

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP PRESTASI BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

Sarmadhan Lubis

Dosen STAI Tuanku Tambusai Pasir Pengaraian

Email: lubissarmadhan@gmail.com

Abstrak

Tujuan penulisan ini adalah 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. Kedua, 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. Ketiga, Beberapa pendapat menunjukkan menghilangkan atau paling kurang menurunkan depresi pada anak, antara lain dapat dilakukan dengan mengajarkan cara melihat dan memahami kesulitan itu sendiri, melatih untuk terampil menjalin persahabatan, bergaul lebih baik dengan orang tua, dan melibatkan diri dalam kegiatan-kegiatan sosial yang diminati. Dan yang lebih penting lagi adalah mengubah pikiran-pikiran yang menekan, yang oleh seseorang pakar depresi (Kovacs) disebut vaksinasi psikologi.

Kata Kunci: Kecerdasan Emosional, Prestasi belajar

Pendahuluan

Pendidikan merupakan suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan berencana dengan maksud mengubah atau mengembangkan perilaku yang diinginkan. Sekolah sebagai lembaga formal merupakan sarana dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan tersebut. Melalui sekolah, siswa belajar berbagai macam hal.

Dalam pendidikan formal, belajar menunjukkan adanya perubahan yang sifatnya positif sehingga pada tahap akhir akan didapat keterampilan, kecakapan dan pengetahuan baru. Hasil dari proses belajar

tersebut tercermin dalam prestasi belajarnya. Namun dalam upaya meraih prestasi belajar yang memuaskan dibutuhkan proses belajar.

Proses belajar yang terjadi pada individu memang merupakan sesuatu yang penting, karena melalui belajar individu mengenal lingkungannya dan menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitarnya.¹ Belajar merupakan proses perubahan dari belum mampu menjadi mampu dan terjadi dalam jangka waktu tertentu. Dengan belajar, siswa dapat mewujudkan cita-cita yang diharapkan. Firman Allah dalam QS. Al Baqarah: 31-3

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَٰؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴿٣١﴾ قَالُوا سُبْحَانَكَ لَا عِلْمَ لَنَا إِلَّا مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ ﴿٣٢﴾

Artinya: Dan Dia mengajarkan kepada Adam Nama-nama (benda-benda) seluruhnya, kemudian mengemukakannya kepada Para Malaikat lalu berfirman: "Sebutkanlah kepada-Ku nama benda-benda itu jika kamu memang benar orang-orang yang benar!" mereka menjawab: "Maha suci Engkau, tidak ada yang Kami ketahui selain dari apa yang telah Engkau ajarkan kepada kami; Sesungguhnya Engkaulah yang Maha mengetahui lagi Maha Bijaksana.

Belajar akan menghasilkan perubahan-perubahan dalam diri seseorang. Untuk mengetahui sampai seberapa jauh perubahan yang terjadi, perlu adanya penilaian. Begitu juga dengan yang terjadi pada seorang siswa yang mengikuti suatu pendidikan selalu diadakan penilaian dari hasil belajarnya. Penilaian terhadap hasil belajar seorang siswa untuk mengetahui sejauh mana telah mencapai sasaran belajar inilah yang disebut sebagai prestasi belajar.

Ilmu pengetahuan dan teknologi selalu berkembang dengan pesatnya, bukan hanya di bidang teknologi, informasi, kedokteran, pertanian, akan tetapi juga di bidang psikologi, yaitu tentang konsep

¹ Irwanto, *Psikologi Umum* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1997), hlm. 12.

kecerdasan manusia.² Konsep kecerdasan manusia, jika dilihat dari sejarah perkembangannya pada mulanya lahir akibat adanya berbagai tes mental yang dilakukan oleh berbagai psikolog untuk menilai manusia ke dalam berbagai tingkat kecerdasan.³

Psikologi Islam adalah corak psikologi berlandaskan citra manusia menurut ajaran Islam, yang mempelajari keunikan manusia dan pola perilaku manusia sebagai ungkapan pengalaman interaksi dengan diri sendiri, lingkungan sekitar, dan alam keruhanian, dengan tujuan meningkatkan kesehatan mental dan kualitas keberagamaan.⁴

