



Hubungan Kecerdasan Emosional (EQ) dengan Hasil Belajar Penjasorkes pada Siswa SMP Negeri 3 Pare

Ayu Niken Ningtyas¹, Novita Nur Synthiawati^{2,*}

STKIP PGRI Jombang, Prodi Pendidikan Jasmani,
Jl. Pattimura III/20, Jombang Jawa Timur, Indonesia

*ayunikentyas@gmail.com¹, novitanur.synthiawati@gmail.com

Abstrak: Kecerdasan emosional (EQ) mempunyai peran penting bagi proses dan tumbuh kembang siswa dalam mencapai prestasi belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Siswa yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) yang baik mampu mengenali diri sendiri serta mampu membina hubungan baik dengan orang lain. Semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki siswa tersebut maka dalam pengendalian dirinya dapat disesuaikan dengan situasi yang dihadapi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional (EQ) dengan hasil belajar penjaskes pada siswa SMP Negeri 3 Pare. Subyek penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 3 Pare (kelas 7-8) yang berjumlah total 191 siswa. Desain penelitian ini menggunakan metode *ex-postfacto* korelasi. Data kecerdasan emosional (EQ) didapatkan dari lembar angket atau kuesioner yang terdiri dari 37 butir pernyataan dengan menggunakan skala Likert. Sedangkan data hasil belajar penjaskes didapatkan dari nilai raport tengah semester. Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata \pm simpangan baku variable kecerdasan emosional (EQ) $113,46 \pm 8,68$ dengan indikator tertinggi pengaturan diri ($631,88 \pm 32,28$) dan indikator terendah empati ($510,75 \pm 121,29$). kategori tinggi mencapai 82,76% dan kategori rendah 17,24% responden. Sedangkan nilai rata-rata \pm simpangan baku variable hasil belajar penjaskes didapatkan nilai $75,96 \pm 7,70$. Uji korelasi antara variable kecerdasan emosional (EQ) dan hasil belajar penjaskes menunjukkan nilai yang signifikan sebesar 0,000 atau $< 0,05$. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan hasil belajar penjaskes siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 3 Pare.

Kata Kunci: kecerdasan emosional, hasil belajar, Penjaskes

PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia merupakan perwujudan manusia yang bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa berdasarkan (Depdikbud, 2003) tentang sistem Pendidikan Nasional Pasal 1, yaitu: “Pendidikan merupakan suatu yang terstruktur dengan tujuan mengembangkan potensi diri, sehingga memiliki kepribadian

kecerdasan aklak mulia, pengendalian diri, kekuatan keagamaan, serta ketrampilan untuk masyarakat bangsa dan negara dengan diwujudkan dalam suasana proses pembelajaran”. Pendidikan merupakan suatu aspek yang tidak pernah lepas dari kehidupan manusia (Putro, 2015). Pendidikan jasmani merupakan suatu proses belajar bagi seseorang sebagai perorangan



atau anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis (Saputro, 2020). Pengalaman belajar diperoleh melalui berbagai kegiatan jasmani untuk memperoleh pertumbuhan jasmani, kesehatan dan kesegaran jasmani, kemampuan dan ketrampilan, kecerdasan dan perkembangan watak serta kepribadian yang harmonis. Emosi siswa terhadap pembelajaran pendidikan penjas kes berpengaruh besar pada hasil belajar pendidikan jasmani. Karena peserta didik yang dapat mengendalikan emosinya akan dengan mudah menerima pengetahuan yang disampaikan oleh guru dalam proses pembelajaran.

Kecerdasan emosional merupakan hal yang paling penting dalam menentukan keberhasilan siswa karena dengan emosi yang lepas dapat membuat siswa yang pandai menjadi kurang bisa hasil belajar menurun. Tanpa kecerdasan emosional, siswa tidak akan mampu menggunakan kemampuan kognitifnya sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Hal itu menyebabkan, bahwa intelektual bukan merupakan satu-satunya faktor yang bias menentukan keberhasilan siswa, melainkan ada faktor lain yang dapat mempengaruhinya yaitu kecerdasan emosional. Kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang kira-kira 20% dalam menentukan prestasi individu, sedangkan 80% sisanya ditentukan oleh faktor-faktor lain termasuk kecerdasan emosional (Goleman, 2000). Siswa yang mampu mengendalikan emosi dengan baik, maka akan mendapatkan indikasi yang baik dalam pembelajaran, sebaliknya pada pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan akan mendapatkan hasil belajar yang tidak memuaskan. Dari pendapat di atas dapat diketahui bahwa kecerdasan emosional berhubungan dengan hasil belajar.

Belajar adalah proses penyesuaian tingkah laku siswa pada situasi tertentu, dimana penyesuaian tersebut berupa

peningkatan ketrampilan dan kemampuan (Yunarta, 2015). Hasil belajar siswa menurut (Sukmadinata, 2011), merupakan relasi atau pemekaran dari kecakapan-kecakapan potensial atau kapasitas yang dimiliki seseorang. Selain itu, hasil belajar adalah kemampuan yang diperoleh siswa setelah melalui kegiatan belajar dengan ditandai adanya perubahan tingkah laku secara keseluruhan, baik menyangkut segi kognitif, afektif, maupun psikomotor.

