yang seharusnya dimiliki oleh siswa atau peserta didik yang memiliki kebutuhan untuk meraih kemampuan belajar yang baik di sekolah.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosi; Kemampuan Belajar Siswa

I. PENDAHULUAN

Salah satu fungsi pendidikan adalah fungsi humanisasi (memanusiakan manusia). artinya pendidikan seyogyanya dapat mencapai kematangan dengan kedewasaan jasmani dan rohani, sehingga pendidikan dapat mencapai tujuan pendidikan yaitu membangun manusia seutuhnya, baik dalam kecerdasan intelektual, emosional, spiritual dan perilaku. Hal ini berarti bahwa fungsi Pendidikan tidak hanya meningkatkan kecerdasan intelektual saja namun kecerdasan emosional peserta didik juga harus dikembangkan.

Kecerdasan emosional memiliki dua unsur penting yaitu empati dan kontrol diri. Empati artinya dapat merasakan perasaan orang lain, terutama apabila seseorang dalam keadaan malang. Sedangkan kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk dapat menguasai diri sehingga seseorang dapat bersikap dan berperilaku yang dapat diterima orang lain.¹ hal ini menjelaskan bahwa fungsi pendidikan tidak hanya meningkatkan kecerdasan intelektual saja, tetapi juga kecerdasan emosional peserta didik juga.

Peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional dapat dengan mudah diterima di lingkungan sosialnya. Selain itu peserta didik mampu memposisikan dirinya di berbagai lingkungan sosialnya, baik di lingkungan sekolah, masyarakat maupun di rumah. Kecerdasan emosional peserta didik akhirnya menciptakan lingkungan yang kondusif pada lingkungan belajar, dengan demikian pengaruhnya sangat besar untuk meningkatkan kemampuan belajar para peserta didik.

Di satu sisi para peserta didik diharuskan memiliki *Intelligence Quotient* (IQ) yang tinggi, karena inteligensi merupakan bekal potensial yang akan memudahkan dalam belajar dan pada gilirannya akan menghasilkan prestasi belajar yang optimal. Menurut Binet dalam buku Winkel, "hakikat inteligensi adalah kemampuan untuk menetapkan dan mempertahankan suatu tujuan, untuk mengadakan penyesuaian dalam rangka mencapai tujuan itu, dan untuk menilai keadaan diri secara kritis dan objektif."² Kenyataannya, dalam proses belajar mengajar di sekolah sering ditemukan siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan inteligensinya.

Ada siswa yang mempunyai kemampuan inteligensi tinggi tetapi memperoleh prestasi belajar yang relatif rendah, namun ada siswa yang walaupun kemampuan inteligensinya relatif rendah, dapat meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Itu sebabnya taraf inteligensi bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang, karena ada faktor lain yang mempengaruhi. Menurut Goleman, kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, di antaranya adalah kecerdasan emosional atau Emotional Quotient (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (mood), berempati serta kemampuan bekerja sama.³

Kecerdasan emosi erat kaitannya dengan keterampilan memotivasi diri sendiri, siswa yang memiliki kecerdasan emosi yang baik tidak mudah putus asa jika menghadapi kesulitan dalam proses belajar, karena siswa tersebut terampil untuk memotivasi dirinya sendiri agar dapat terus maju. Kecerdasan emosi juga berkaitan dengan kemampuan untuk dapat membina hubungan dengan orang lain (kerja sama), dengan terbinanya hubungan yang baik dengan teman maupun guru, siswa dapat memperoleh pengetahuan yang lebih banyak dikarenakan tidak akan canggung untuk bertanya/meminta bantuan jika ada hal-hal yang kurang dipahami dalam pelajaran. Menurut Daniel Goleman para bahwa siswa yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan lebih terampil dalam menenangkan diri sendiri, terampil

¹ S.M Sumantri, Pengantar Pendidikan. Hakikat Manusia dan Pendidikan. MKDK4001/MODUL1. 2015.

² WS Winkel, Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar (Jakarta: Gramedia, 1997), 529.

