BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Prestasi Belajar

1. Pengertian Prestasi Belajar

Untuk mendapatkan suatu prestasi tidaklah semudah yang dibayangkan, karena memerlukan perjuangan dan pengorbanan dengan berbagai tantangan yang harus dihadapi. Penilaian terhadap hasil belajar siswa untuk mengetahui sejauh mana ia telah mencapai sasaran belajar inilah yang disebut sebagai prestasi belajar. Seperti yang dikatakan oleh Winkel (1997 : 168) bahwa proses belajar yang dialami oleh siswa menghasilkan perubahan-perubahan dalam bidang pengetahuan dan pemahaman, dalam bidang nilai, sikap dan keterampilan. Adanya perubahan tersebut tampak dalam prestasi belajar yang dihasilkan oleh siswa terhadap pertanyaan, persoalan atau tugas yang diberikan oleh guru. Melalui prestasi belajar siswa dapat mengetahui kemajuan-kemajuan yang telah dicapainnya dalam belajar.

Sedangkan Martaniah dalam Sia Tjundjing (2000 : 71) berpendapat bahwa prestasi belajar merupakan hasil kegiatan belajar, yaitu sejauh mana peserta didik menguasai bahan pelajaran yang diajarkan, yang diikuti oleh munculnya perasaan puas bahwa ia telah melakukan sesuatu dengan baik. Hal ini berarti prestasi belajar hanya bisa diketahui jika telah dilakukan penilaian terhadap hasil belajar siswa.

Menurut Logan, dkk (1976) dalam Sia Tjundjing (2001 : 70) belajar dapat diartikan sebagai perubahan tingkah laku yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan latihan. Senada dengan hal tersebut, Winkel (1997 : 193) berpendapat bahwa belajar pada manusia dapat dirumuskan sebagai suatu aktivitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan dan nilai sikap. Perubahan itu bersifat relatif *konstan* dan berbekas.

Menurut Poerwodarminto (Mila Ratnawati, 1996 : 206) yang dimaksud dengan prestasi adalah hasil yang telah dicapai, dilakukan atau dikerjakan oleh seseorang. Sedangkan prestasi belajar itu sendiri diartikan sebagai prestasi yang dicapai oleh seorang siswa pada jangka waktu tertentu dan dicatat dalam buku rapor sekolah.

Dari beberapa definisi di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa prestasi belajar merupakan hasil usaha belajar yang dicapai seorang siswa berupa suatu kecakapan dari kegiatan belajar bidang akademik di sekolah pada jangka waktu tertentu yang dicatat pada setiap akhir semester di dalam bukti laporan yang disebut rapor.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar.

Untuk meraih prestasi belajar yang baik, banyak sekali faktor yang perlu diperhatikan, karena di dalam dunia pendidikan tidak sedikit siswa yang mengalami kegagalan. Kadang ada siswa yang memiliki dorongan yang kuat untuk berprestasi dan kesempatan untuk meningkatkan prestasi,

tapi dalam kenyataannya prestasi yang dihasilkan di bawah kemampuannya. (Winkle, 1997 : 155)

Untuk meraih prestasi belajar yang baik banyak sekali faktor-faktor yang perlu diperhatikan. Menurut Sumadi Suryabrata (1998 : 233) dan Shertzer dan Stone (Winkle, 1997 : 591), secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan prestasi belajar dapat digolongkan menjadi dua bagian, yaitu faktor internal dan faktor eksternal

a. Faktor internal

Merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa yang dapat mempengaruhi prestasi belajar. Faktor ini dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu :

1) Faktor fisiologis

Dalam hal ini, faktor fisiologis yang dimaksud adalah faktor yang berhubungan dengan kesehatan dan panca indera.

a) Kesehatan badan

Untuk dapat menempuh studi yang baik siswa perlu memperhatikan dan memelihara kesehatan tubuhnya. Keadaan fisik yang lemah dapat menjadi penghalang bagi siswa dalam menyelesaikan program studinya. Dalam upaya memelihara kesehatan fisiknya, siswa perlu memperhatikan pola makan dan pola tidur, untuk memperlancar metabolisme dalam tubuhnya.

Selain itu, juga untuk memelihara kesehatan bahkan juga dapat meningkatkan ketangkasan fisik dibutuhkan olahraga yang teratur.

b) Panca indera

Berfungsinya panca indera merupakan syarat dapatnya belajar itu berlangsung dengan baik. Dalam sistem pendidikan dewasa ini di antara panca indera itu yang paling memegang peranan dalam belajar adalah mata dan telinga. Hal ini penting, karena sebagian besar hal-hal yang dipelajari oleh manusia dipelajari melalui penglihatan dan pendengaran. Dengan demikian, seorang anak yang memiliki cacat fisik atau bahkan cacat mental akan menghambat dirinya didalam menangkap pelajaran, sehingga pada akhirnya akan mempengaruhi prestasi belajarnya di sekolah.

2) Faktor psikologis

Ada banyak faktor psikologis yang dapat mempengaruhi prestasi belajar siswa, antara lain adalah :

a) Inteligensi

Pada umumnya, prestasi belajar yang ditampilkan siswa mempunyai kaitan yang erat dengan tingkat kecerdasan yang dimiliki siswa. Menurut Binet (Winkle,1997 : 529) hakikat inteligensi adalah kemampuan untuk menetapkan dan mempertahankan suatu tujuan, untuk mengadakan suatu

penyesuaian dalam rangka mencapai tujuan itu dan untuk menilai keadaan diri secara kritis dan objektif. Taraf inteligensi ini sangat mempengaruhi prestasi belajar seorang siswa, di mana siswa yang memiliki taraf inteligensi tinggi mempunyai peluang lebih besar untuk mencapai prestasi belajar yang lebih tinggi. Sebaliknya, siswa yang memiliki taraf inteligensi yang rendah diperkirakan juga akan memiliki prestasi belajar yang rendah. Namun bukanlah suatu yang tidak mungkin jika siswa dengan taraf inteligensi rendah memiliki prestasi belajar yang tinggi, juga sebaliknya.

b) Sikap

Sikap yang pasif, rendah diri dan kurang percaya diri dapat merupakan faktor yang menghambat siswa dalam menampilkan prestasi belajarnya. Menurut Sarlito Wirawan (1997 : 233) sikap adalah kesiapan seseorang untuk bertindak secara tertentu terhadap hal-hal tertentu. Sikap siswa yang positif terhadap mata pelajaran di sekolah merupakan langkah awal yang baik dalam proses belajar mengajar di sekolah.

