

## HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL (EQ) DENGAN HASIL BELAJAR PENJASORKES PADA SISWA KELAS VII DAN VIII MTS DARUL ULUM KEPUHDOKO

Maulida Agusti Suryandari<sup>1</sup>, Puguh Satya Hasmara<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan  
STKIP PGRI Jombang

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan  
STKIP PGRI Jombang

### ABSTRAK

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelegansi (*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 social. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional(EQ) dengan hasil belajar penjasorkes pada siswa MTs Darul Ulum Kepuhdoko. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII dan VII Ts Darul Ulum Kepuhdoko yang berjumlah 102 siswa.

Desain penelitian ini menggunakan metode korelasi. Data kecerdasan emosional (EQ) didapatkan dari lembar angket/ kuesioner yang terdiri dari 37 butir pernyataan dengan menggunakan skala *Likert*. Sedangkan data hasil belajar penjaskes didapatkan dari nilai raport.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional (EQ) terhadap hasil belajar penjasorkes pada siswa kelas VII dan VIII MTs Darul Ulum Kepuhdoko. Hal tersebut berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan uji korelasi *pearson* menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar  $0,000 <$  dari  $0,05$ . Nilai koefisien korelasi  $r_{xy}$  sebesar  $0,038$  sehingga dikatakan korelasinya positif (hubungan searah).

Kata Kunci : Kecerdasan Emosional, Hasil Belajar

### ABSTRACT

Emotional intelligence is the ability of a person to regulate his emotional life with intelligence (*to manage our emotional life with intelligence*), maintain emotional harmony and its expression (*the appropriateness of emotion and its expression*) through self-awareness skills, self-control, self-motivation, empathy and social skills. The purpose of this study was to determine the relationship of emotional intelligence (EQ) with physical education learning outcomes of students at Darul Ulum Kepuhdoko MTs. The subjects of this study were students of class VII and VII Ts Darul Ulum Kepuhdoko, totaling 102 students.

The design of this study uses the correlation method. Data on emotional intelligence (EQ) was obtained from a questionnaire / questionnaire consisting of 37 items using a *Likert* scale. While the data on the learning outcomes of the health test was obtained from the report cards

The results showed that there was a significant relationship between the level of emotional intelligence (EQ) on the learning outcomes of physical education in grade VII and VIII students at Darul Ulum Kepuhdoko MTs. This is based on the results of hypothesis testing with Pearson correlation test shows that the significance value of 0,000 <from 0.05. The correlation coefficient value of  $r_{xy}$  is 0.038 so it is said that the correlation is positive (direct relationship).

Keywords: Emotional Intelligence, Learning Outcomes

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani olahraga, dan kesehatan yang diajarkan disekolah memiliki perana yang sangat penting yaitu memberikan kesempatan pada peserta didik untuk terlibat langsung sebagai pengalaman aktivitas jasmani,olahraga, dan kesehatan yang di lakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk mebinah pertumbuhan fisik dan pengembangan pikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pada hidup sehat sepanjang hayat. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu dari sekianbanyak mata pelajaran yang disajikan. Dengan adanya mata pelajaran penjasorkes diharapkan rana kebutuhan peserta didik yaitu afektif, kognitif dan psikomotor, namun pada realisasi di lapangan menunjukkan hasil yang kurang memuaskan baik dalam proses maupun hasil pembelajaran siswa.

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan dalam kualitas individu, baik dalam bentuk fisik, mental, serta emosional. Sebagai mata pelajaran, penjasorkes merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang berfungsi untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga, dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Menurut (ragieli, 2016).

Kecerdasan Emosional asal dari kata emosi berasal dari bahasa latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata tersebut menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Menurut (Goleman,2002) 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. 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.