³ Daniel Goleman, *Working with Emotional Intelligence*, (terj), (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2000) 44.

dalam memusatkan perhatian, memiliki hubungan yang lebih baik dengan orang lain, lebih cakap memahami orang, memiliki persahabatan yang baik dengan anak lain, serta memiliki prestasi belajar yang lebih baik. Selain itu, Goleman menyatakan bahwa IQ hanya mempunyai peran sekitar 20% dalam menentukan prestasi individu, 80% sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lain termasuk kecerdasan emosi.⁴

II. METODE PENULISAN

Metode penulisan yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Artinya, menjelaskan secara detail mengenai suatu objek, tempat atau kejadian. Tujuan artikel deskriptif adalah agar pembaca memahami objek yang dijelaskan dengan baik. Artikel ini biasanya memuat informasi tentang ciri-ciri, bentuk, fungsi, dan karakteristik objek yang dijelaskan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Kecerdasan Emosi

Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire. Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut *Emotional Quotions* (EQ), sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.⁵

Selain itu, kecerdasan emosional tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan. Memahami perasaan dan emosi diri sendiri, serta mampu memahami kekuatan dan kelemahan diri, sehingga menumbuhkan sikap ,tekun, mandiri, tidak mudah putus asa, percaya diri dan mampu mengekspresikan diri.⁶ Memahami diri sendiri dan bertindak sesuai dengan pemahaman diri.⁷ Pengendalian diri, semangat, ketekunan dan motivasi diri.⁸

Kecerdasan emosional merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Kemampuan ini saling berbeda dan melengkapi dengan kemampuan akademik murni, yaitu kognitif murni yang diukur dengan kecerdasan intelektual (IQ). Kecerdasan emosional bukanlah lawan kecerdasan intelektual atau kecerdasan kognitif, namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Selain itu, kecerdasan emosional tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan, memahami perasaan dan emosi diri sendiri, serta mampu memahami kekuatan dan kelemahan diri, sehingga menumbuhkan sikap ,tekun, mandiri, tidak mudah putus asa, percaya

⁴ *Ibid.*,42.

⁵ Meyer & Henry R, *Manajemen dengan Kecerdasan Emosional* (Bandung : Nuansa, 2009), 32.

⁶ Howard Garner, *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*, (Jakarta: Univ Terbuka, 2011), 120.

⁷ Armstrong, *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*, (Jakarta: Univ Terbuka, 2011), 93.

⁸ Goleman, Daniel, *Dimensi Dimensi Pendidikan Karakter* (Jakarta : Erlangga, 2011), 154.

diri dan mampu mengekspresikan diri.⁹ Memahami diri sendiri dan bertindak sesuai dengan pemahaman diri.¹⁰ Pengendalian diri, semangat, ketekunan dan motivasi diri.¹¹

Kecerdasan yang fokusnya memahami, mengenali, merasakan, mengelola dan memimpin perasaan sendiri dan orang lain serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadi dan sosial. Kecerdasan dalam memahami, mengenali, meningkatkan, mengelola dan memimpin motivasi diri sendiri dan orang lain serta mengaplikasikannya dalam kehidupan pribadi dan sosial. Kecerdasan dalam memahami, mengenali, meningkatkan, mengelola dan memimpin motivasi diri sendiri dan orang lain untuk mengoptimalkan fungsi energi, informasi, hubungan dan pengaruh bagi pencapaian-pencapaian tujuan yang dikehendaki dan ditetapkan.

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional. Bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spektrum kecerdasan yang lebar dengan tujuh varietas utama yaitu linguistik, matematika/logika, spasial, kinestetik, musik, interpersonal dan intrapersonal. Kecerdasan interpersonal dan kecerdasan intrapersonal untuk dijadikan sebagai dasar untuk mengungkap kecerdasan emosional pada diri individu. Menurutnya kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

Kecerdasan emosional merupakan sisi lain dari kecerdasan kognitif yang berperan dalam aktivitas manusia yang meliputi kesadaran diri dan kendali dorongan hati, ketekunan, semangat dan motivasi diri serta empati dan kecakapan sosial. Kecerdasan emosional lebih ditujukan kepada upaya mengenali, memahami dan mewujudkan emosi dalam porsi yang tepat dan upaya untuk mengelola emosi agar terkendali dan dapat memanfaatkan untuk memecahkan masalah kehidupan terutama yang terkait dengan hubungan antar manusia. Kemampuan menuntut diri untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain dan untuk menanggapi dengan tepat, menerapkan dengan efektif energi emosi dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari, serta merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