c) Motivasi

Menurut Irwanto (1997 : 193) motivasi adalah penggerak perilaku. Motivasi belajar adalah pendorong seseorang untuk belajar. Motivasi timbul karena adanya keinginan atau kebutuhan-kebutuhan dalam diri seseorang. Seseorang berhasil dalam belajar

karena ia ingin belajar. Sedangkan menurut Winkle (1991 : 39) motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar itu; maka tujuan yang dikehendaki oleh siswa tercapai. Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual. Peranannya yang khas ialah dalam hal gairah atau semangat belajar, siswa yang termotivasi kuat akan mempunyai banyak energi untuk melakukan kegiatan belajar.

b. Faktor eksternal

Selain faktor-faktor yang ada dalam diri siswa, ada hal-hal lain di luar diri yang dapat mempengaruhi prestasi belajar yang akan diraih, antara lain adalah :

1) Faktor lingkungan keluarga

a) Sosial Ekonomi Keluarga

Dengan sosial ekonomi yang memadai, seseorang lebih berkesempatan mendapatkan fasilitas belajar yang lebih baik, mulai dari buku, alat tulis hingga pemilihan sekolah.

b) Pendidikan Orang Tua

Orang tua yang telah menempuh jenjang pendidikan tinggi cenderung lebih memperhatikan dan memahami pentingnya pendidikan bagi anak-anaknya, dibandingkan dengan yang mempunyai jenjang pendidikan yang lebih rendah.

c) Perhatian Orang Tua Dan Suasana Hubungan Antara Anggota Keluarga

Dukungan dari keluarga merupakan suatu pemacu semangat berprestasi bagi seseorang. Dukungan dalam hal ini bisa secara langsung, berupa pujian atau nasihat maupun secara tidak langsung seperti hubungan keluarga yang harmonis.

2) Faktor lingkungan sekolah

a) Sarana Dan Prasarana

Kelengkapan fasilitas sekolah, seperti papan tulis, OHP akan membantu kelancaran proses belajar mengajar di sekolah. Selain bentuk ruangan, sirkulasi udara dan lingkungan sekitar sekolah juga dapat mempengaruhi proses belajar mengajar

b) Kompetensi Guru Dan Siswa

Kualitas guru dan siswa sangat penting dalam meraih prestasi, kelengkapan sarana dan prasarana tanpa disertai kinerja yang baik dari para penggunanya akan sia-sia belaka. Bila seorang siswa merasa kebutuhannya untuk berprestasi dengan baik di sekolah terpenuhi, misalnya dengan tersedianya fasilitas dan tenaga pendidik yang berkualitas, yang dapat memenuhi rasa ingin tahuannya, hubungan dengan guru dan teman-temannya berlangsung harmonis, maka siswa akan memperoleh iklim belajar yang menyenangkan.

Dengan demikian, ia akan terdorong untuk terus-menerus meningkatkan prestasi belajarnya.

c) Kurikulum Dan Metode Mengajar

Hal ini meliputi materi dan bagaimana cara memberikan materi tersebut kepada siswa. Metode pembelajaran yang lebih interaktif sangat diperlukan untuk menumbuhkan minat dan peran serta siswa dalam kegiatan pembelajaran. Sarlito Wirawan (1994 : 122) mengatakan bahwa faktor yang paling penting adalah faktor guru. Jika guru mengajar dengan arif bijaksana, tegas, memiliki disiplin tinggi, luwes dan mampu membuat siswa menjadi senang akan pelajaran, maka prestasi belajar siswa akan cenderung tinggi, paling tidak siswa tersebut tidak bosan dalam mengikuti pelajaran.

3) Faktor lingkungan masyarakat

a) Sosial Budaya

Pandangan masyarakat tentang pentingnya pendidikan akan mempengaruhi kesungguhan pendidik dan peserta didik. Masyarakat yang masih memandang rendah pendidikan akan enggan mengirimkan anaknya ke sekolah dan cenderung memandang rendah pekerjaan guru/pengajar

b) Partisipasi Terhadap Pendidikan

Bila semua pihak telah berpartisipasi dan mendukung kegiatan pendidikan, mulai dari pemerintah (berupa kebijakan dan

anggaran) sampai pada masyarakat bawah, setiap orang akan lebih menghargai dan berusaha memajukan pendidikan dan ilmu pengetahuan.

3. Aspek – Aspek Prestasi Belajar

Aspek prestasi belajar dibagi menjadi tiga yaitu:

1) Aspek kognitif

Yang termasuk kemampuan kognitif adalah:

a) Mengetahui, yaitu kemampuan mengingat apa yang sudah dipelajari.

b) Memahami, yaitu kemampuan menangkap makna yang baru dipelajari.

c) Menerapkan, yaitu kemampuan untuk mengggunakan hal yang sudah dipelajari ke dalam sesuatu yang baru dan konkrit.

d) Menganalisa, yaitu kemampuan untuk memerinci hal yang dipelajari ke dalam unsur-unsurnya agar struktur organisasinya dapat dimengerti.

e) Mensintesis, yaitu kemampuan untuk mengaplikasikan bagian-bagian untuk membentuk satu kesatuan yang baru.

f) Mengevaluasi, yaitu kemampuan untuk menentukan nilai sesuatu yang dipelajari untuk suatu tujuan yang tertentu.

2) Aspek afektif

a) Menerima (receiving), yaitu kesedian untuk memperhatikan.

b) Menanggapi, yaitu aktif berpatisipasi.

c) Menghargai, yaitu penghargaan terhadap benda, gejala, perbuatan tertentu.

d) Membentuk, yaitu memadukan nilai-nilai yang berbeda menyelesaikan pertentangan dan membentuk sistem nilai yang bersifat konsisten internal.

e) Berpribadi, yaitu mempunyai sistem nilai yang mengendalikan perbuatan untuk menumbuhkan *life skill* yang mantap.