(Kademi, 2015) mengemukakan beberapa macam emosi, yaitu:

- a. Amarah : beringas, mengamuk, benci, jengkel, kesal hati
- b. Kesedihan : pedih, sedih, muram, suram, melankolis, mengasihani diri, putus asa
- c. Rasa Takut : cemas, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali waspada, tidak tenang, ngeri
- d. Kenikmatan : bahagia, gembira, riang, puas, riang, senang, terhibur, bangga
- e. Cinta : penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kemesraan, kasih
- f. Terkejut : terkesiap, terkejut
- g. Jengkel : hina, jijik, muak, mual, tidak suka
- h. . Malu : malu hati, kesal

Dalam buku yang berjudul *Frame of Mind* Gardner menyatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spectrum kecerdasan yang lebar dan tujuh varietas utama yaitu linguistic, matematika atau logika, spesial, kinestetik, musik, interpersonal dan intrapersonal. Kecerdasan ini dinamakan sebagai kecerdasan pribadi yang disebut sebagai kecerdasan emosional (Goleman, 2000).

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelegansi (*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 social. (Goleman, 2000)

Seseorang yang mempunyai kecerdasan emosional yang baik akan dapat dikenali melalui lima komponen dasar yaitu sebagai berikut :

- 1) *Self-awareness* (pengenalan diri), yaitu mampu mengenali emosi dan penyebab dari pemicu emosi tersebut.
- 2) *Self-regulation* (penguasaan diri), yaitu seseorang yang mempunyai pengenalan diri yang baik dapat lebih terkontrol dalam membuat tindakan agar lebih hati-hati.

- 3) *Self-motivation* (motivasi diri), yaitu ketika sesuatu berjalan tidak sesuai dengan rencana, seseorang yang mempunyai kecerdasan emosional tinggi tidak akan bertanya “Apa yang salah dengan saya atau kita?”. Sebaliknya ia bertanya “Apa yang dapat kita lakukan agar kita dapat memperbaiki masalah ini?”.
- 4) *Empathy* (empati), yaitu kemampuan untuk mengenali perasaan orang lain dan merasakan apa yang orang lain rasakan jika dirinya sendiri yang berada pada posisi tersebut.
- 5) *Effective Relationship* (hubungan yang efektif), yaitu dengan adanya empat kemampuan tersebut, seseorang dapat berkomunikasi dengan orang lain secara efektif. Kemampuan untuk memecahkan masalah bersama-sama lebih ditekankan dan bukan pada konfrontasi yang tidak penting yang sebenarnya dapat dihindari. Orang yang mempunyai kemampuan intelegensia emosional yang tinggi mempunyai tujuan yang konstruktif dalam pikirannya. Seseorang yang tidak mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi dapat ditandai dengan hal-hal berikut: mempunyai emosi yang tinggi, cepat bertindak berdasarkan emosinya, dan tidak sensitif dengan perasaan orang lain. Orang yang tidak mempunyai kecerdasan emosional tinggi, biasanya mempunyai kecenderungan untuk menyakiti dan memusuhi orang lain.

Aspek kecerdasan emosional menurut (Indriawati, 2018) sebagai berikut:

- a. Mengenali emosi diri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi.
- b. Mengelola emosi merupakan kemampuan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri individu.
- c. Memotivasi diri sendiri berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasisme, gairah, optimis dan keyakinan diri.
- d. Mengenali emosi orang lain yang disebut empati.
- e. Membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi.

Menurut (Fitrah, 2017) mengungkapkan bahwa kecerdasan emosi terkandung 5 komponen dasar yaitu :

- a) Kemampuan mengenali emosi diri dan kesadaran diri  
Kemampuan ini adalah kemampuan untuk mengetahui apa yang dirasakan pada suatu saat dan digunakan untuk membantu individu dalam mengambil keputusan dasar dari

kecerdasan emosi dan suatu hal yang penting bagi pemahaman diri. Kesadaran diri yang tinggi akan membuat individu mampu memberikan perhatian secara terus menerus terhadap keadaan emosinya, sehingga individu tersebut mempunyai pikiran yang mampu mengamati dan menggali pengalaman secara obyektif.

