

Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Efikasi Diri Peserta Didik Sekolah Menengah Atas

Halimatun Nihayah¹, Suhendri², Nurul Hidayah³

^{1,2}Pendidikan Profesi Guru, Fakultas Pascasarjana, Universitas PGRI Semarang, halimatunnihayach@gmail.com

³MAN 1 Kota Semarang

Email Korespondensi: halimatunnihayach@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi oleh data yang menunjukkan bahwa beberapa peserta didik kelas X MAN 1 Kota Semarang memiliki efikasi diri yang rendah. Sebagai individu, peserta memiliki tugas perkembangan yang harus dipenuhi, salah satunya yaitu efikasi diri atau keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya. Efikasi diri dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan individu dalam mengelola emosi. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap efikasi diri peserta didik. Pengumpulan data dari penelitian ini yaitu menggunakan instrumen kecerdasan emosional dan efikasi diri yang diadopsi dari penelitian sebelumnya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Sampel penelitian berjumlah 143 dengan menggunakan teknik *random sampling*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana menggunakan SPSS

26.00. Hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap efikasi diri peserta didik dengan R(Square) sebesar 0,416 yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan dengan efikasi diri sebesar 41,6%.

Kata kunci: Kecerdasan Emosional, Efikasi Diri, Remaja, Perkembangan

ABSTRACT

This research is persuaded by data showing that some students in class X MAN 1 Semarang City have low self-efficacy. As individuals, participants have developmental tasks that must be fulfilled, one of which is self-efficacy or individual belief in their abilities. Self-efficacy is influenced by various factors, one of which is emotional intelligence. Emotional intelligence is an individual's ability to manage emotions. The research objective is to determine the effect of emotional intelligence on students' self-efficacy. Collecting data from this study using emotional intelligence and self-efficacy instruments adopted from previous research. This research uses a descriptive quantitative approach. The research sample is 143 using a random sampling technique. The data obtained were analyzed using simple regression analysis using SPSS 26.00. The results of the study are that there is an influence between emotional intelligence on students' self-efficacy with an R(Square) of 0.416 which indicates that emotional intelligence has a relationship with self-efficacy of 41.6%.

Keywords: Emotional Intelligence, Self-Efficacy, Adolescence, Development

PENDAHULUAN

Usia remaja merupakan masa yang menarik untuk dibahas. Masa remaja merupakan masa dimana individu meninggalkan status dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang sering disebut dengan peralihan. Menurut Hurlock pada masa ini seorang remaja banyak mengalami perubahan fisik, seksual, psikologis, maupun perubahan sosial. Remaja memiliki pemikiran pengenalan tentang siapakah diri mereka dan apa yang membuat diri mereka berbeda dari orang lain (Khasanah, 2019). Remaja memiliki pemikiran pengenalan tentang siapakah diri mereka dan apa yang membuat diri mereka berbeda dari orang lain.

Sebagai individu, usia remaja memiliki berbagai tugas perkembangan yang harus diselesaikan, dengan begitu maka masalah dalam perkembangan dapat terselesaikan. Dalam dunia pendidikan, usia sekolah menengah atas merupakan usia remaja yang cukup matang dimana usia remaja akan beralih ke masa dewasa. Pada usia sekolah menengah atas, peserta didik berada pada usia remaja. Peserta didik memiliki banyak masalah dan dituntut untuk dapat menyelesaikan masalah. Peserta didik perlu memiliki keyakinan diri serta percaya akan kemampuan yang dimiliki untuk melakukan tugas dan tanggung jawab perkembangan peserta didik.

Kemampuan peserta didik untuk yakin dan percaya akan dirinya sendiri sering para ahli sebut sebagai Efikasi Diri. Bandura mengartikan efikasi diri merupakan suatu sikap yang mengacu pada keyakinan atas kemampuan dari seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan untuk menghasilkan suatu pencapaian (Pratiwi, 2022). Efikasi diri ini amat penting bagi siswa karna peserta didik yang memiliki efikasi diri positif akan yakin dan percaya diri sehingga dirinya mampu untuk menjalankan tugas dengan baik. Dengan adanya keyakinan dan efikasi diri yang baik pada peserta didik akan memotivasi dirinya saat menyelesaikan tugas sekolah maupun soal-soal dalam pembelajaran dikelas.

Dari observasi awal peneliti melihat masih banyak peserta didik yang memiliki efikasi diri yang rendah. Hal ini didukung dari hasil data asesmen di MAN 1 Kota Semarang, peserta didik masih banyak yang belum memiliki efikasi diri. Peserta didik tidak yakin dan berani bertanya saat tidak memahami pelajaran, tidak percaya diri untuk dapat menjawab pertanyaan yang diberikan guru, hingga tidak yakin untuk maju ke depan saat pembelajaran.