3) Aspek psikomotor

Yang dimaksud dengan kemampuan psikomotor adalah kemampuan yang menyangkut kegiatan otot dan kekuatan fisik. Jadi tekanan kemampuan yang menyangkut koordinasi syaraf otot, menyangkut penguasaan tubuh dan gerak. Kemampuan psikomotor menyangkut kegiatan fisik yang meliputi kegiatan melempar, mengangkat, berlari dan sebagainnya. Walaupun telah diklasifikasikan dalam tiga aspek sebenarnya antara kognitif dan afektif maupun psikomotor mengajar harus memperhatikan hal-hal di bawah ini:

a) Apa yang ingin dicapai di dalam proses belajar mengajar.

b) Bagaimana murid harus belajar.

c) Metode dan bahan apa yang dapat berhasil guna dalam proses belajar mengajar.

d) Perubahan tingkah laku yang diharapkan dapat dihasilkan dalam proses belajar mengajar.

(http://id.shvoong.com/social-sciences/education/2137401-aspek-aspek-prestasi-belajar/)

4. Pengukuran Prestasi Belajar

Dalam dunia pendidikan, menilai merupakan salah satu kegiatan yang tidak dapat ditinggalkan. Menilai merupakan salah satu proses belajar dan mengajar. Di Indonesia, kegiatan menilai prestasi belajar bidang akademik di sekolah-sekolah dicatat dalam sebuah buku laporan yang disebut rapor. Dalam rapor dapat diketahui sejauhmana prestasi belajar seorang siswa, apakah siswa tersebut berhasil atau gagal dalam suatu mata pelajaran.

Didukung oleh pendapat Sumadi Suryabrata (1998 : 296) bahwa rapor merupakan perumusan terakhir yang diberikan oleh guru mengenai kemajuan atau hasil belajar murid-muridnya selama masa tertentu. Syaifuddin Azwar (1998 : 11) menyebutkan bahwa ada beberapa fungsi penilaian dalam pendidikan, yaitu :

a. Penilaian berfungsi selektif (fungsi sumatif)

Fungsi penilaian ini merupakan pengukuran akhir dalam suatu program dan hasilnya dipakai untuk menentukan apakah siswa dapat dinyatakan lulus atau tidak dalam program pendidikan tersebut.

Dengan kata lain penilaian berfungsi untuk membantu guru mengadakan seleksi terhadap beberapa siswa, misalnya :

1) Memilih siswa yang akan diterima di sekolah
2) Memilih siswa untuk dapat naik kelas
3) Memilih siswa yang seharusnya dapat beasiswa

b. Penilaian berfungsi diagnostik

Fungsi penilaian ini selain untuk mengetahui hasil yang dicapai siswa juga mengetahui kelemahan siswa sehingga dengan adanya penilaian, maka guru dapat mengetahui kelemahan dan kelebihan masing-masing siswa.

c. Penilaian berfungsi sebagai penempatan (*placement*)

Setiap siswa memiliki kemampuan berbeda satu sama lain. Penilaian dilakukan untuk mengetahui di mana seharusnya siswa tersebut ditempatkan sesuai dengan kemampuannya yang telah diperlihatkannya pada prestasi belajar yang telah dicapainya. Sebagai contoh penggunaan nilai rapor SMA kelas XI IPA menentukan kenaikan kelas ke tingkat yang lebih tinggi.

d. Penilaian berfungsi sebagai pengukur keberhasilan (fungsi formatif)

Penilaian berfungsi untuk mengetahui sejauh mana suatu program dapat diterapkan. Sebagai contoh adalah raport di setiap semester di sekolah-sekolah tingkat dasar dan menengah dapat dipakai untuk mengetahui apakah program pendidikan yang telah diterapkan

berhasil diterapkan atau tidak pada siswa tersebut.

Raport biasanya mengambil nilai dari angka 1 sampai dengan 10, terutama pada siswa SD sampai SMU, tetapi dalam kenyataan nilai terendah dalam rapor yaitu 4 dan nilai tertinggi 9. Nilai-nilai di bawah 5 berarti tidak baik atau buruk, sedangkan nilai-nilai di atas 5 berarti cukup baik, baik dan sangat baik.

Dalam menentukan batas minimal keberhasilan belajar siswa selalu berkaitan dengan upaya mengungkapkan hasil belajar. Ada beberapa alternatif norma pengukuran tingkat keberhasilan siswa telah mengikuti proses belajar-mengajar. Diantara norma tersebut ialah:

1. Norma skala angka dari 0 sampai 10
2. Norma skala angka dari 0 sampai 100

Angka terendah yang menyatakan kelulusan/ keberhasilan belajar *(passing grade)* skala 0 - 10 adalah 5,5 atau 6, sedangkan untuk skala 0 - 100 adalah 55 atau 60. Namun demikian, kiranya perlu dipertimbangkan oleh para guru sekolah penetapan *passing grade* yang lebih tinggi (misalnya 65 atau 70) untuk pelajaran-pelajaran inti (*core subject)* yaitu meliputi bahasa dan matematika, karena dua bidang studi ini (tanpa mengurangi pentingnya bidang-bidang studi lainya) merupakan ‘kunci pintu’ pengetahuan-pengetahuan lainya. Pengkhususan *passing grade* seperti ini sudah berlaku umum di negara-negara maju dan meningkatkan kemajuan belajar siswa dalam bidang studi lainya. Adapun perhitungan nilai rata-rata pada raport yang diambil sebagai data dalam penelitian skripsi ini adalah sebagai berikut:

Dalam penelitian ini pengukuran prestasi belajar menggunakan penilaian sebagai pengukur keberhasilan (fungsi formatif), yaitu nilai-nilai raport pada akhir masa semester I.

Penilaian rapor berdasarkan rumus:

$$\text{Rata-rata (tanpa remidi)} = \frac{UH1+UH2+UH3+UH4+UH5}{5}$$

$$\text{Rata-rata (pernah remidi)} = \frac{UH1+UH2+R+UH4+R}{5}$$

Keterangan :

UH = Ulangan harian, termasuk di dalamnya tes tulis, tes non tulis, UTS dan UAS

R = Nilai Remidi.

5. Prestasi Belajar Dalam Perspektif Islam

Dijelaskan dalam Al-Qur'an Surat Al-Mujaddalah: ayat 11, yaitu:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِذَا قِيلَ لَكُمۡ تَفَسَّحُواْ فِي ٱلۡمَجَٰلِسِ فَٱفۡسَحُواْ يَفۡسَحِ ٱللَّهُ لَكُمۡۖ وَإِذَا قِيلَ ٱنشُزُواْ فَٱنشُزُواْ يَرۡفَعِ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ مِنكُمۡ وَٱلَّذِينَ أُوتُواْ ٱلۡعِلۡمَ دَرَجَٰتٖۚ وَٱللَّهُ بِمَا تَعۡمَلُونَ خَبِيرٞ ١١

Artinya : Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majelis", maka lapangkanlah niscaya allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman diantaramu dan

orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.(Surat Al-Mujaddalah : ayat : 11).