b) Kemampuan mengelola emosi

Mengelola emosi adalah kemampuan pengorganisasian emosi sehingga berdampak positif pada pelaksanaan tugas kemampuan untuk mengatur keadaan emosi agar dapat diungkapkan secara tepat, peka terhadap kata hati, dan sanggup menunda kesenangan sebelum tercapai tujuan.

c) Memotivasi diri sendiri

Kemampuan memotivasi diri adalah kemampuan untuk menggunakan hasrat yang paling dalam untuk menuntun individu menuju sasaran, membantu mengambil keputusan dan bertindak efektif untuk bertahan dalam menghadapi kegagalan dan frustasi.

d) Mengenali emosi orang lain (empati)

Mengenali emosi orang lain adalah kemampuan untuk mengetahui dan merasakan keadaan perasaan orang lain, mampu memahami pandangan orang lain, menumbuhkan perasaan orang lain, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam karakter orang.

e) Membina hubungan (sosial)

Kemampuan membina hubungan dengan orang lain adalah keterampilan social yang memudahkan seseorang masuk dalam lingkup pergaulan sehingga mendukung keberhasilan individu dalam bergaul dengan orang lain, kemampuan ini merupakan keterampilan sosial yang menunjang popularitas.

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan kecerdasan emosional adalah membuat orang menjadi mampu lebih dewasa dalam emosi, mampu mengenali, memahami dan mewujudkan emosi dalam porsi yang tepat, sehingga dapat dimanfaatkan untuk memecahkan masalah yang dihadapi.

Belajar dimaknai sebagai proses perubahan perilaku sebagai hasil interaksi individu dengan lingkungannya. Perubahan perilaku terhadap hasil belajar bersifat kontinu, fungsional, positif, aktif, dan terarah. Proses perubahan tingkah laku dapat terjadi dalam berbagai kondisi berdasarkan penjelasan dari para ahli pendidikan dan psikologi. Adapun pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik, dengan bahan pelajaran, metode penyampaian, strategi pembelajaran, dan sumber belajar dalam suatu

lingkungan belajar. Kemudian, keberhasilan dalam proses belajar dan pembelajaran dapat dilihat melalui tingkat keberhasilan dalam mencapai tujuan pendidikan. Dengan tercapainya tujuan pembelajaran, maka dapat dikatakan bahwa guru telah berhasil dalam mengajar. Dengan demikian, efektivitas sebuah proses belajar dan pembelajaran ditentukan oleh interaksi diantara komponen-komponen tersebut (Fitrah, 2014)

Hasil belajar merupakan kemampuan yang dimiliki siswa dari proses belajar yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Dalam penelitian ini akan dilihat pengaruh hasil belajar siswa dari kedua faktor tersebut, faktor internal yaitu sikap belajar siswa yang difokuskan pada keaktifan siswa dalam aktivitas belajar dan faktor eksternal dari metode pembelajaran yang digunakan guru dalam proses pembelajaran, sehingga dapat mencapai tujuan pengajaran yang telah ditetapkan.. (Fitrah, 2014)

Faktor yang datangnya dari luar diri siswa yaitu faktor lingkungan. Kekuatan kedua faktor ini tidak dapat dipastikan, mana yang paling dominan. Dalam kondisi tertentu faktor eksternal yang lebih dominan.

Menurut Mengklasifikasikan faktor-faktor psikologis dalam belajar itu adalah sebagai berikut:

1. Perhatian

Maksudnya adalah pemusatan energy psikis yang tertuju kepada suatu objek pelajaran atau dapat dikatakan sebagai banyak sedikitnya kesadaran yang menyertai aktivitas belajar.

2. Pengamatan

Adalah cara mengenal dunia riil (nyata), baik dirinya sendiri maupun lingkungan dengan segenap panca indra. Jadi dalam belajar itu unsur keseluruhan jiwa dengan segala panca inderanya harus bekerja untuk mengenal penlajaran tersebut.