Salah satu komponen dalam kecerdasan emosi adalah memiliki empati. Empati adalah kemampuan seseorang untuk bisa ikut merasakan perasaan atau penderitaan orang lain hingga menyebabkan yang memberi empati menjadi tidak nyaman karena melihat orang lain menderita. Sikap empati adalah sebuah sikap yang melibatkan perasaan dari hati ke hati antara satu individu terhadap individu lainnya.¹²

Kecerdasan emosional lebih mengarah kepada objek yang berada di dalam dirinya yang nantinya juga akan terlihat kepada pengertian terhadap orang lain. Mampu memahami dan menerima sudut pandang orang lain. Mampu melakukan sesuatu dengan bijak kepada orang lain

⁹ Howard Garner, *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*, (Jakarta: Univ Terbuka, 2011), 120.

¹⁰ Amstrong, *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*, (Jakarta: Univ Terbuka, 2011), 93.

¹¹ Goleman, Daniel, *Dimensi Dimensi Pendidikan Karakter* (Jakarta : Erlangga, 2011), 154.

¹² Obet Nego Nego and Debby Christ Mondolu, *Peranan Emotional Spritual Quotient (ESQ) Dalam Doing Theology*, SCRIPTA: Jurnal Teologi Dan Pelayanan Kontekstual, 2.2 (2016), 68–87

sehingga dapat membina suatu hubungan yang baik dengan orang lain dan menumbuhkan rasa saling percaya, serta mampu untuk menyesuaikan dan menyeimbangkan diri dengan berbagai tipe hubungan.¹³

Berdasarkan hal tersebut di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan individu untuk dapat memahami dirinya sendiri, memahami kekuatan dan kelemahan diri, perasaannya dan kemampuan mengelola emosi diri sehingga mampu untuk memotivasi diri sehingga memunculkan sikap semangat tekun, percaya diri, tidak mudah putus asa, mampu mengekspresikan perasaan dan bekerja mandiri. Kecerdasan emosi sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Kecerdasan emosi merupakan sisi lain dari kecerdasan kognitif yang berperan dalam aktivitas manusia.

Pengertian Kemampuan Belajar Peserta Didik

Sejak lahir setiap orang telah memiliki potensi dan naluri. Potensi dan insting tersebut tidak serta merta berkembang dengan sendirinya melainkan adanya campur tangan manusia lain. Oleh sebab itu perlu adanya kegiatan belajar untuk membantu setiap orang mengembangkan semua potensinya. Dalam pertumbuhannya, manusia juga mengalami perkembangan otak. Otak merupakan mesin penggerak segala fungsi dan aktivitas tubuh manusia. Kecerdasan, kreativitas, emosional dan ingatan diatur oleh otak.¹⁴ Otak bekerja karena adanya stimulus atau ransangan sehingga memberi perintah untuk melakukan suatu aktivitas terhadap tubuh.

Belajar merupakan tindakan dan perilaku peserta didik yang kompleks. Sebagai tindakan, maka belajar hanya dialami oleh peserta didik sendiri. Peserta didik adalah penentu terjadinya atau tidak terjadinya proses belajar.¹⁵ Proses belajar mengajar merupakan kegiatan berkesinambungan yang tujuan utamanya adalah peserta didik dapat menyerap materi pelajaran. Oleh karena itu, belajar merupakan kewajiban setiap manusia untuk menimba atau menuntut ilmunya sebagai dasar dari seseorang untuk berprestasi. Sedangkan menurut Syaiful Bahri Djamarah, belajar adalah serangkaian kegiatan jiwa raga untuk memperoleh suatu perubahan baik tingkah laku maupun pengetahuan sebagai hasil dari pengalaman individu dalam interaksi dengan lingkungannya yang menyangkut kognitif, afektif, dan psikomotorik.¹⁶

Kemampuan belajar adalah perubahan tingkah laku yang diperoleh peserta didik setelah melakukan proses belajar. Perolehan aspek perubahan perilaku tersebut tergantung pada apa yang dipelajari oleh peserta didik.¹⁷ Kemampuan belajar dinyatakan dalam klasifikasi yang dikembangkan oleh Benyamin S. Bloom, dalam sistem pendidikan nasional rumusan tujuan

¹³ Ridwan Saptoto, 'Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kemampuan Coping Adaptif', 37.1 (2010), 13-22

¹⁴ Yusra Firdaus, <https://hellosehat.com/hidup-sehat/tahapan-perkembangan-otak-manusia/>, diakses pada 21 November 2022, pukul 9:19 WIB.