Psikologi Islam pada umumnya memandang bahwa teori yang berasal dari Barat boleh jadi bersesuaian dan bisa jadi bertentangan dengan pandangan dunia Islam. Jika bersesuaian, maka ia dapat direkonstruksi ke dalam paradigma psikologi Islami. Pandangan Dollard dan Miller tentang *frustration-agression hypothesis* yang mengungkapkan bahwa frustrasi akan menimbulkan rasa marah akan memunculkan agresivitas adalah pandangan yang dapat diterima oleh psikologi Islami. Cerita al-Qur'an tentang frustrasi Qabil yang gagal menyunting Iqlima yang cantik dan berakhir pembunuhan atas diri Habil adalah contoh dari kesesuaian teori Dollard dan Miller tersebut.⁵

Survey telah membuktikan terhadap orang tua dan guru-guru adanya kecenderungan yang sama di seluruh dunia, yaitu generasi sekarang, lebih banyak mengalami kesulitan emosional dari pada generasi sebelumnya, lebih kesepian dan pemurung dan kurang menghargai sopan santun, lebih gugup dan mudah cemas, lebih impulsif dan agresif.

² Irwanto, *Psikologi Umum* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1997), hlm 78.

³ Murjono, Inteligensi dalam hubungan Dengan Prestasi Belajar, *dalam Journal Anima*, Vol. 2, 1996, hlm. 178.

⁴ Basri Ibrahim, *Psikologi Rasulullah dalam Berinteraksi dengan Masyarakat* (Kuala Lumpur: Al-Hidayah Publication, 2009), hlm. 12.

⁵ Djamaluddin Ancok, Fuat Nahari Suroso, *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005, hlm. 3-4.

Penelitian yang dilakukan Daniel Goleman menemukan situasi yang disebut dengan *when smart is dumb*, ketika orang cerdas jadi bodoh. Daniel Goleman menemukan bahwa orang Amerika yang memiliki kecerdasan atau IQ di atas 125 umumnya bekerja kepada orang yang memiliki kecerdasan rata-rata 100. Artinya, orang yang cerdas umumnya bekerja kepada orang yang lebih bodoh darinya. Jarang sekali orang yang cerdas secara intelektual sukses dalam kehidupan. Melainkan orang-orang yang biasa yang sukses dalam kehidupannya karena kecerdasan emosinya.⁶

Masalah lain yang sering timbul dalam diri siswa yang terkait dengan kecerdasan emosi adalah siswa tidak mampu mengatur suasana hati, dapat dicontohkan siswa mendapatkan permasalahan dilingkungan rumah dan siswa tersebut tidak dapat mengatur suasana hati tersebut sehingga suasana hati yang kurang baik terbawa ke lingkungan sekolah menjadikan siswa kurang konsentrasi dalam kegiatan belajar mengajar. Berempati merupakan salah satu faktor dari kecerdasan emosi, apabila siswa tidak dapat berempati khususnya di lingkungan sekolah maka akan menimbulkan perbedaan antara satu siswa dengan siswa lain yang dapat berempati pada lingkungan sekolah.⁷

Pada persoalan ini, maka sangat krusial konsep Daniel Goleman diangkat sebagai solusi karena pada dasarnya konsep-konsep Daniel Goleman mencoba melihat aspek afeksi manusia khususnya pada perasaan atau emosi manusia. Konsep-konsep yang ditawarkan Daniel Goleman akan mengantarkan manusia untuk memperoleh mental yang sehat (kesehatan mental) karena perasaan dapat menghubungkan kesehatan mental, jadi perasaan yang ditempatkan pada tempatnya akan

⁶ Lihat Sukidi, "Kecerdasan Spiritual" *Harian Kompas*, 15 Desember, 2000.

⁷ Daniel Goleman, *Emotional Intelligence*, terj. T. Hermaya (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama), hlm. 1991.

memperoleh mental yang sehat. Konsep Daniel merupakan konsep yang cocok diterapkan pada zaman sekarang ini.

Pemahaman Kecerdasan Emosional

Kata emosi berasal dari bahasa Latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Menurut Daniel Goleman emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak.⁸

Biasanya emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis.

Emosi berkaitan dengan perubahan fisiologis dan berbagai pikiran. Jadi, emosi merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, karena emosi dapat merupakan motivator perilaku dalam arti meningkatkan, tapi juga dapat mengganggu perilaku intensional manusia.⁹

Dalam ajaran Islam, bersikap lemah lembut dan penuh kasih sayang merupakan dasar dalam bermuamalah dengan anak. Sebagaimana yang dilakukan oleh Rasulullah SAW dalam bergaul dengan anak-anak, beliau memperlakukan mereka dengan penuh kelembutan baik didalam sikap atau perkataan beliau.¹⁰ Apabila ada kesalahan yang dilakukan anak, beliau tidak segan-segan untuk menegur dengan lembut dan memberi

⁸ Hendra Surya, *Strategi Jitu Mencapai Kesuksesan Belajar* (Jakarta: PT. Gramedia, 2011), hlm. 228.