Menurut Bandura, efikasi diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu pengalaman menguasai kemampuan, pengalaman orang lain, persuasi sosial, kondisi fisik dan emosional (Feist, J. & Feist, 2013). Dalam penelitian ini peneliti mengambil kecerdasan emosional yang mempengaruhi efikasi diri. Hal ini didukung oleh penelitian-penelitian terdahulu. Khumairoh

(2015) juga menyampaikan bahwa ada hubungan kecerdasan emosional dengan efikasi diri pada mahasiswa PBSB UIN Sunan Ampel Surabaya.

Menurut Mubdi dan Indrawati (2017) terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosi dan efikasi diri akademik pada siswa kelas XI SMK Bina Wisata Lembang, yang artinya semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang maka semakin tinggi juga efikasi diri. Tetapi sebaliknya, apabila seseorang tersebut memiliki kecerdasan emosional yang rendah maka efikasi diri juga semakin rendah.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenal perasaan diri kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri, kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri kita sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Sehingga sangat penting untuk remaja memiliki kecerdasan emosional yang baik, karena kecerdasan emosional yaitu merupakan bentuk komunikasi sehingga remaja dapat menyatakan segala sesuatu yang di butuhkan dan perasaannya pada orang lain, emosi berperan penting dalam mempengaruhi kepribadian dan penyesuaian diri remaja dengan lingkungannya.

Harmoko berpendapat Kecerdasan emosi diartikan kemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresikan dengan tepat, termasuk untuk memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, serta membina hubungan dengan orang lain. Oleh karena itu kecerdasan emosional sangatlah penting untuk dimiliki oleh peserta didik, karena dengan kecerdasan emosional dapat membantu meningkatnya hal-hal positif dalam diri peserta didik.. Goleman mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan lebih yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi, dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa dengan kecerdasan tersebut, seseorang dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat.

Dari pendapat diatas, diketahui bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh dan keterkaitan dengan efikasi diri individu. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap efikasi diri pada peserta didik MAN 1 Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan karena akan dilakukan pencatatan dan analisis data tentang kecerdasan emosional dan efikasi diri menggunakan penghitungan statistik. Dalam penelitian kuantitatif, peneliti mengidentifikasi masalah penelitian berdasarkan tren di lapangan atau menjelaskan mengapa sesuatu terjadi (Creswell, 2012).

Metode penelitian yang digunakan kuantitatif deskriptif. Peneliti ingin mengetahui pengaruh antara kecerdasan emosional dengan efikasi diri. Jenis penelitian ini yaitu korelasional. Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh antara kecerdasan emosional (X) dengan efikasi diri (Y). Data yang diperoleh akan dianalisis dengan metode analisis statistik. Teknik analisis data bertujuan untuk mengolah data-data yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan sehingga akan didapat hasilnya berupa generalisasi dari pembuktian hipotesis. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis ini adalah analisis uji regresi sederhana (Arikunto, 2013).

Populasi dalam penelitian adalah peserta didik kelas X MAN 1 Kota Semarang sejumlah 300. Populasi adalah wilayah generalisasi objek yang memiliki kualitas serta karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti agar dapat dipelajari untuk kemudian ditarik kesimpulannya. Penentuan populasi merupakan tahapan penting dalam penelitian karena dapat memberikan informasi atau data yang berguna bagi sebuah penelitian (Sugiyono, 2015).

Sampel penelitian adalah kelompok kecil yang secara nyata diteliti dan ditarik kesimpulan untuk sebuah penelitian (Sukmadinata, 2013). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah simple random sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi yang dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2015). Teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling* yang dihitung dengan rumus Isaac dan Michael dengan hasil sejumlah 143 peserta didik.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan Instrumen yang berupa kuesioner. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dalam penelitian adalah mendapatkan data. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik non tes yaitu berupa instrumen untuk mengumpulkan tentang kecerdasan emosional dan efikasi diri. Instrumen penelitian merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur kejadian alam atau sosial yang diamati (Sugiyono, 2015). Instrumen yang digunakan yaitu adopsi dari instrumen kecerdasan emosional dari penelitian Jossheas El Chrys Silooy (2022) dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kemampuan Sosial dengan Interaksi Teman Sebaya” dan instrumen efikasi diri dari penelitian Adilla Fitri Febriani (2022) dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* terhadap Peningkatan *Self Efficacy*”.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 sampai 10 April 2023 di MAN 1 Kota Semarang. Hasil penelitian yaitu tingkat kecerdasan emosional peserta didik kelas X MAN 1 Kota Semarang berada dalam kategori tinggi. Hasil skala kecerdasan emosional setelah diadministrasikan ke peserta didik kelas X MAN 1 Kota Semarang dengan hasil sejumlah 73 responden memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dengan persentase 51% dan 70 peserta didik memiliki kecerdasan emosional sedang dengan persentase 49%. Hal tersebut menunjukkan bahwa peserta didik MAN 1 Kota Semarang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi.