¹⁵ Rahma Safitri, Endang Purwaningsih, dan Husni, Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Hasil Belajar Ekonomi Siswa kelas XII IPS SMAN 9 Pontianak, *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, Vol. 5, No. 3, 2

¹⁶ Djamarah, S.B., *Psikologi Belajar*, (Yogyakarta : Rineka Cipta, 2000), 22.

¹⁷ 7 M. Yusuf T, Mutmainah Amin, Pengaruh Mind Map Dan Gaya Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa, Tadris: *Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah* 01, Vol. 1, Tahun 2016, 85-92

pendidikan mengacu pada klasifikasi kemampuan belajar dari Bloom yang secara garis besar yaitu aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotor.¹⁸

Kemampuan belajar kognitif adalah perubahan perilaku yang terjadi dalam kawasan kognisi. Proses belajar yang melibatkan kognisi meliputi kegiatan sejak dari penerimaan stimulus eksternal oleh sensori, penyimpanan, dan pengolahan dalam otak menjadi informasi hingga pemanggilan kembali informasi ketika diperlukan untuk menyelesaikan masalah. Sedangkan menurut Arikunto, penilaian ranah kognitif bertujuan untuk mengukur pengembangan penalaran. Kemampuan belajar afektif yaitu dibagi menjadi lima tingkat yang berisi tentang penerimaan, partisipasi, penilaian, organisasi, dan internalisasi. Sehubungan dengan tujuan penilaian maka yang menjadi sasaran penilaian kawasan afektif adalah perilaku peserta didik bukan pengetahuannya. Kemampuan belajar psikomotorik dilakukan terhadap hasil-hasil belajar berupa penampilan. Namun demikian, biasanya pengukuran ranah ini disatukan atau dimulai dengan pengukuran kognitif sekaligus. Simpson mengklasifikasikan kemampuan belajar psikomotorik menjadi enam yaitu persepsi, kesiapan, gerakan, terbimbing, gerakan terbiasa, gerakan kompleks, dan kreativitas.¹⁹

Penentuan nilai akhir oleh seorang pendidik terhadap peserta didiknya pada dasarnya merupakan pemberian dan penentuan pendapat pendidik tersebut terhadap peserta didiknya, terutama mengenai perkembangan, kemajuan dan hasil-hasil yang telah dicapai peserta didik yang berada dibawah asuhannya, setelah mereka menempuh proses pembelajaran dalam jangka waktu tertentu.²⁰ Sehingga dalam menentukan nilai akhir yang merupakan lambang dari tingkat keberhasilan peserta didik menjadi tugas dan kewajiban guru untuk menentukan prestasi peserta didiknya.

Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Kemampuan Belajar

Berbicara tentang peserta didik tidak terlepas dari membahas tentang pengetahuan. Sebagai seorang peserta didik tentunya sangat penting untuk memiliki pengetahuan yang bisa berguna bagi masa depannya. Peserta didik di Sekolah Menengah Pertama Sunodia, mendapatkan pengetahuan bukanlah hal yang baru. Hal ini dikarenakan Sekolah Menengah Pertama Kristen Sunodia Samarinda tujuan utamanya dalam mendirikan sekolah adalah supaya peserta didik yang ada bisa mendapatkan pengetahuan. Manfaat pengetahuan yaitu akan menghasilkan peserta didik yang akan memiliki karakter yang terbaik, serta meningkatkan kemampuan peserta didik. Cara untuk mendapatkan pengetahuan adalah rajin belajar, membaca buku serta artikel berita. Pengetahuan sangat penting bagi peserta didik karena pengetahuan akan meningkatkan kemampuan peserta didik, mengerti segala sesuatu serta akan membantu di masa depan.