⁹ Prawitasari, *Sumbangan Psikologis Klinis untuk Disiplin Lain* (Yogyakarta: UGM, 1985), hlm. 20.

¹⁰ John Gottman, *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional (terjemahan)* (Jakarta PT Gramedia Pustaka Utama, 2001), hlm. 45.

penjelasan tentang letak kesalahannya dengan memakai argumentasi yang logis dan mudah dipahami oleh mereka. Sehingga mereka tidak mengalami kesalahan untuk yang kedua kalinya. Telah diriwayatkan oleh Aisyah ra. Rasulullah SAW bersabda yang artinya:

Artinya: "Ketahuilah bahwa didalam tubuh manusia itu ada segumpal daging, jika dia baik maka baiklah seluruh tubuh, namun jika dia rusak maka rusaklah seluruh tubuh. Ketahuilah bahwa segumpal daging itu adalah hati/jantung." (HR. Bukhari dan Muslim)

Imam Muslim meriwayatkan dari Abu Musa al-Asy'ari, bahwa Rasulullah SAW mengutusnyanya bersama Mu'adz ke negeri Yaman, dan Rasulullah SAW berkata pada mereka berdua.

"Permudahlah dan janganlah kalian persukar, ajarkanlah ilmu dan janganlah kalian berlaku tidak simpati" (HR. Muslim).

Seperti yang telah diuraikan di atas, bahwa semua emosi menurut Daniel Goleman pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Jadi berbagai macam emosi itu mendorong individu untuk memberikan respon atau bertingkah laku terhadap stimulus yang ada. Dalam the *Nicomachea Ethics* pembahasan Aristoteles secara filsafat tentang kebajikan, karakter dan hidup yang benar, tantangannya adalah menguasai kehidupan emosional kita dengan kecerdasan. Nafsu, apabila dilatih dengan baik akan memiliki kebijaksanaan, nafsu membimbing pemikiran, nilai, dan kelangsungan hidup kita.

Tetapi, nafsu dapat dengan mudah menjadi tak terkendalikan, dan hal itu seringkali terjadi. Menurut Aristoteles, masalahnya bukanlah mengenai emosionalitas, melainkan mengenai keselarasan antara emosi dan cara mengekspresikan Daniel Goleman.¹¹ Menurut Mayer orang cenderung menganut gaya-gaya khas dalam menangani dan mengatasi

¹¹ Laurence E. Shapiro, *Mengajarkan Emosional Intelligensi pada Anak* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1997), hlm. 5.

emosi mereka, yaitu: sadar diri, tenggelam dalam permasalahan, dan pasrah. Dengan melihat keadaan itu maka penting bagi setiap individu memiliki kecerdasan emosional agar menjadikan hidup lebih bermakna dan tidak menjadikan hidup yang di jalani menjadi sia-sia.

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 kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan".¹² Kecerdasan emosional sangat dihubungkan oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat memhubungkan dalam pembentukan kecerdasan emosional.

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 dihubungkan oleh faktor keturunan.¹³

SQ diperlukan untuk memberikan makna spritual terhadap pemikiran, perilaku dan kegiatan secara konprehensif. Hal ini selaras dengan pandangan bahwa jika rasio dan emosi memberikan kepada manusia keunggulan-keunggulan yang bersifat tehknis dan diperlukan untuk mengarungi kehidupan dunia, maka spritualitas memberikan makna bagi tindakan-tindakan manusia.

Oleh karena itu, perlu ada upaya praktis dari seluruh *stakeholder* pendidikan di Indonesia dengan mengubah paradigma pendidikan yang intelektual sentris (Kognitif) menuju paradigma pendidikan yang mampu

¹² *Ibid.*, hlm. 230.