Dari definisi di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil 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 pertengahan semester atau akhir semester di dalam buku laporan yang disebut rapor (Monica, 2018). Siswa SMP adalah siswa yang dimana kondisi emosinya dalam diri mulai bisa mengontrolnya dan seringkali bertindak sesuka hati. Perkembangan seksualnya mulai berkembang dan mereka juga mulai tertarik dengan lawan jenis. Saat berada di sekolah mereka merasa bebas dari kawasan orang tua dan bahkan mereka merasa dirinya sudah dewasa. Tidak jarang ketika guru sedang menerangkan mereka asik mengobrol dengan teman sebangkunya sehingga tidak ada partisipasi dalam belajar tersebut. Cara berfikir siswa SMP mereka lebih bisa mengerti mana yang baik dan mana yang tidak baik, siswa SMP masih membutuhkan dampingan dari orang tua namun guru untuk mengarahkan emosi siswa tersebut, sehingga mereka akan aman dan menjadi pribadi yang baik dimasa depan. Bimbingan dan dampingan dari guru ketika di sekolah adalah peran yang sangat penting untuk siswa SMP

METODE

Jenis dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Peneliti menggunakan metode penelitian *ex-postfacto* korelasi, disebut

demikian karena data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berasal dari data yang sudah ada sehingga penelitiannya menggunakan metode *ex-postfacto*. Menurut (Sugiyono, 2016) mengemukakan bahwa penelitian *ex-postfacto* adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk peneletian peristiwa yang telah terjadi dan kemudian melihat kebelakang untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian tersebut. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan kecerdasan emosional (*EQ*) dengan hasil belajar penjaskes pada siswa SMP Negeri 3 Pare. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode Kuisioner.

Variabel dalam penelitian menggunakan Variabel Bebas dan Variabel Terikat. Dimana dalam Variabel bebas dipilih oleh peneliti untuk menentukan hubungannya dengan suatu gejala yang dobservasi variabel bebas dalam peneliti ini adalah kecerdasan emosional (*EQ*). sedangkan Variabel Terikat untuk menentukan pengaruh yang disebabkan oleh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil belajar penjaskes. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN 3 pare yang memiliki jumlah 31 kelas dimana tingkat kelasnya masing-masing terdiri dari (A,B,C,D,F,G,H,I,J) dengan jumlah keseluruhan 837 siswa. Dari jumlah tersebut diambil sampel menjadi 6 kelas perwakilan dari VII dan VIII A,B,C dengan jumlah 191 siswa pada SMP Negeri 3 Pare. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara *Stratified Random Sampling*. Peneliti mengambil sampel kelas VII dan VIII dengan jumlah 191 siswa.

Instrument dalam penelitian ini angket tertutup yaitu angket yang telah dilengkapi dengan alternatis jawaban yang telah diseiakan. Dalam penyusunan angket ini menggunakan skala linkert dengan empat alternatif jawaban. Skor setiap alternatif jawaban pada pertanyaan positif (+) dan

pernyataan negatif (-) adalah seperti pada table berikut

Tabel 1. Skor Alternatif jawaban Pernyataan Kecerdasan Emosional

Pernyataan Positif		Pernyataan Negatif	
Alternatif Jawaban	Skor	Alternatif Jawaban	Skor
Sangat Setuju (SS)	4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1
Setuju (S)	3	Tidak Setuju (TS)	2
Tidak Setuju (TS)	2	Setuju (S)	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Setuju (SS)	4

Sumber: (Lia Monica 2014: 49)

Di bawah ini merupakan bentuk kisi-kisi dari instrumen yang kemudian dijabarkan menjadi perntanyaan-pertnyaan dalam angket yang terdiri dari 37 butir (validasi Fetra Aulia, 2014: 35) yang mengungkapkan tentang pengaruh kecerdasan emosional terhadap hasil belajar penjaskes pada siswa. Serta instrument ini telah di validasi oleh ahli psikologi.

Tabel 2. Kisi-kisi instrumen kecerdasan emosional

No	Indikator	Sub Indikator	No. Butir
1	Kesadaran Diri	a) Mengenali emosi dan kesadaran diri b) Percaya diri	1, 2, 3, 4,
2	Pengaturan Diri	a) Kendali diri b) Sifat dapat dipercaya c) Waspada dan adaptasi d) Inovasi	5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 35
3	Motivasi Diri	a) Dorongan berprestasi b) Komitmen c) Optimisme	12, 13, 14, 15, 16,17,18, 36*, 37*
4	Empati	a) Memahami oranglain b) Mengembangkan orang lain c) Orientasi pelayanan	19*,20*, 21,22,23 *,31,32,3 3
5	Membina	a) Komunikatif	34, 24,

No	Indikator	Sub Indikator	No. Butir
	Hubungan	b) Manajemen konflik c) Kepemimpinan d) Membangun kerjasama	25, 26, 27, 28, 29, 30
Jumlah			37 butir

Sumber : Lia Monica 2014: 50

Dalam analisis data yang digunakan penelitian perhitungan data menggunakan bantuan *SPSS versi 20.0*, dengan langkah (1) Uji Prasyarat, yaitu: (a) Uji Normalitas dan (b) Uji Linieritas. (2) Uji Hipotesis.