Teknologi adalah alat yang diciptakan oleh manusia. Dengan pemikiran manusia yang berpandangan bebas, luas dan terbuka saat ini, manusia ingin sesuatu yang didapatkan dengan mudah dan cepat, tidak membuang-buang waktu. Walaupun nanti pada akhirnya dengan kemajuan

¹⁸ Rahma Diani, Yuberti, Shella Syafitri, Uji Effect Size Model Pembelajaran Scramble Dengan Media Video Terhadap Hasil Belajar Fisika Peserta Didik Kelas X Man 1 Pesisir Barat, *Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika Al-Biruni*, Vol. 05, No. 2, Tahun 2016, 269

¹⁹ Sri Hastutik, Penerapan Media Audio Visual untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII pada pembelajaran PKN di SMP N 25 Pekanbaru, *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 4, No. 1, Tahun 2020, 360.

²⁰ Anas Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2016), 431

teknologi akan menggantikan peran manusia dalam melakukan pekerjaan. Namun, yang perlu diketahui adalah salah satu sisi yang tidak akan pernah bisa digantikan oleh teknologi yang ada dalam diri manusia yaitu sisi kemanusiaannya yaitu emosi atau perasaan. Teknologi tidak memiliki emosi tetapi manusia memiliki emosi.

Salah satu ciri dari kecerdasan emosi yang tinggi menurut Daniel Goleman adalah berempati dan berdoa.²¹ Berdoa merupakan bagian dari domain praktek keagamaan pribadi seseorang. Berdoa itu sendiri biasanya dilakukan oleh manusia beragama yang menunjukkan adanya keterikatan antara manusia dengan Tuhannya. Ketika seseorang telah merasa memiliki keterikatan dengan Tuhan maka orang tersebut akan memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola emosinya, itu terjadi karena ia percaya apapun yang terjadi merupakan kehendak dari Tuhan. Lain dengan berdoa, empati merupakan salah satu keterikatan antar sesama manusia, dimana dalam kehidupan rohani keterikatan antar sesama juga merupakan hal yang sangat penting dalam hidup. Keterikatan antar sesama dapat meringankan masalah yang dihadapi seseorang karena seseorang yang memiliki masalah dapat meminta bantuan dari orang lain. Dengan adanya sikap yang mau untuk berdoa, berempati mampu menolong setiap peserta didik dalam menghadapi frustrasi, mampu mengendalikan dorongan hati, dan mampu menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikirnya akan berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan belajarnya.

Sekarang ini pendidikan dianggap sebagai jalan menuju sukses sehingga banyak peserta didik berlomba-lomba untuk bisa masuk ke sekolah internasional, untuk mempersiapkan dirinya supaya punya masa depan yang lebih baik. Kesuksesan yang ingin dicapai oleh peserta didik, sebenarnya terdapat dalam Amsal 1:7. Takut akan Tuhan adalah permulaan pengetahuan, memiliki hikmat dan didikan sehingga bukan hanya pandai dalam melakukan sesuatu tetapi melakukannya dengan benar, adil dan jujur. Kecerdasan emosi takut akan Tuhan yang ada pada peserta didik akan memungkinkan mereka untuk mengerti bagaimana harus hidup, bagaimana harus mengatasi masalah, bagaimana harus mengambil keputusan dan bagaimana harus berdiri tegak di tengah badai kehidupan.

Manfaat dari takut akan Tuhan, maka peserta didik akan mendapatkan pengetahuan, hikmat dan didikan (Amsal 1:7). Ketiga hal tersebut merupakan manfaat yang terbesar yang dimiliki oleh peserta didik ketika mereka takut akan Tuhan menurut kitab Amsal. Untuk dapat menerapkan konsep takut akan Tuhan dalam kehidupan peserta didik, maka kitab Amsal memberikan pengajaran, perintah dan petunjuk yang praktis bagaimana cara menjalani hidup setiap hari yang benar-benar sesuai dengan pengenalan akan Tuhan.