¹³ *Ibid.*, hlm. 231.

menyeimbangkan dan menyelaraskan dimensi intelektual (kognitif), dimensi emosional (afektif), dan juga dimensi spritual.¹⁴

Keseimbangan ketiga dimensi tersebut diperlukan mengingat dalam mengarungi kehidupan seseorang tidak hanya cukup dengan cerdas secara intelektual, namun lemah dalam pengendalian emosi serta hampa dalam urusan spritual. Uraian di atas membawa kepada sebuah pemahaman bahwa untuk mencapai kesuksesan baik dalam urusan horizontal (manusia) dan vertikal (Tuhan) diperlukan integrasi antara IQ, EQ, dan SQ yang disebut sebagai meta kecerdasan.

Integrasi dari ketiga macam kecerdasan tersebut harus berorientasi pada spritualisme tauhid, pengintegrasian IQ, EQ, dan SQ menjadi meta kecerdasan bukan sesuatu hal yang mustahil karena pada dasarnya di dalam otak manusia telah tersedia komponen anatomis, untuk aspek Rasional (IQ) Emosional (EQ) dan Spritual (SQ). Hal ini berarti bahwa secara kodrati manusia telah disiapkan sedemikian rupa untuk merespon segala macam hal dengan potensi-potensi yang sudah ada dalam diri manusia.

Sebuah model pelopor tentang kecerdasan emosional diajukan oleh Baron pada tahun 1992 seorang ahli psikologi Israel, yang mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang menghubungkan kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tututan dan tekanan lingkungan.¹⁵

Sementara itu, menurut Daniel Goleman kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*) menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion*

¹⁴ *Ibid.*, hlm. 234.

¹⁵ Hendra Surya, *Strategi Jitu Mencapai Kesuksesan...*, hlm. 231.

and its expression) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Dalam kajian ini yang dimaksud dengan kecerdasan emosional adalah kemampuan siswa untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain. Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat penulis simpulkan bahwa kecerdasan emosional pada intinya adalah kemampuan seseorang dalam menghadapi dan menyikapi apa yang terjadi dalam dirinya sendiri maupun yang ada disekitarnya dengan baik, tidak berlebihan dalam menyikapinya dan dapat membedakan perasaan emosi dirinya dengan emosi orang lain.

Faktor-faktor Kecerdasan Emosional

Kecerdasan emosional merupakan sebuah domain dari trait. Kecerdasan emosional dipengaruhi beberapa faktor, baik faktor yang bersifat pribadi, sosial ataupun gabungan beberapa faktor. Terdapat banyak faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional. Dibawah ini diberikan dua teori penyebab/faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional berdasarkan teori Goleman dan Agustin. Menurut Goleman terdapat dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional, yaitu:

1. Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang timbul dari dalam diri individu yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosional seseorang. Otak emosional dipengaruhi oleh amygdala, neokorteks, sistem limbik, lobus prefrontal dan hal-hal yang berada pada otak emosional.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal, merupakan faktor yang datang dari luar individu dan mempengaruhi atau mengubah sikap pengaruh luar yang

bersifat individu dapat secara perorangan, secara kelompok, antara individu dipengaruhi kelompok atau sebaliknya, juga dapat bersifat tidak langsung yaitu melalui perantara misalnya media massa baik cetak maupun elektronik serta informasi yang canggih lewat jasa satelit.¹⁶

3. Faktor pelatihan emosi

Kegiatan yang dilakukan secara berulang-ulang akan menciptakan kebiasaan, dan kebiasaan rutin tersebut akan menghasilkan pengalaman yang berujung pada pembentukan nilai (value). Reaksi emosional apabila diulang-ulang pun akan berkembang menjadi suatu kebiasaan. Pengendalian diri tidak muncul begitu saja tanpa dilatih. Melalui puasa sunah Senin Kamis, dorongan, keinginan, maupun reaksi emosional yang negatif dilatih agar tidak dilampiaskan begitu saja sehingga mampu menjaga tujuan dari puasa itu sendiri. Kejernihan hati yang terbentuk melalui puasa sunah Senin Kamis akan menghadirkan suara hati yang jernih sebagai landasan penting bagi pembangunan kecerdasan emosi.

Emosi dan Kegunaannya

Dalam proses pembelajaran konvensional, aspek emosional secara eksplisit tidak mendapat tempat dalam pembahasan dan uraian materi perkuliahan atau pelajaran sehingga tidak menjadi bagian yang harus dipelajari. Padahal dalam kenyataannya, keterampilan-keterampilan emosional seperti diungkapkan sebelumnya dapat dipelajari dan dilatih kepada anak karena disadari banyak yang dapat dilakukan guru, orang

¹⁶ Agustian, A. G, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam* (Jakarta: ARGA, 2001), hlm. 135.

tua dan orang-orang dewasa lainnya dalam membantu anak mewujudkan kecerdasan emosinya.¹⁷

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang dilatih emosinya pada permulaan masa kanak-kanaknya sungguh-sungguh mengembangkan jenis keterampilan sosial ini di kemudian hari, keterampilan sosial mampu membantu mereka untuk diterima oleh rekan-rekan sebaya dan untuk menjalin persahabatan-persahabatan.