TEMUAN ATAU HASIL DAN DISKUSI

Uji hipotesis yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *korelasi pearson* yang digunakan untuk mencari hubungan kecerdasan emosional (EQ) dengan hasil belajar penjasorkes pada siswa SMP Negeri 3 Pare

Berikut ini adalah hasil perhitungan uji *pearson correlation* berdasarkan *SPSS 20.0*

Tabel 3. Hasil Pearson Correlation

Correlations			
		Kecerdasan Emosional	Hasil Belajar Penjaskes
Kecerdasan Emosional	Pearson Correlation	1	.334**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	191	191
Hasil Belajar Penjaskes	Pearson Correlation	.334**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	191	191

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional (EQ) terhadap hasil belajar Penjaskes SMP Negeri 3 Pare.. Hal tersebut berdasarkan hasil pengujian

hipotesis dengan uji korelasi *pearson* menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Nilai koefisien korelasi r_{xy} sebesar 0,334 sehingga dikatakan korelasinya positif (hubungan searah). Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian Sulistyia yang menyatakan 14,9% prestasi belajar penjasorkes dipengaruhi oleh kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional (Sulistyia, 2016). Peningkatan kecerdasan emosional merupakan hasil psikologis yang diinginkan dari pembelajaran pendidikan jasmani. Tidak ada bukti yang menunjukkan hubungan langsung antara pelajaran pendidikan jasmani dengan hasil-hasil yang bersifat psikologis. empati mempunyai rata-rata terendah yaitu $510,75 \pm 121,29$. Menurut gustini (2017) empati merupakan kemampuan individu untuk memahami keadaan orang lain, baik secara perasaan dan pikiran dengan mengomunikasikan pikiran dan perasaannya tersebut kepada orang lain tanpa kehilangan identitas dirinya sendiri atau dengan kata lain, empati merupakan kemampuan individu untuk menempatkan diri pada pikiran dan perasaan orang lain tanpa harus terlibat dalam perasaan maupun tanggapan orang tersebut (Gustini, 2017). pengaturan diri mempunyai rata-rata tertinggi yaitu $631,88 \pm 32,28$. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa siswi SMP Negeri 3 Pare dapat mengelola emosinya dengan baik. Menurut Goleman (2001) mendefinisikan pengaturan diri dengan menanggapi emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya sesuatu sasaran dan mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

KESIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional (EQ) terhadap hasil belajar Penjaskes SMP Negeri 3 Pare.. Berdasarkan hasil analisis diperoleh bahwa



nilai signifikansi uji korelasi *Pearson* variabel kecerdasan emosional dengan hasil belajar penjaskes menunjukkan nilai sig. sebesar 0,000 atau $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan signifikan dengan hasil belajar penjaskes. Nilai koefisien korelasi variabel kecerdasan emosional terhadap hasil belajar penjaskes sebesar 0,334.

Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa siswi SMP Negeri 3 Pare dapat mengelola emosinya dengan baik. Menurut Goleman (2001) mendefinisikan pengaturan diri dengan menangani emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas, peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya sesuatu sasaran dan mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

REFERENSI

- Chaplin, J. . (2000). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Rajawali.
- Depdikbud. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Depdikbud.
- Goleman, D. (2000). *Emotional Intelligence*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Gustini, N. (2017). Empati Kultural pada Mahasiswa. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 1(1), 17. <https://doi.org/10.17509/jomsign.v1i1.6049>
- Monica, L. (2018). *Kontribusi Tingkat Kecerdasan Emosional (EQ) dan Partisipasi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Di SMP Negeri 1 Gudo*. STKIP PGRI Jombang.
- Putro, B. N. (2015). Pengembangan Media Pembelajaran Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini. *Bravo's*, 3(2), 98–115.
- Saputro, A. A. (2020). Pengaruh permainan terhadap kemampuan passing bawah bolavoli pada peserta didik kelas viii mtsn 6 jombang. *Journal STAND*, 1(2), 49–55. <http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/stand/about/submissions>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian & Pengembangan*. Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. PT Remaja Rosdakarya.
- Sulistiya, F. (2016). *Pengaruh Tingkat Kecerdasan Intelektual dan Kecerdasan Emosional terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa di Smp N 15 Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yunarta, A. (2015). Peningkatan Hasil Belajar Pasing Bawah Bolavoli Dengan Modifikasi Bola Spon dan Lapangan Bolavoli Mini. *Bravo's*, 3(2), 98–115.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian & Pengembangan*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, N. S. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Syahrin, A. Dkk. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Membentuk Karakter Siswa Pada Mts Se-Banda Aceh Tahun Pelajaran 2016/2017, 3, 76–91.