3. Tanggapan

Yang dimaksudkan adalah gambaran atau bekas yang tinggal dalam ingatan setelah orang melakukan pengamatan. Tanggapan itu akan memiliki pengaruh terhadap perilaku belajar setiap siswa.

4. Fantasi

Adalah sebagai kemampuan untuk membentuk tanggapan- tanggapan baru berdasarkan atas tanggapan yang ada, atau dapat dikaatakan sebagai suatu fungsi yang memungkinkan individu untuk berorientasi dalam alam imajiner, menerobos dunia realitas.

5. Ingatan

Merupakan kecakapan untuk menerima, menyimpan dan memproduksi kesan- kesan didalam bealajar

6. Berfikir

Adalah aktivitas mental untuk dapat merumuskan pengertian, menyintesis dan menarik kesimpulan.

7. Bakat

Adalah salah satu kemampuan manusia untuk melakukan suatu kegiatan dan sudah ada sejak manusia itu ada. Hal ini dekat dengan personal inteligensia yang merupakan struktur mental yang melahirkan “kemampuan” untuk memahi sesuatu.

8. Motif (motivasi)

Sesuai yang diuraikan didepan, seorang akan berhasil dalam belajar, kalau pada dirinya sendiri ada keinginan untuk belajar. Inilah prinsip dan hokum pertama dalam kegiatan pendidikan pengajaran. Keinginan atau dorongan untuk belajar inilah yang disebut dengan motivasi.

Menurut (Febri,2016) ada beberapa ciri-ciri remaja yang harus diketahui, yaitu :

1. Pertumbuhan Fisik

Pertumbuhan fisik mengalami perubahan dengan cepat, lebih cepat dibandingkan dengan masa anak-anak dan masa dewasa. Untuk mengimbangi pertumbuhan yang cepat itu, remaja membutuhkan makan dan tidur yang lebih banyak.

2. Perkembangan Seksual

Perkembangan seksual remaja pengalami perkembangan yang terkadang-kadang menimbulkan masalah dan menjadi penyebab timbulnya perkelahian, bunuh diri dan sebagainya. Perkembangan seksual pada anak laki-laki adalah alat produksi spermanya mulai berproduksi, mengalami masa mimpi yang pertama, yang tanpa sadar mengeluarkan sperma. Sedangkan pada anak perempuan bila rahimnya sudah bisa dibuahi karena sudah mendapatkan menstruasi (datang bulan).

3. Emosi yang Meluap-luap

Keadaan emosi remaja masih labil karena erat hubungannya dengan keadaan hormo. Suatu saat sedih sekali, dilain waktu bisa marah sekali. Emosi remaja lebih kuat dan lebih menguasai diri mereka daripada pikiran yang realistis.

#### 4. Mulai Tertarik Pada Lawan Jenis

Dalam kehidupan social remaja, mereka mulai tertarik kepada lawan jenisnya dan mulai berpacaran. Jika hal ini orang tua kurang mengerti, kemudian melarangnya, akan menimbulkan masalah dan remaja akan bersikap tertutup terhadap orang tua.

#### 5. Terikat dengan Kelompok

Remaja dalam kehidupan sosial sangat tertarik kepada kelompok sebayanya sehingga tidak jarang orangtua dinomor duakan sedangkan kelompok diutamakan. Kelompok atau geng sebenarnya tidak berbahaya jika bisa mengarahkannya.

Dari pendapat yang dikemukakan di atas dapat diartikan bahwa banyak usaha yang dilakukan oleh para siswa untuk meraih prestasi belajar agar menjadi yang terbaik seperti mengikuti bimbingan belajar. Usaha semacam ini itu jelas positif, namun masih ada factor lain yang tidak kalah pentingnya dalam mencapai keberhasilan selain kecerdasan ataupun kecakapan intelektual, faktor tersebut adalah kecerdasan emosional. 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. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti dapat mengambil judul “Survey Tingkat Percaya Diri Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Di SMA Negeri Ploso”

### **METODE**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode korelasional yang menurut Arikunto ( 2006 : 4) metode korelasional adalah penelitian yang di gunakan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan,

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan korelasional yang Menurut . Arikunto (2006 : 4 ) metode korelasional adalah penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, Penelitian korelasi ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variable.