Kecerdasan emosi merupakan bagian dari aspek kejiwaan seseorang yang paling mendalam, dan merupakan suatu kekuatan, karena dengan adanya emosi itu manusia dapat menunjukkan keberadaannya dalam masalah-masalah manusiawi. Emosi menyebabkan seseorang memiliki rasa cinta yang sangat dalam sehingga seseorang bersedia melakukan sesuatu pengorbanan yang sangat besar sekalipun, walau kadang-kadang pengorbanan itu secara lahiriah tidak memberikan keuntungan langsung pada dirinya bahkan mungkin mengorbankan dirinya sendiri.¹⁸

Kekuatan emosi seringkali mengalahkan kekuatan nalar, sehingga ada suatu perbuatan yang mungkin secara nalar tidak mungkin dilakukan seseorang, tetapi karena kekuatan emosi kegiatan itu dilakukan, seperti halnya peristiwa dari kasus yang diungkapkan di awal tulisan Daniel Goleman, dimana karena cinta teramat kuat mendorong orang tua secara spontan memilih mengutamakan menyelamatkan anak tercintanya mengalahkan hasrat menyelamatkan diri sendiri.

Para ahli sosiobiologi menyatakan keunggulan perasaan dibandingkan nalar, sehingga pada saat-saat tertentu emosi ditempatkan sebagai titik pusat jiwa manusia. Menurut para ahli tersebut emosi menuntun kita menghadapi saat-saat kritis dan tugas-tugas yang

¹⁷ Ary Ginanjar Agustian, *Emotional Spritual Quotient* (Jakarta: Arga, 2008), hlm, 89.

¹⁸ Kartini Kartono, *Hygiene Mental* (Bandung: Mandar Maju, 2000), hlm. 3.

beriskan bila hanya diserahkan kepada otak. Oleh karena itu pandangan mengenai kodrat manusia yang mengabaikan kekuatan emosi, jelas merupakan pandangan yang amat picik. Sebutan *Homo sapiens*, merupakan hal yang keliru dalam pola pemahaman serta visi baru yang ditawarkan oleh sains saat ini tentang emosi dalam kehidupan kita.¹⁹

Kedua fikiran tersebut, yang emosional dan yang rasional, pada umumnya bekerja dalam keselarasan yang erat, saling melengkapi dalam mencapai pemahaman guna mengarahkan seseorang menjalani kehidupan duniawi. Biasanya ada keseimbangan antara pikiran emosional dan pikiran rasional, dimana emosi memberi masukan dan informasi kepada proses pikiran rasional, dan pikiran rasional memperbaiki dan terkadang memveto masukan-masukan emosi tersebut.

Namun pikiran emosional dan rasional merupakan kemampuan-kemampuan yang semi mandiri, masing-masing mencerminkan kerja jaringan sirkuit yang berbeda, namun saling terkait di dalam otak. Di dalam banyak atau sebagian besar peristiwa, pikiran-pikiran ini terkoordinasi secara istimewa. Perasaan sangat penting bagi pikiran, dan pikiran sangat penting bagi perasaan.

Di samping perasaan nafsu juga tergantung pada amigdala. Amigdala menempati kedudukan strategis dalam kehidupan mental, semacam penjaga psikologis, ia juga dapat menyimpan ingatan dan reportoar respons, sehingga seseorang dapat bertindak tanpa betul-betul ia menyadari mengapa dia melakukan sesuatu.

Uraian-uraian di atas menyiratkan betapa pentingnya keseimbangan antara akal dan emosi, menyesuaikan kepala dan hati, dan bilamana keseimbangan ini goyah akan terjadi perseteruan nalar dan

¹⁹ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, terj. Alex Tri Kantjono (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001), hlm. 56.

perasaan. Yang mendasari semua ini adalah bagaimana seseorang dapat memahami penggunaan emosi secara cerdas sehingga dia akan dapat menjalankan aktivitas kehidupannya dengan lebih baik dalam suatu keseimbangan.