Pada tingkat efikasi diri peserta didik kelas X MAN 1 Kota Semarang diadministrasikan kepada 143 responden. Diketahui bahwa rata-rata efikasi diri peserta didik MAN 1 Kota Semarang berada dikategori sedang sebanyak 100 siswa dengan persentase 70%. Pada kategori tinggi, sebanyak 38 peserta didik dengan frekuensi 26% dan kategori rendah dimiliki 5 siswa sebesar 4%.

Hasil penelitian ini dianalisis dengan menggunakan analisis regresi sederhana dengan bantuan SPSS 26.0. Hasil uji analisis data diketahui bahwa nilai F hitung adalah 100.619 dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel kecerdasan emosional. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh variabel kecerdasan emosional (X) terhadap variabel efikasi diri (Y).

Kemudian persentase pengaruh antara variabel kecerdasan emosional dengan efikasi diri peserta didik kelas X MAN 1 Kota Semarang didapatkan bahwa nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0.645. dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0.416, yang berarti bahwa terdapat hubungan variabel bebas (Kecerdasan Emosional) dengan variabel terikat (Efikasi Diri) adalah 41,6%. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional pada peserta didik menjadi salah satu faktor tinggi rendahnya efikasi diri Meskipun ada banyak faktor lainnya (49,4%) yang mempengaruhi efikasi diri peserta didik.

Kecerdasan emosi berpengaruh positif terhadap efikasi diri. Menurut pendapat Hulu & Minauli (2013) kecerdasan emosi yang tinggi dapat meningkatkan efikasi diri pada individu sehingga dapat mencapai tujuan hidupnya. Sedangkan individu yang memiliki kecerdasan emosi dan efikasi diri rendah, akan lebih sulit dalam mencapai tujuan dan impiannya. Wigati menemukan dalam penelitiannya yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara kecerdasan emosi dengan efikasi diri. Semakin tinggi kecerdasan emosi seorang individu, maka tingkat efikasi diri nya akan semakin meningkat dan begitu juga sebaliknya.

Bandura menjelaskan bahwa salah satu faktor efikasi diri yaitu kondisi fisik dan emosional. Kondisi fisik dan emosi akan berdampak pada efikasi diri. Ketika seseorang mengalami kondisi fisik lemah, kecemasan akut, ketakutan yang kuat, atau tingkat stres yang tinggi, berpotensi menurunkan efikasi dirinya. Namun jika kondisi tersebut dapat dikontrol dan dikendalikan, maka melemahnya efikasi diri itu tidak akan terjadi (Feist, J. & Feist, 2013). Ketika seseorang tidak mampu mengelola emosi, maka akan berpengaruh terhadap efikasi dirinya, maka dari itu efikasi diri yang baik juga memerlukan adanya kecerdasan emosional.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang berjudul pengaruh kecerdasan emosional terhadap efikasi diri peserta didik sekolah menengah atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional sangat mempengaruhi efikasi diri yang dimiliki peserta didik dengan determinasi R (*Square*) sebesar 0.416, yang berarti bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh terhadap efikasi diri sebesar 41,6%. Terdapat faktor lain yang mempengaruhi efikasi diri peserta didik sehingga dapat diteliti pada penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Creswell, J. W. (2012). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Febriani, A. F. (2022). *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Restructuring Terhadap Peningkatan Self Efficacy*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Feist, J. & Feist, G. J. (2013). *Teori Kepribadian Buku 1* (7 ed.). Salemba Humanika.
- Khasanah, H. (2019). *Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Konsep Diri Terhadap Kepercayaan Diri Dalam Mengungkapkan Pendapat Siswa SMK Ma'arif NU 1 Wonolopo Mijen Semarang* [UIN Walisongo Semarang].
http://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/12124/1/TESIS_1600018036_Hidayatul_Khasanah.pdf
- Khumairoh, U. (2015). *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Self-Efficacy pada Mahasiswa PBSB UIN Sunan Ampel Surabaya*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Minauli, I., & Hulu, T. (2013). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Efikasi Diri dengan Prestasi Belajar. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 5(2), 50–56.

- Mubdi, F. H., & Indrawati, E. S. (2017). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Efikasi Diri Akademik Pada Siswa Kelas Xi Smk Bina Wisata Lembang. *Jurnal EMPATI*, 6(1), 152–157. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.15193>
- Pratiwi, K. (2022). *Pengaruh Self efficacy, Motivasi Dan Social Support Terhadap Burnout Akademik Pada Mahasiswa Dalam Perkuliahan Online Di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Mahasiswa Stie Indonesia Jakarta)*. STIE Indonesia Jakarta.
- Silooy, J. E. C. (2022). *Hubungan Kecerdasan Emosional dan Kamampuan Sosial dengan Interaksi Teman Sebaya*. Universitas Kristen Satya Wacana.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta CV.
- Sukmadinata, N. S. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. PT Remaja Rosdakarya.