Menurut (Maksum, 2012) Megumumkan bawa variabel adalah suatu konsep memiliki variabelitas atau keragaman yang menjad fokus penelitian. Berdasarkan dengan penelitia ini,dapat dikemukakan dua variabel yang terdapat dalam penelitian.

- a. Variabel bebas merupakan Variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan variabel lain. Variabel bebas merupakan variabel yang variabelnya diukur,



dimanipulasi, atau dipilih oleh peneliti untuk menentukan hubungannya dengan suatu gejala yang dibersvasi variabel bebas dalam peneliti ini adalah kecerdasan emosional (EQ)

- b. Variabel terikat merupakan variabel yang di pengerahui oleh variabel bebas. variabel terikat adalah variabel yang diamati dan di ukur untuk menentukan pengaruh yang disebabkan oleh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil belajar penjaskes.

Sampel penelitian ini adalah seluruh populasi dalam penelitian. Hal ini dapat disebut juga penelitian populasi. Karena semua populasi adalah sampel dalam penelitian ini yang merupakan siswa kelas VII dan VIII MTS Darul Ulum Kepuhdoko Tembelang jombang yang berjumlah siswa 102 siswa.

Mengumpulkan data penelitian merupakan hal penting, kegiatan ini merupakan bentuk nyata proses bertemunya peneliti dengan subjek penelitian secara langsung. Pengumpulan yang digunakan berupa angket. Angket terdiri dari komponen atau variabel yang dijabarkan melalui sub komponen, indikator-indikator dan pertanyaan. Butir-butir pertanyaan itu merupakan gambaran tentang sikap. Bentuk angket yang di gunakan berupa aplikasi *google form*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup yaitu angket yang telah dilengkapi dengan alternatif jawaban yang telah di sediakan. Instrument angket telah di gunakan untuk memperoleh data tentang kecerdasan emosional. Dalam penyusunan angket ini menggunakan skala likert dengan empat alternative jawaban.

Tes hasil belajar pendidikan jasmani dan kesehatan berdasarkan tes yang dilakukan oleh pihak sekolah melalui guru penjaskes dalam nilai pertengahan semester kemudian dimasukkan dalam nilai rapor tengah semester. Dokumentasi dari nilai rapor tengah semester ganjil dari guru yang bersangkutan yang digunakan sebagai acuan dalam penelitian.

## **HASIL PENELITIAN**

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional (EQ) terhadap hasil belajar penjasorkes pada siswa kelas VII dan VIII MTs Darul Ulum Kepuhdoko. Hal tersebut berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan uji korelasi *pearson* menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar  $0,000 <$  dari  $0,05$ . Nilai koefisien korelasi  $r_{xy}$  sebesar  $0,038$  sehingga dikatakan korelasinya positif (hubungan searah).

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. Prestasi belajar merupakan hasil usaha belajar yang dicapai siswa berupa suatu kecakapan dari kegiatan belajar bidang akademik di sekolah. Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang penting yang seharusnya dimiliki oleh siswa yang memiliki kebutuhan untuk meraih prestasi belajar lebih baik di sekolah. (Ananta, 2016).