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa Islam memotivasi umatnya untuk selalu belajar dan menggunakan ilmu pengetahuanya, dan Islam juga menganjurkan untuk berijtihad menyebarkan ilmu pengetahuan tersebut. Islam tidak juga mencukupkan untuk belajar, bahkan menghendaki supaya seseorang itu terus menerus melakukan pembahasan dan belajar. Ilmu dalam hal ini tentu saja tidak hanya berupa pengetahuan agama tetapi juga berupa pengetahuan yang relevan dengan tuntunan zaman. Allah menciptakan manusia dengan anugerah yang lengkap, memberi manusia akal, mata, pendengaran dan jasmani yang kuat supaya manusia bisa menuntut ilmu. Dalam masalah akal Allah berfirman dalam Surat Al-Zumar ayat 9 :

أَمَّنْ هُوَ قَٰنِتٌ ءَانَآءَ ٱلَّيْلِ سَاجِدًا وَقَآئِمًا يَحْذَرُ ٱلْأَخِرَةَ وَيَرْجُواْ رَحْمَةَ رَبِّهِۦ ۗ قُلْ هَلْ يَسْتَوِى ٱلَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَٱلَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ۗ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُوْلُواْ ٱلْأَلْبَٰبِ ﴿٩﴾

Artinya: “Katakanlah apakah sama orang-orang yang mengetahui dengan orang-orang yang tidak mengetahui? Sesungguhnya, hanya orang-orang yang barakallah yang mampu menerima pelajaran” (QS : Surat Al-Zumar Ayat : 9).

Ayat tersebut menjelaskan bahwa manusia diberikan kelebihan akal untuk belajar, karena dalam ayat tersebut menyebutkan bahwa hanya orang yang barakallah yang dapat menerima pelajaran. Dengan hanya belajar manusia dapat memperoleh pengetahuan dan memperoleh prestasi yang

unggul dibandingkan dengan makhluk ciptaan Allah yang lainnya. Dalam surat Ali - Imran ayat 32 :

قُلْ أَطِيعُوا۟ ٱللَّهَ وَٱلرَّسُولَ ۖ فَإِن تَوَلَّوْا۟ فَإِنَّ ٱللَّهَ لَا يُحِبُّ ٱلْكَٰفِرِينَ ﴿٣٢﴾

Artinya: “Zakariyah berkata: “hai Maryam dari mana kamu memperoleh (makanan) ini?” Maryam menjawab: “makanan itu dari sisi Allah”. Sesungguhnya Allah memberi rezeki kepada siapa yang dikehendaki-nya tanpa hisab. (QS : Surat Ali-Imran Ayat : 32).

Dari ayat di atas dijelaskan bahwa orang tua harus sedini mungkin mendidik anaknya. Karena orang tua adalah pendidik yang berpotensi besar untuk mengubah anak pada saat dewasa, sehingga menginjak masa dewasa anak mengerti tentang pentingnya pendidikan.

B. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Menurut Meyers, kecerdasan Istilah kecerdasan emosi (EQ) baru dikenal secara luas pada pertengahan tahun 1990 dengan diterbitkannya buku Daniel Goleman : *Emotional Intelligence*. Goleman menjelaskan bahwa kecerdasan emosi (*Emotional Intellegence*) adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain.

Semua emosi, pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi. Akar kata *emosi* adalah *movere*, kata kerja

Bahasa Latin yang berarti: “menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “e-” untuk memberi arti “bergerak menjauh”, menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal yang mutlak dalam emosi. (Daniel Goleman 1997)

Kecerdasan emosional mencakup pengendalian diri, semangat, dan ketekunan, serta kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, kesanggupan untuk mengendalikan dorongan hati dan emosi, tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, untuk membaca perasaan terdalam orang lain (empati) dan berdoa, untuk memelihara hubungan dengan sebaik-baiknya, kemampuan untuk menyelesaikan konflik, serta untuk memimpin. Ketrampilan ini dapat diajarkan kepada anak-anak. Orang-orang yang dikuasai dorongan hati yang kurang memiliki kendali diri, menderita kekurangmampuan pengendalian moral. Daniel Goleman (1997 : 80)

Menurut Daniel Goleman (1997 : 214), apabila suatu masalah menyangkut pengambilan keputusan dan tindakan, aspek perasaan sama pentingnya dan sering kali lebih penting daripada nalar. Emosi itu memperkaya; model pemikiran yang tidak menghiraukan emosi merupakan model yang miskin. Nilai-nilai yang lebih tinggi dalam perasaan manusia, seperti kepercayaan, harapan, pengabdian, cinta, seluruhnya lenyap dalam pandangan kognitif yang dingin, Kita sudah terlalu lama menekankan pentingnya IQ dalam kehidupan manusia. Bagaimanapun, kecerdasan tidaklah berarti apa-apa bila emosi yang

berkuasa. Kecerdasan emosional menambahkan jauh lebih banyak sifat-sifat yang membuat kita menjadi lebih manusiawi.

Kecerdasan emosi merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. Goleman (1997 : 123)

Kecerdasan emosional tidak hanya berfungsi untuk mengendalikan diri tetapi lebih dari itu juga mencerminkan kemampuan dalam mengelola ide, konsep, karya atau produk, sehingga menjadi minat bagi orang banyak. Cherniss mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kemampuan melihat *(perceive)*, melahirkan *(express)*, dan menguruskan *(managed)* emosi diri sendiri dan emosi orang lain. Dia telah memberi contoh bagaimana Martin Luther King mampu mengatasi aktivis dan pemimpin masyarakat membantu menghasilkan perubahan sosial dan masyarakat yang lebih sehat melalui kecerdasan emosi. Goleman (1996 : 6)

Emosi adalah suatu himpunan kemampuan mental yang membantu kita mengenal pasti dan memahami perasaan kita dan perasaan orang lain.