Kurangnya pemahaman peserta didik dalam menerapkan kecerdasan emosi tentang takut akan Tuhan yang akan menolong mereka mengalami peningkatan dalam kemampuan belajar. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Suwarjo, yang menemukan bahwa 46,79% peserta didik Sekolah Menengah Atas di Kota Yogyakarta mengatasi kejenuhan belajar dengan memperbanyak berdoa.²² Kecerdasan emosi merupakan kemampuan memotivasi diri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berfikir,

²¹ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosi)*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama),

²² *Ibid.*,13

berempati dan berdoa.²³ Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mar Atus Solihah pada peserta didik kelas XI SMA Negeri 11 Yogyakarta, menyatakan hal yang sama bahwa memiliki kecerdasan emosi dalam kategori yang tinggi, ini berarti di sekolah tersebut memiliki kemampuan untuk memotivasi diri sehingga peserta didik mampu bangkit ketika mengalami sebuah kegagalan maka akan mengalami kejenuhan dalam belajar. Dapat diketahui bahwa salah satu aspek kejenuhan belajar adalah hilangnya motivasi pada peserta didik yang mengalaminya.²⁴

Kecerdasan emosi sangat berpengaruh terhadap kemampuan belajar seseorang. Emosi menunjuk pada suatu kemampuan untuk memahami perasaan diri masing-masing dan perasaan orang lain. Kemampuan untuk memotivasi dirinya sendiri dan menata dengan baik emosi-emosi yang muncul dalam dirinya sendiri dan dalam berhubungan dengan orang lain. Sehingga tidak salah jika para ahli ilmu jiwa mengatakan bahwa IQ itu hanya mempunyai 20 % dalam keberhasilan hidup manusia, sedangkan sisanya yaitu 80% akan ditentukan oleh faktor lain, termasuk didalamnya faktor terpenting adalah kecerdasan emosi (EQ).²⁵

Dalam proses kemampuan belajar siswa, baik IQ maupun EQ keduanya sangat diperlukan. IQ tidak dapat berfungsi dengan baik tanpa partisipasi dari EQ terhadap mata pelajaran yang disampaikan di sekolah. Keseimbangan antara IQ dan EQ merupakan kunci keberhasilan belajar siswa di sekolah. Pendidikan di sekolah bukan hanya perlu mengembangkan intelektual siswa saja, melainkan juga perlu mengembangkan EQ juga.

Hal-hal yang dapat mendorong siswa atau peserta didik untuk meningkatkan kemampuan belajar adalah:²⁶ *Pertama*, Adanya sifat ingin tahu dan menyelidiki dunia yang amant luas. *Kedua*, Adanya sifat yang kreatif yang ada pada manusia dan keinginan untuk selalu maju. *Ketiga*, Adanya keinginan untuk mendapatkan simpati dari orang tua, guru, dan teman. Adanya uasaha untuk memperbaiki kegagalan yang lalu dengan usaha yang baru, baik dengan koprasi maupun dengan kompetisi. *Keempat*, Adanya usaha untuk mendapatkan rasa aman bila menguasai pelajaran. *Kelima*, Adanya ganjaran atau hukuman sebagai konsekwensi dari belajar.

Pada orang-orang yang murni hanya memiliki kecerdasan akademis tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat. Bila didukung dengan rendahnya taraf kecerdasan emosionalnya, maka orang-orang seperti ini sering menjadi sumber masalah. Karena sifat-sifat di atas, bila seseorang memiliki IQ tinggi namun taraf kecerdasan emosionalnya rendah maka cenderung akan terlihat sebagai orang yang keras kepala, sulit bergaul, mudah frustrasi, tidak mudah percaya kepada orang lain, tidak peka dengan kondisi lingkungan dan cenderung putus asa bila mengalami stress. Kondisi sebaliknya, dialami oleh orang-orang yang memiliki taraf IQ rata-rata namun memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

Peserta didik yang memiliki kecerdasan emosi tinggi juga mampu menghadapi frustasi dan mampu mengendalikan dorongan hati sehingga kecenderungan peserta didik dalam mengalami kelelahan emosi sebagai salah satu aspek kejenuhan belajar rendah. Semua itu terjadi karena ketika

²³ Daniel Goleman, 12

²⁴ Mar Atus Solihah, *Hubungan Religiusitas dan Kecerdasan Emosi (Emotional Intelligence) Dengan Tingkat Kejenuhan Belajar pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 11 Yogyakarta*, 2016, 102

²⁵ Goleman, D, *Emotional Intelligence Kecerdasan Emosional Mengapa EQ Lebih Penting daripada IQ*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2004), 44.