Banyak faktor yang menyebabkan hal itu terjadi, seperti menurut Suryabrata (1998 : 233) dan Shertyzer & Stone (dalam Winkle, 1977:591). Untuk meraih prestasi belajar yang baik banyak sekali faktor-faktor yang perlu diperhatikan. Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi belajar dan prestasi belajar dapat digolongkan menjadi dua bagian yaitu : faktor intern dan faktor eksternal. Faktor internal yakni keadaan/kondisi jasmani dan rohani siswa. Faktor internal itu antar lain aspek fisikologis, psikologis, intelegensi, sikap minat, bakat dan motivasi. Faktor eksternal yakni kondisi lingkungan di sekitar siswa, faktor eksternal itu antara lain keluarga, pendidikan orang tua, perhatian orang tua dan guru, masyarakat, teman, rumah, sekolah, peralatan dan alam.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut telah teruji bahwa terdapat pengaruh positif antara kecerdasan emosional (EQ) terhadap hasil belajar penjasorkes pada siswa kelas VII dan VIII MTs Darul Ulum Kepuhdoko. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan tidak bersifat menetap ataupun dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat dipengaruhi 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 dipengaruhi oleh faktor keturunan. (Dardija, 2014)

Kecerdasan emosional (EQ) mempunyai peran penting bagi proses dan tumbuh kembang siswa dalam mencapai prestasi belajar penjasorkes. 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 (Monica, 2018).

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosional (EQ) mempunyai hubungan terhadap hasil belajar penjasorkes pada siswa kelas VII dan VIII MTs Darul Ulum Kepuhdoko.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan uraian-uraian yang telah diungkapkan pada pembahasan , maka dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu:

Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional (EQ) terhadap hasil belajar penjasorkes pada siswa kelas VII dan VIII MTs Darul Ulum Kepuhdoko. 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 0,038 sehingga dikatakan korelasinya positif (hubungan searah).

## **SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka saran yang dapat dikemukakan adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi Siswa

Siswa hendaknya dapat memotivasi diri sendiri dan bersikap optimis terhadap mata pelajaran penjasorkes, sehingga dapat meningkatkan hasil belajar penjasorkes.

### 2. Bagi Guru

Setiap guru diharapkan lebih memotivasi siswa agar siswa dapat bersikap optimis dalam pelajaran penjasorkes agar siswa dapat memiliki hasil belajar penjasorkes yang lebih baik.

### 3. Bagi Peneliti Lanjutan

Kepada peneliti lanjutan sebaiknya menggunakan responden yang lebih besar lagi sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan untuk wilayah yang lebih luas, serta mempertimbangkan faktor-faktor lain selain kecerdasan emosional yang dapat mempengaruhi hasil belajar penjasorkes siswa yang belum diteliti dalam penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Fitri Nur Hidayati, (2019). *Hubungan Kemampuan Kecerdasan Emosional Dengan Hasil Belajar Pkn Kelas Iv Di Sd Negeri 2 Kemiling Permai Bandar Lampung*. Skripsi Tidak Diterbitkan

- Febri Sulistiya, (2017). *Pengaruh Tingkat Kecerdasan Intelektual dan Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Pada Siswa di SMP N 15 Yogyakarta*” Skripsi Tidak Diterbitkan
- Goleman, D. (2000). *Emotional Intelligence*. Kota: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (2000). *Working With Emotional Intelligence* (terjemahan). Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2002). *Kecerdasan Emosional; Mengapa EQ Lebih Penting Daripada IQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kadeni. (2015). *pentingnya kecerdasan emosional dalam belajar*. stkip PGRI Blitar
- Indriawati, P. (2018). *Pengaruh Kepercayaan Diri Kecerdasan Emosional Hasil Belajar Mahasiswa* 7(1), 59–77.
- Maksum, Ali. (2012). *Metode Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Muh. Jidan Ananta. (2016). *Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas V SDN Ketawanggede Malang*. Skripsi Tidak Diterbitkan.
- Monica. (2018). *Kontribusi Tingkat Kecerdasan Emosional (EQ) dan Partisipasi terhadap Hasil Efikasi Diri dan Pemahaman* Jombang: proram setudy penjas stkip PGRI jombang. Skripsi Tidak Diterbitkan.
- Wynestio, Ragi. (2016). *Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Group Investigation Terhadap Ketuntasan Hasil Belajar Dribble Sepakbola Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kota Kediri*. Jurnal apa: vol. 04, p628–633.