Penerapan Kecerdasan Emosional

Daya emosi yang dimiliki oleh orang-orang dewasa sesungguhnya berakar dari masa kehidupan kanak-kanak. Akar perbedaan emosi meskipun untuk sebagian bersifat biologis dapat pula diselusuri dari kehidupan masa kanak-kanak dan dari dua dunia emosi terpisah yang dihuni untuk laki-laki dan yang dihuni oleh anak-anak perempuan ketika mereka tumbuh dewasa.

Perbedaan-perbedaan perlakuan orang tua terhadap anak laki-laki dan anak perempuan ketika masih kanak-kanak dan perbedaan pandangan laki-laki dan perempuan itu sendiri terhadap suatu persoalan memperkuat sinyal perbedaan ketika mereka dewasa. Carol Gilligan mengungkapkan perbedaan kunci antara anak laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki bangga karena kemandirian dan kemerdekaannya yang berpikir ulet dan mandiri, sementara anak perempuan melihat dirinya sebagai bagian dari jaringan hubungan.

Oleh karena itu laki-laki terancam bilamana ada apa-apa yang dapat menantang kemandiriannya, sementara perempuan lebih terancam oleh putusnya hubungan yang mereka bina. Dalam berbagai bentuk kegiatan baik pada perkantoran, pada perusahaan, rumah sakit penerapan kecerdasan emosional menjadi bagian yang sangat penting. Jika hal itu dapat diterapkan pada perkantoran atau perusahaan-perusahaan orang-orang merasa lebih terbuka dan leluasa mengutarakan keluhan-keluhan

sebagai kritik yang membangun, terciptanya suasana dimana keragaman dihargai dan dapat menjalin jaringan kerja yang efektif.²⁰

Dalam proses pembelajaran, penerapan kecerdasan emosional dapat dilakukan secara luas dalam berbagai sesi, aktivitas dan bentuk-bentuk spesifik pembelajaran. Pemahaman guru terhadap kecerdasan emosional serta pengetahuan tentang cara-cara penerapannya kepada anak pada saat ini merupakan bagian penting dalam rangka membantu mewujudkan perkembangan potensi-potensi anak secara optimal. Karena itu berikut diuraikan bentuk kongkrit upaya mengembangkan kecerdasan emosional anak.²¹

Prestasi Belajar

1. Pengertian Prestasi Belajar

Prestasi belajar tidak dapat dipisahkan dari perbuatan belajar, karena belajar merupakan suatu proses, sedangkan prestasi belajar adalah hasil dari proses pembelajaran tersebut. Bagi seorang siswa belajar merupakan suatu kewajiban. Berhasil atau tidaknya seorang siswa dalam pendidikan tergantung pada proses belajar yang dialami oleh siswa tersebut.

Menurut Sardiman belajar dapat diartikan sebagai suatu perubahan tingkah laku atau penampilan, dengan serangkaian kegiatan seperti dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniti dan lain sebagainya.²² Senada dengan hal tersebut, Winkel berpendapat bahwa belajar pada manusia dapat dirumuskan sebagai suatu aktivitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan,

²⁰ Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Umum Psikologi* (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), hlm. 59.

²¹ Ahmad Fauzi, *Psikologi Umum* (Bandung: Pustaka Setia, tt), hlm. 55.

²² Tohirin, *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam* (Jakarta: Rajawali Press, 2011), hlm. 59.

yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan dan nilai sikap. Perubahan itu bersifat relatif konstan dan berbekas.²³

Belajar tidak hanya dapat dilakukan di sekolah saja, namun dapat dilakukan dimana-mana, seperti di rumah ataupun di lingkungan masyarakat. Irwanto berpendapat bahwa belajar merupakan proses perubahan dari belum mampu menjadi sudah mampu dan terjadi dalam jangka waktu tertentu. Sedangkan menurut Ahmad Mudzakir belajar adalah suatu usaha atau kegiatan yang bertujuan mengadakan perubahan di dalam diri seseorang, mencakup perubahan tingkah laku, sikap, kebiasaan, ilmu pengetahuan, keterampilan dan sebagainya.²⁴

Sedangkan Marsun dan Martaniah 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.²⁵

Menurut Nana Sudjana prestasi belajar adalah hasil yang telah dicapai siswa setelah melakukan kegiatan yang merujuk pada aspek-aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Menurut Catharina Maftukhah prestasi belajar merupakan perubahan perilaku yang diperoleh pembelajaran setelah mengalami belajar.²⁶

Dari beberapa definisi di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa prestasi belajar merupakan hasil usaha belajar yang dicapai seorang siswa

²³ WS Winkel, *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar* (Jakarta: Gramedia, 1997), hlm. 193.