Kecerdasan emosi dapat meningkatkan kemampuan kita mengawal perasaan kita. (Goleman 1996 : 33)

Cooper dan Sawaf mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara selektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan emosi menuntut memiliki perasaan, untuk belajar mengakui, menghargai perasaan pada diri dan orang lain serta menanggapinya dengan tepat, menerapkan secara efektif energi emosi dalam kehidupan sehari-hari. Goleman (1997 : 35)

Howes dan Herald mengatakan pada intinya, kecerdasaan emosional merupakan komponen yang membuat seseorang menjadi pintar menggunakan emosi. Lebih lanjut dikatakannya bahwa emosi manusia berada diwilayah dari perasaan lubuk hati, naluri yang tersembunyi, dan sensasi emosi yang apabila diakui dan dihormati, kecerdasaan emosional menyediakan pemahaman yang lebih mendalam dan lebih utuh tentang diri sendiri dan orang lain. Goleman (1997 : 80)

Dari beberapa pendapat diatas dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

2. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional

Daniel Goleman (1997 : 127) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional , yaitu:

a. Lingkungan keluarga : kehidupan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi dapat diajarkan pada saat masih bayi dengan cara contoh – contoh ekspresif. Peristwa emosional yang terjadi pada masa anak – anak akan melekat dan menetap secara permanen hingga dewasa kehidupan emosional yang dipupuk dalam keluarga sangat berguna bagi anak kelak dikemudian hari.
b. Lingkungan non keluarga : hal ini yang terkait adalah lingkungan masyarakat dan pendidikan. Kecerdasan emosi ini perkembangan sejalan dengan perkembangan fisik dan mental anak. Pembelajaran ini biasanya ditujukan dalam suatu aktivitas bermain peran sebagai seseorang di luar dirinya dengan emosi yang menyertai keadaan orang lain.

Menurut Le Dove (Daniel Goleman 1997 : 130) bahwa faktor –faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi antara lain:

a. Fisik

Secara fisik bagian yang paling menentukan atau paling berpengaruh terhadap kecerdasan emosi seseorang adalah anatomi saraf emosinya. Bagian otak yang digunakan untuk berfikir yaitu *korteks* (kadang- kadang disebut juga *neo korteks*). Sebagian bagian yang berada di bagian otak yang mengurusi emosi yaitu sistem limbik, tetapi sesungguhnya antara kedua bagian inilah yang menentukan kecerdasan emosi seseorang.

1. Korteks bagian ini berupa bagian berlipat- lipat kira-kira 3 milimeter yang membungkus *hemisfer serebral* dalam otak. Korteks berperan penting dalam memahami sesuatu secara mendalam manganalisis mengapa mengalami perasaan tertentu dan selajutnya berbuat sesuatu untuk mengatasinya. Korteks khusus lubus *prefrontal*, dapat bertindak sebagai *saklar perdam* yang memberi arti terhadap situasi emosi sebelum berbuat sesuatu.
2. Sistem limbik. Bagian ini sering disebut sebagai emosi otak yang letaknya jauh di dalam *hemosfer* dan terutama bertanggung jawab atas pengaturan emosi dan impuls. Sistem limbik meliputi *hippocampus*, tempat berlangsungnya proses pembelajaran emosi dan tempat disimpanya emosi pada otak.

b. Psikis

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang yaitu secara fisik dan psikis. Secara fisik terletak di bagian otak korteks dan sitem limbik, secara psikis meliputi lingkungan dan lingkungan non keluarga.

Seseorang yang tidak mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi dapat ditandai dengan hal-hal berikut: a) mempunyai emosi yang tinggi, b) cepat bertindak berdasarkan emosinya,c) dan tidak sensitif dengan perasaan orang lain. Orang yang tidak mempunyai kecerdasan emosional tinggi, biasanya mempunyai kecenderungan untuk menyakiti dan memusuhi orang lain.

Dalam dunia kerja, orang-orang yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi sangat diperlukan, terlebih dalam tim untuk mencapai tujuan tertentu.

3. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Aspek-aspek kecerdasan emosional menurut Reuven Baron (1990) di bagi menjadi lima yaitu:

a. Intrapersonal

1) Kesadaran diri, yaitu kemampuan untuk mengenali perasaan dan sejauh mana seseorang dapat merasakannya serta berpengaruh pada perilaku terhadap orang lain. Kemampuan ini meliputi: mampu mengenal perasaan, mampu memilah perasaan, mampu memahami perasaan, mampu memahami apa yang dirasakan, mampu memahami alasan sesuatu itu yang dirasakan, mengetahui penyebab munculnya perasaan, mampu menyadari perbuatannya, serta menyadari alasan mengapa melakukan sesuatu.

2) Sikap asertif, yaitu mampu menyampaikan secara pikiran dan perasaan sendiri, membela diri dan mempertahankan pendapat. Kemapuan ini meliputi: mampu mengungkapkan perasaan secara langsung, mampu menerima perasaan sendiri, mampu mengungkapkan keyakinan secara terbuka, mampu menyatakan ketidak setujuan, mampu bersikap tegas, mampu membela diri,

mampu mempertahankan pendapat, mampu mempertahankan hak-hak pribadi tanpa harus meninggalkan perasaan orang lain, peka terhadap kebutuhan orang lain serta peka terhadap reaksi yang diberikan oleh orang lain.

3) Kemandirian, yaitu mampu untuk mengarahkan pikiran dan tindakannya sendiri, mampu mengendalikan diri dalam berfikir dan bertindak, mampu untuk tidak tergantung kepada orang lain secara emosional, mampu mandiri dalam merencanakan sesuatu, mampu mengandalkan diri sendiri dalam membuat suatu keputusan yang penting, mempunyai kepercayaan diri, mempunyai kekuatan batin, mampu memenuhi harapan dan kewajiban, serta bertanggung jawab terhadap kehidupan pribadi.

4) Penghargaan diri, yaitu mampu untuk mengenali kekuatan dan kelemahan pribadi. Kemampuan ini meliputi: mampu menghormati diri sendiri, sebagai pribadi yang baik, mampu menyukai diri sendiri apa adanya, mampu mensyukuri sisi negatif dan positif pada diri sendiri, mampu menerima keterbatasan diri sendiri, serta mampu memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

5) Aktualisasi diri, yaitu mampu mewujudkan potensi yang dimiliki dan puas dengan prestasi yang diraih. Kemampuan ini meliputi: mampu mewujudkan potensi yang ada secara maksimal, mampu berjuang meraih kehidupan yang bermakna,

mampu membulatkan tekad untuk meraih sasaran jangka panjang, merasa puas terhadap apa yang telah dilakukan.

b. Antar Pribadi

Kemampuan untuk bergaul dan berinteraksi secara baik dengan orang lain yang meliputi:

1) Empati, yaitu mampu untuk memahami perasaan dan pikiran orang lain. Kemampuan ini meliputi: mampu memahami perasaan dan pikiran orang lain, mampu menghargai perasaan dan pikiran orang lain, mampu merasakan dan ikut memikirkan perasaaan orang lain serta mampu memperhatikan minat dan kepentingan orang lain.