²⁶ Winkel, *Psikolog Pengajaran*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2004), 306.

peserta didik mengalami kegagalan maka tidak akan mengalami frustrasi yang berlebihan dan mampu mengendalikan dorongan-dorongan negatif yang muncul dari hati. Selain itu, peserta didik yang memiliki kecerdasan emosi tinggi akan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikirnya sehingga mereka tidak mengalami kelelahan secara kognitif dan emosi.

Dampak kecerdasan emosi untuk meningkatkan kemampuan belajar peserta didik tentang pengetahuan adalah dengan adanya pengetahuan peserta didik akan memahami, mengerti, tentang segala sesuatu tidak terkecuali dalam hubungannya dengan Tuhan. Dampak kecerdasan emosi untuk meningkatkan kemampuan belajar tentang mendapatkan hikmat yaitu akan memungkinkan peserta didik untuk mampu bekerjasama, memiliki sikap yang taat, dan suka mendengar. Sedangkan dampak kecerdasan emosi untuk meningkatkan kemampuan belajar peserta didik tentang didikan adalah didikan yang diberikan dalam hal ini teguran, petunjuk, kedisiplinan dan taat aturan.

IV. KESIMPULAN

Kecerdasan emosi adalah faktor yang penting yang seharusnya dimiliki oleh siswa atau peserta didik yang memiliki kebutuhan untuk meraih kemampuan belajar yang baik di sekolah. Siswa atau peserta didik dengan kecerdasan emosi yang berkembang baik maka besar kemungkinan akan berhasil dalam pelajaran, menguasai kebiasaan pikiran yang mendorong produktivitas mereka. Sebaliknya siswa atau peserta didik yang tidak dapat menghimpun kendali tertentu atas kehidupan emosinya akan mengalami pertarungan batin yang merampas kemampuan mereka untuk berkonsentrasi pada pelajaran ataupun untuk memiliki pikiran yang jernih, sehingga siswa atau peserta didik tersebut tidak dapat berprestasi.

Kecerdasan emosi adalah bagian dari kecerdasan sosial. Artinya, melibatkan kemampuan perasaan sosial dalam hubungannya dengan orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan. Kecerdasan emosi, sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosi. Keterampilan EQ bukanlah lawan keterampilan IQ atau keterampilan kognitif, namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Selain itu, EQ tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan.

REFERENSI

- Anas Sudijono, Anas. 2016. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Amstrong. 2011. *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*. Jakarta: Univ Terbuka.
- Garner, Howard. 2011. *Pengembangan Kecerdasan Majemuk*. Jakarta: Univ Terbuka
- Goleman, Daniel. 2011. *Dimensi Dimensi Pendidikan Karakter*. Jakarta : Erlangga.
- Goleman, Daniel. 2004. *Emotional Intelligence Kecerdasan Emosional Mengapa EQ Lebih Penting daripada IQ*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. 2000. *Working with Emotional Intelligence*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Meyer & Henry R. 2009. *Manajemen dengan Kecerdasan Emosional*. Bandung : Nuansa.

- M. Yusuf T, Mutmainah Amin, Pengaruh Mind Map Dan Gaya Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa, Tadris: *Jurnal Keguruan dan Ilmu Tarbiyah 01*, Vol. 1, Tahun 2016.
- Rahma Diani, Yuberti, Shella Syafitri, Uji Effect Size Model Pembelajaran Scramble Dengan Media Video Terhadap Hasil Belajar Fisika Peserta Didik Kelas X Man 1 Pesisir Barat, *Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika Al-Biruni*, Vol. 05, No. 2, Tahun 2016.
- Rahma Safitri, Endang Purwaningsih, dan Husni, Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Hasil Belajar Ekonomi Siswa kelas XII IPS SMAN 9 Pontianak, *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, Vol. 5, No. 3, 2
- Sri Hastutik, Penerapan Media Audio Visual untuk meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII pada pembelajaran PKN di SMP N 25 Pekanbaru, *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 4, No. 1, Tahun 202
- S.B, Djamarah. 2000. *Psikologi Belajar*. Yogyakarta : Rineka Cipta.
- Sumantri, S.M. 2015. *Pengantar Pendidikan. Hakikat Manusia dan Pendidikan*. MKDK4001/MODUL1.
- Winkel. 2004. *Psikolog Pengajaran*. Yogyakarta: Media Abadi.
- Winkel,WS. 1997. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar* . Jakarta: Gramedia