²⁴ Ahmad Mudzakir, *Psikologi Pendidikan* (Bandung: Pustaka Setia, 1997), hlm. 34.

²⁵ Sia Tjundjing, Hubungan antara IQ, EQ, dan QA dengan Prestasi Study Pada Siswa SMU. *Journal Anima*. Vol. 17. No 1. UPI Surabaya, 2001, hlm. 71.

²⁶ Asih Ramila. *Hubungan Minat Belajar dan Keadaan Sosial Ekonomi Keluarga Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Akutansi Kelas XI Ilmu Pengetahuan Sosial SMA Annur Pekanbaru, Skripsi, Fakultas FKIP, Universitas Islam Riau, 2010, hlm. 20.*

berupa suatu kecakapan dari kegiatan belajar bidang akademik di sekolah pada jangka waktu tertentu yang dicatat pada setiap akhir semester di dalam buku laporan yang disebut rapor.

2. 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.²⁷ Bahwa rapor merupakan perumusan terakhir yang diberikan oleh guru mengenai kemajuan atau hasil belajar murid-muridnya selama masa tertentu. Ada beberapa fungsi penilaian dalam pendidikan, yaitu :

1) 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:

- a) Memilih siswa yang akan diterima di sekolah
- b) Memilih siswa untuk dapat naik kelas
- c) Memilih siswa yang seharusnya dapat beasiswa

2) 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

²⁷ Sumadi Suryabrata, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: RajaGrafindo, 2012), hlm. 296.

siswa. Jika guru dapat mendeteksi kelemahan siswa, maka kelemahan tersebut dapat segera diperbaiki.²⁸

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

Pendidikan Agama Islam

Zakiah Daradjat mengungkapkan (dalam Abdul Majid & Dian Andayani) pendidikan Agama Islam adalah suatu usaha untuk membina dan mengasuh peserta didik agar senantiasa dapat memahami ajaran Islam secara menyeluruh. Lalu menghayati tujuan, yang pada akhirnya dapat mengamalkan serta menjadikan Islam sebagai pandangan hidup.²⁹

Sejalan dengan itu Tayar Yusuf (dalam Abdul Majid & Dian Andayani) mengartikan pendidikan agama Islam sebagai usaha sadar generasi tua untuk mengalihkan pengalaman, pengetahuan, kecakapan

²⁸ Hendra Surya, *Strategi Jitu Mencapai Kesuksesan Belajar* (Jakarta: PT. Gramedia, 2011), hlm, 57.

²⁹ Abdul Majid & Dian Andayani, *Pendidikan Agama Islam Berbasis Kompetensi* (Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2006), hlm. 130.

dan keterampilan kepada generasi muda agar kelak menjadi manusia bertakwa kepada Allah SWT.³⁰

Pendidikan agama Islam di sekolah bertujuan untuk menumbuhkan dan meningkatkan keimanan melalui pemberian dan pemupukan pengetahuan, penghayatan, pengamalan serta pengalaman peserta didik tentang agama Islam sehingga menjadi manusia muslim yang terus berkembang dalam hal keimanan, ketakwaannya, berbangsa dan bernegara, serta untuk dapat melanjutkan pada jenjang pendidikan yang lebih tinggi.

Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Prestasi Belajar

Semakin ketatnya persaingan di dunia pendidikan dewasa ini, merupakan hal yang wajar apabila para siswa sering khawatir akan mengalami kegagalan atau tidak berhasil 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.³¹

Karena kecerdasan intelektual saja tidak memberikan persiapan bagi individu untuk menghadapi gejolak, kesempatan ataupun kesulitan-kesulitan dan kehidupan. Dengan kecerdasan emosional, individu mampu mengetahui dan menanggapi perasaan mereka sendiri dengan

³⁰ *Ibid.*, hlm. 130.

³¹ Ika Maryati, *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Keyakinan Diri (Self Efficacy) dengan Kreativitas pada Siswa Akselerasi, Tesis Master*, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008.

baik dan mampu membaca dan menghadapi perasaan-perasaan orang lain dengan efektif.³²

Sebuah laporan dari *National 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; 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 ketidakmampuan belajar.