2) Tanggung jawab sosial, yaitu mampu untuk menjadi anggota masyarakat yang dapat bekerja sama dan bermanfaat bagi masyarakat. Kemampuan ini meliputi: mampu bekerja sama dalam masyarakat, mampu berperan dalam masyarakat, mampu bertindak secara bertanggung jawab, mampu melakukan sesuatu sesama dan untuk orang lain, mampu bertindak sesuai dengan hati nurani, mampu menjunjung tinggi norma yang ada dalam masyarakat serta memiliki kesadaran sosial dan sangat peduli kepada orang lain.

3) Hubungan antar pribadi, yaitu mampu untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan yang saling menguntungkan yang ditandai oleh saling memberi dan menerima serta rasa

kedekatan emosional. Kemampuan ini meliputi: mampu memelihara persahabatan dengan orang lain, mampu saling memberi dan menerima kasih sayang deanga orang lain, mampu peduli terhadap orang lain, mampu merasa tenang dan nyaman dalam berhubungan dengan orang lain serta mampu memiliki harapan positif dalam sosial.

c. Penyesuian diri

Kemampuan untuk bersikap lentur, realistis dan memecahkan berbagai macam masalah yang muncul, meliputi:

1) Uji realitas, yaitu mampu untuk melihat sesuatu sesuai dengan kenyataan. Kemampuan ini meliputi: mampu menilai secara obyektif kejadian yang terjadi sebagaimana adanya, mampu menyimak situasi yang ada dihadapan, mampu berkosentrasi terhadap situasi yang ada di hadapan, mampu berkosentrasi terhadap situasi yang ada, mampu memusatkan perhatian dalam menilai situasi yang ada, mampu memusatkan perhatian dalam menilai situasi yang ada, mampu bersikap tenang dalam berfikir serta mampu menjelaskan persepsi secara obyektif.

2) Fleksibel, yaitu mampu untuk menyesuaikan perasaan, pikiran dan tindakan dengan situasi yang berubah-ubah. Kemampuan ini meliputi: mampu beradaptasi dengan lingkungan manapun, mampu bekerja sama secara *sinergis*, mampu menanggapi perubahan secara luwes, serta mampu menerima perbedaaan

yang ada.

3) Pemecahan masalah, yaitu mampu untuk mendefinisikan permasalahan kemudian bertindak untuk mencari dan menerapkan pemecahan yang tepat. Kemampuan ini meliputi: mampu memahami masalah dan termotivasi untuk memecahkannya, mampu mengenali masalah, mampu merumuskan masalah, mampu menemukan pemecahan masalah yang efektif, mampu menerapkan alternatif pemecahan masalah, mampu mengulang proses jika masalah belum dipecahkan, mampu sistematik dalam menghadapi dan memandang masalah.

d. Management stres

Kemampuan untuk tahan menghadapi stres dan mengendalikan *impuls* (dorongan) yang meliputi:

1) Ketahanan menanggung stres, yaitu mampu untuk tenang, konsentrasi, secara konstruksi bertahan menghadapi kejadian yang gawat dan tetap tegar menghadapi konflik emosi. Kemampuan ini meliputi: mampu menghadapi peristiwa yang tidak menyenangkan, mampu memilih tindakan dalam menghadapi stress, mampu bersikap optimistic dalam pengalaman baru, optimis pada kemampuan diri sendiri dalam mengatasi permasalahan, mampu mengendalikan perasaan dalam menghadapi stress.

2) Pengendalian *impuls*, yaitu mampu untuk menahan atau menunda keinginan untuk bertindak. Kemampuan ini meliputi: mampu menolak dorongan untuk bertindak, mampu menampung *impuls agresif*, mampu mengendalikan dorongan-dorongan untuk bertindak, serta mampu mengendalikan perasaan.

e. Suasana hati

Perasaan-perasaan positif yang menumbuhkan kenyamanan dan kegairahan hidup yang mencakup:

1) Optimisme, yaitu mampu mempertahankan sikap positif yang realistis terutama dalam menghadapi masa-masa sulit. Kemampuan ini meliputi: mampu melihat terang kehidupan, mampu bersikap positif dalam kesulitan, mampu menaruh harapan dalam segala hal termasuk ketika menghadapi permasalahan.

2) Kebahagian, yaitu mampu untuk mensyukuri kehidupan, menyukai diri sendiri, orang lain dan selalu bersemangat serta bergairah dalam melakukan setiap kegiatan. Kemampuan ini meliputi: selalu bergairah dalam segala hal, mampu merasa puas dengan kehidupan diri sendiri, mampu bergembira, serta mampu bersenang-senang dengan diri sendiri maupun orang lain.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM PUSAT PERPUSTAKAAN

4. Unsur-Unsur Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman (1999 : 512) dalam bukunya yang berjudul "kecerdasan emosi untuk mencapai puncak prestasi" mengatakan bahwa kecerdasan emosi dapat dilihat melalui beberapa unsur, yaitu:

a. Kesadaran diri

Mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

b. Pengaturan diri

Menangani emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran, mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

c. Motivasi

Menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustasi.

d. Empati

Merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perpektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam orang-orang.

e. Ketrampilan sosial

Menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial, berinteraksi dengan lancar, menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan dan untuk bekerja sama dan bekerja dalam tim.