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 pada tes SAT dibanding dengan anak yang tidak mampu menunda dorongan hatinya.³³

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

³² Sia Tjundjing, Hubungan antara IQ, EQ, dan QA dengan Prestasi Study Pada Siswa SMU, *Journal Anima*, Vol. 17, No. 1, UPI Surabaya, 2001.

³³ *Ibid.*, hlm. 81.

dalam memahami orang lain dan untuk kerja akademis di sekolah lebih baik.³⁴

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.

Kesimpulan

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa: *pertama*, 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. *Kedua*, 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. *Ketiga*, Beberapa pendapat menunjukkan menghilangkan atau paling kurang menurunkan depresi pada anak, antara lain dapat dilakukan dengan mengajarkan cara melihat dan memahami kesulitan itu sendiri, melatih untuk terampil menjalin persahabatan, bergaul lebih baik dengan orang tua, dan melibatkan diri dalam kegiatan-kegiatan sosial yang diminati. Dan yang lebih penting lagi adalah mengubah pikiran-pikiran yang menekan, yang oleh seseorang pakar depresi (*Kovacs*) disebut vaksinasi psikologi.

³⁴ John Gottman, *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2001), hlm. 17.

DAFTAR PUSTAKA

- "Kecerdasan Spiritual" *Harian Kompas*. 15 Desember, 2000.
- Abdul Majid & Dian Andayani. *Pendidikan Agama Islam Berbasis Kompetensi*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 2006.
- Agustian, A. G. *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman dan 5 Rukun Islam*. Jakarta: ARGA, 2001.
- Ahmad Fauzi. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia, tt.
- Ahmad Mudzakir. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Pustaka Setia, 1997.
- Ary Ginanjar Agustian. *Emotional Spritual Quotient*. Jakarta: Arga, 2008.
- Asih Ramila. *Hubungan Minat Belajar dan Keadaan Sosial Ekonomi Keluarga Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Ekonomi Akutansi Kelas XI Ilmu Pengetahuan Sosial SMA Annur Pekanbaru*. Skripsi. Fakultas FKIP. Universitas Islam Riau, 2010.
- Basri Ibrahim. *Psikologi Rasulullah dalam Berinteraksi dengan Masyarakat*. Kuala Lumpur: Al-Hidayah Publication, 2009.
- Daniel Goleman. *Emotional Intelligence*, terj. T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Daniel Goleman. *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, terj. Alex Tri Kantjono. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001.
- Djamaluddin Ancok dan Fuat Nahari Suroso. *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Hendra Surya. *Strategi Jitu Mencapai Kesuksesan Belajar*. Jakarta: PT. Gramedia, 2011.
- Hendra Surya. *Strategi Jitu Mencapai Kesuksesan Belajar*. Jakarta: PT. Gramedia, 2011.
- Ika Maryati. *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Keyakinan Diri (Self Efficacy) dengan Kreativitas pada Siswa Akselerasi*. Dalam Tesis Master. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2008.

- Irwanto. *Psikologi Umum*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1997.
- John Gottman, *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2001.
- John Gottman. *Kiat-kiat Membesarkan Anak yang Memiliki Kecerdasan Emosional*. Jakarta PT Gramedia Pustaka Utama, 2001.
- Kartini Kartono. *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju, 2000.
- Laurence E. Shapiro. *Mengajarkan Emosional Inteligensi pada Anak*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1997.
- Murjono. *Inteligensi dalam hubungan Dengan Prestasi Belajar*. dalam *Journal Anima*, Vol. 2, 1996.
- Prawitasari. *Sumbangan Psikologis Klinis untuk Disiplin Lain*. Yogyakarta: UGM, 1985.
- Sarlito Wirawan Sarwono, *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: Bulan Bintang, 1982.
- Sia Tjundjing. *Hubungan antara IQ, EQ, dan QA dengan Prestasi Study Pada Siswa SMU*. *Journal Anima*. Vol. 17. No 1. UPI Surabaya, 2001.
- Sia Tjundjing. *Hubungan antara IQ, EQ, dan QA dengan Prestasi Study Pada Siswa SMU*. *Journal Anima*, Vol. 17, No. 1. UPI Surabaya, 2001.
- Sumadi Suryabrata. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: RajaGrafindo, 2012.
- Tohirin. *Psikologi Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*. Jakarta: Rajawali. Pers, 2011.
- WS Winkel. *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi Belajar*. Jakarta: Gramedia, 1997.