Menurut Yunita dalam artikel tertanggal 25 januari 2009 mengatakan bahwa ada lima unsur yang membangun kecerdasan emosi, yaitu:

a. Memahami emosi-emosi sendiri
b. Mampu mengelola emosi-emosi sendiri
c. Memotivasi diri sendiri
d. Memahami emosi-emosi orang lain

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa unsur kecerdasan emosional adalah : a) mengenali emosi diri sendiri, b) mengelola emosi diri, c) memotivasi diri sendiri, d) mengenali emosi orang lain, e) kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain. (Daniel Goleman, 1999 : 58)

5. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosi Tinggi Dan Rendah

Daniel Goleman (1996 : 108) mengemukakan karakteristik individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi dan rendah sebagai berikut:

a. Kecerdasan emosi tinggi yaitu mampu mengendalikan perasaan marah, tidak agresif dan memiliki kesabaran, memikirkan akibat sebelum

bertindak, berusaha dan mempunyai daya tahan untuk mencapai tujuan hidupnya, menyadari perasaan diri sendiri dan orang lain, dapat berempati pada orang lain, dapat mengendalikan mood atau perasaan negatif, memiliki konsep diri yang positif, mudah menjalin persahabatan dengan orang lain mahir dalam komunikasi dan dapat menyelesaikan konflik sosial dengan cara damai.

b. Kecerdasan emosi rendah yaitu bertindak mengikuti perasaaan tanpa memikirkan akibatnya, pemarah bertindak agresif dan tidak sabar, memiliki tujuan hidup dan cita-cita yang tidak jelas, mudah putus asa, kurang peka perasaaan diri sendiri dan orang lain, tidak mengendalikan perasaaan dan mood negatif, mudah terpengaruh oleh perasaan negatif, memiliki konsep diri yang negatif tidak mampu menjalin persahabatan yang baik dengan orang lain, tidak mampu berkomunikasi dengan baik,dan menyelesaikan konflik sosial dengan kekerasan.

6. Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Islam

Pada hakekatnya management kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi. Pengendalian emosi dalam islam erat kaitanya dengan pengendalian terhadap ujian-ujian yang diberikan Allah. Sebagaimana tersebut dalam Al-Qur’an Surat Al - Insan ayat 2 yang berbunyi:

إِنَّا خَلَقْنَا ٱلْإِنسَـٰنَ مِن نُّطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَـٰهُ سَمِيعًۢا بَصِيرًا ﴿٢﴾

Artinya: “ Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dari setetes mani yang bercampur, yang kami hendak mengujinya (dengan perintah dan larangan) karena itu kami jadikan dia mendengar dan melihat” (QS : Surat Al - Insan Ayat : 2).

Firman Allah tersebut telah begitu jelas memberitahukan kepada manusia hakekatnya untuk diuji keimananya. Seberapa besar rasa ketundukan manusia dalam menjalankan ubudiyah kepada Allah. Kepada manusia Allah telah memberikan kelebihan berupa alat indera dan hati.

Sesuai dengan firman Allah surat As - Sajadah ayat 9 :

ثُمَّ سَوَّىٰهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِن رُّوحِهِۦ ۖ وَجَعَلَ لَكُمُ ٱلسَّمْعَ وَٱلْأَبْصَٰرَ وَٱلْأَفْـِٔدَةَ ۚ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ ﴿٩﴾

Artinya : “Kemudian dia menyempurnakan dan meniupkan ke dalam roh- Nya dan dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati; kamu sedikit sekali bersyukur (QS : Surat As - Sajadah Ayat : 9)

Dari kandungan ayat diatas dimaksudkan agar manusia dapat membedakan jalan yang baik dan jalan yang baik dan jalan yang buruk, kemudian mengikuti yang baik meninggalkan yang batil. Disinilah hakekat bahwa kehidupan itu sebuah ujian. Mampu tidak seseorang mengendalikan diri termasuk pengendalian terhadap emosi.

Identifikasi emosi dalam risalah-islam adalah konsep nafsu, suatu potensi yang dianugerahkan Allah SWT kepada makhluk-Nya. Menurut Ibnu Qayyim dalam bukunya berjudul roh, mengindisikan bahwa anak adam mempunyai tiga jiwa yaitu:

1. Nafsu Muthma’inah

   Muthma’innah atau ketenangan jiwa, ketenangan yang menuju Rabb-nya berkat ubudiyah, kecintaan kepada – Nya, ketakutan dan harapan kepada- Nya ialah memotong pandangan untuk mencintai selain-Nya, takut dan

membutuhkan cinta kepada selain-Nya. Dengan mengingat Allah membuatnya tidak merindukan dengan selain-Nya.

Firman Allah pada surat Al - Fajr ayat 27 :

يَـٰٓأَيَّتُهَا ٱلنَّفْسُ ٱلْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾

Artinya : Hai jiwa yang tenang (QS : Al - Fajr Ayat : 27)

2. Nafsur Lawwarnah

Nafsu Lawwarnah disebut juga jiwa yang menyesali atau mencela diri sendiri. Terdapat perbedaan pendapat, sebagian golongan ada yang berpendapat lawwarnah adalah jiwa yang tidak tetap pada satu keadaan, berasal dari lafazh talawwum yang artinya ragu-ragu. Pendapat lain mengatakan diambil dari kata kaum yaitu jiwa orang mukmin yang terseret pada dosa, lalu dia mencela dirinya sendiri. Ada yang berpendapat celaan ini milik dua jenis manusia, yang masing-masing mencela dirinya, baik maupun orang fasik. Pendapat lain lagi mengatakan celaan dan penyesalan ini terjadi pada hari kiamat.

Semua pendapat diatas benar antara yang satu dengan yang lainya tidak saling munafik. Jiwa dapat disifati dengan semuanya itu, yang dengan pertimbangan sifat itulah maka disebut lawwanah. Firman Allah pada QS : Al-Qiyamah ayat 1 dan 2 :

لَآ أُقْسِمُ بِيَوْمِ ٱلْقِيَـٰمَةِ ﴿١﴾

Artinya: Aku bersumpah demi hari kiamat (QS : Surat Al - Qiyamah Ayat : 1)

وَلَآ أُقْسِمُ بِٱلنَّفْسِ ٱللَّوَّامَةِ ﴿٢﴾

Artinya: Dan aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (QS: Surat Al -

Qiyamah Ayat : 2)

3. Nafsu Amarah

Nafsu ammarah disebut juga sebagai jiwa yang selalu menyuruh kepada kejahatan yaitu jiwa yang selalu menyuruh kepada setiap keburukan, dan yang seperti ini memang merupakan tabiat jiwa, kecuali yang mendapat taufik Allah dan pertolongan –Nya. Tak seorang pun terbebas dari kejahatan jiwanya melainkan berkat taufik Allah, sebagaimana firman Allah dalam surat Yusuf ayat 53 :

۞ وَمَآ أُبَرِّئُ نَفۡسِيٓۚ إِنَّ ٱلنَّفۡسَ لَأَمَّارَةُۢ بِٱلسُّوٓءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّيٓۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٞ رَّحِيمٞ ٥٣

Artinya : “Dan, aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Rabbku. Sesungguhnya Rabbku maha pengampun lagi maha penyayang” (QS : Surat Yusuf Ayat : 53)

Kecerdasan emosional dalam perspektif islam pada dasarnya adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi atau mengusai emosi dalam diri seseorang beserta perilakunya (Ary Ginanjar Agustian, 2001 : 57)

Islam sebagai agama yang sempurna memperhatikan aspek emosional manusia, dengan menekankan untuk mengontrol dan mengendalikan dalam hal melepaskan emosi agar tidak berlebihan. Pemenuhan emosional yang berlebihan akan menyebabkan terjadinya kesenjangan dalam pribadi manusia (Najati , 2002 : 57). Ayat ini memberi pengertian bahwa semua manusia pada dasarnya memiliki kualitas emosional yang baik, akan tetapi karena gangguan setan lewat nafsu, maka kondisi hanif manusia terkontaminasi.

Di dalam islam hal-hal yang berhubungan dengan kecakapan emosi meliputi konsistensi *(istiqamah)*, kerendahan hati *(tawadhu)* berusaha dan berserah diri *(tawakal)*, ketulusan /sincerity (*keikhlasan*),totalitas *(kaffah*), keseimbangan (*tawazun*), integritas dan penyempurnaan *(ihsan*); semua itu dinamakan Akhlakul Karimah (Ary Ginanjar Agustian, 2006 : 280).

Pengontrolan dan pengendalian emosi dimulai dengan adanya kejujuran pada suara hati, yang sebenarnya merupakan kunci dari kecerdasan emosional. Menurut Stephen Covey dalam bukunya *The Seven Habits*, kejujuran pada suara hati seharusnya dijadikan sebagai pusat prinsip yang akan memberikan rasa aman, pedoman, daya, dan kebijaksanaan. (Agustin, 2002 : 57).

Al-quran dalam surat Ar-Rum ayat 30 juga menjelaskan bahwa manusia harus menghadapkan diri (hati) dengan niat yang mantap pada agama.

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ ٱللَّهِ ٱلَّتِى فَطَرَ ٱلنَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ ٱللَّهِ ۚ ذَٰلِكَ ٱلدِّينُ ٱلْقَيِّمُ وَلَٰكِنَّ أَكْثَرَ ٱلنَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya: "Maka hadapkanlah wajahmu dengan mantap kepada agama, menurut fitrah Allah yang telah menciptakan fitrah itu kepada manusia. Tiada dapat diubah (hukum-hukum) ciptaan Allah. Itulah agama yang benar tetapi manusia tiada mengetahuinya" (QS : Surat Ar-Rum Ayat : 30).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa emosi dalam prespektif islam adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan, mengusai dan mengontrol emosinya sehingga mampu melalui ujian-ujian yang diberikan oleh Allah Dengan iman dan takwa emosi akan tekendalikan.

C. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri I Dringu Probolinggo.

Di tengah semakin ketatnya persaingan di dunia pendidikan dewasa ini, merupakan hal yang wajar apabila para siswa sering khawatir akan mengalami kegagalan atau ketidak berhasilan dalam meraih prestasi belajar atau bahkan takut tinggal kelas.

Banyak usaha yang dilakukan oleh para siswa untuk meraih prestasi belajar agar menjadi yang terbaik seperti mengikuti bimbingan belajar. Usaha semacam itu jelas positif, namun masih ada faktor lain yang tidak kalah pentingnya dalam mencapai keberhasilan selain kecerdasan ataupun kecakapan intelektual, faktor tersebut adalah kecerdasan emosional. Karena kecerdasan intelektual saja tidak memberikan persiapan bagi individu untuk menghadapi gejolak, kesempatan ataupun kesulitan-kesulitan.

Dengan kecerdasan emosional, individu mampu mengetahui dan menanggapi perasaan mereka sendiri dengan baik dan mampu membaca dan menghadapi perasaan-perasaan orang lain dengan efektif. Individu dengan keterampilan 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 perhatian pada tugas-tugasnya dan memiliki pikiran yang jernih.

Sebuah laporan dari *National Center for Clinical Infant Programs* menyatakan bahwa keberhasilan di sekolah bukan diramalkan oleh kumpulan fakta seorang siswa atau kemampuan dininya untuk membaca, melainkan oleh ukuran-ukuran emosional dan sosial : yakni pada diri sendiri dan mempunyai minat; tahu pola perilaku yang diharapkan orang lain dan bagaimana mengendalikan dorongan hati untuk berbuat nakal; mampu menunggu, mengikuti petunjuk dan mengacu pada guru untuk mencari bantuan; serta mengungkapkan kebutuhan-kebutuhan saat bergaul dengan siswa lain. Hampir semua siswa yang prestasi sekolahnya buruk, menurut laporan tersebut, tidak memiliki satu atau lebih unsur-unsur kecerdasan emosional ini (tanpa memperdulikan apakah mereka juga mempunyai kesulitan-kesulitan kognitif seperti kertidakmampuan belajar). (Goleman, 2002 : 273).

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, seta memiliki gairah belajar yang lebih tinggi. Mereka memiliki skor yang secara signifikan lebih tinggi pada tes SAT dibanding dengan anak yang tidak mampu menunda dorongan hatinya (dalam Goleman, 2002 : 81).

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 (Gottman, 2001 : 255).

Keterampilan dasar emosional tidak dapat dimiliki secara tiba-tiba, tetapi membutuhkan proses dalam mempelajarinya dan lingkungan yang membentuk kecerdasan emosional tersebut besar pengaruhnya. Hal positif akan diperoleh bila anak diajarkan keterampilan dasar kecerdasan emosional, secara emosional akan lebih cerdas, penuh pengertian, mudah menerima perasaan-perasaan dan lebih banyak pengalaman dalam memecahkan permasalahannya sendiri, sehingga pada saat remaja akan lebih banyak sukses di sekolah dan dalam berhubungan dengan rekan-rekan sebaya serta akan terlindung dari resiko-resiko seperti obat-obat terlarang, kenakalan, kekerasan serta seks yang tidak aman (Gottman, 2001 : 250).

Dari uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang penting yang seharusnya dimiliki oleh siswa yang memiliki kebutuhan untuk meraih prestasi belajar yang lebih baik di sekolah.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian teoritik di atas, maka hipotesis penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

Hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap masalah penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. (Arikunto, 2006 : 107).

Ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Dringu Probolinggo.