

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian 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. Pengertian belajar secara umum menurut Syah (2010: 92) yaitu, belajar dapat dipahami sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku dengan lingkungan yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif.

Belajar tidak hanya dapat dilakukan di sekolah, tetapi juga dilakukan di rumah dan lingkungan masyarakat. Irwanto (1997:105) berpendapat bahwa belajar merupakan proses perubahan dari belum mampu menjadi sudah mampu dan terjadi dalam jangka waktu tertentu. Sedangkan menurut Ahmadi dan Supriyono (2013:128) belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungan.

Siswa ketika belajar mengalami sendiri proses dari tidak tahu menjadi tahu. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Cronbach dalam Suryabrata, (2012:231):

“Belajar yang sebaik-baiknya adalah dengan mengalami dan dalam mengalami itu pelajar mempergunakan pancainderanya. Pancaindera tidak terbatas hanya indera penglihatan saja, tetapi juga berlaku bagi indera yang lain”.

Berdasarkan dari uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan siswa untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, secara sengaja, dan disadari dimana perubahan tersebut relatif menetap serta membawa pengaruh manfaat yang positif bagi siswa dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

B. Prinsip-prinsip Belajar

William Burton dalam Hamalik (2001 :31) mengemukakan bahwa belajar mempunyai prinsip-prinsip sebagai berikut:

1. Proses belajar ialah pengalaman, berbuat, mereaksi dan melampaui.
2. Proses itu melalui bermacam-macam ragam pengalaman dan mata pelajaran-mata pelajaran yang terpusat pada suatu tujuan tertentu.
3. Pengalaman belajar secara maksimum bermakna bagi kehidupan murid.
4. Pengalaman belajar bersumber dari kebutuhan dan tujuan murid sendiri yang mendorong motivasi yang kontinyu.

C. Prestasi Belajar

1. Pengertian Prestasi Belajar

Pengertian prestasi belajar dijelaskan oleh Syah (2010 : 141), sebagai “hasil dari sebagian faktor yang mempengaruhi proses belajar secara keseluruhan”. Sedangkan Kamus Besar Bahasa Indonesia menjelaskan, prestasi belajar adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan oleh guru (Depdikbud, 2007 :895).

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

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Belajar

Prestasi belajar memiliki 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 berkesempatan untuk meningkatkan prestasi, tetapi dalam kenyataanya prestasi yang dihasilkan dibawah kemampuannya.

Penjelasan mengenai faktor yang perlu diperhatikan oleh setiap siswa tersebut dijelaskan oleh Shertzer dan Stone dalam Winkle (1997: 591) yang menggolongkan menjadi dua bagian, yaitu faktor internal dan faktor eksternal:

a. Faktor Internal

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

1) Faktor Fisiologis

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

2) Faktor Psikologis

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

- a) Intelegensi
- b) Sikap
- c) Motivasi

b. Faktor eksternal

Selain faktor-faktor yang ada dalam diri siswa, ada hal-hal lain diluar diri yang dapat mempengaruhi prestasi belajar yang akan diraih, diantara lain adalah:

1) Faktor lingkungan keluarga

- a) Sosial ekonomi keluarga
- b) Pendidikan orang tua
- c) Perhatian orang tua dan suasana hubungan antara anggota keluarga

- 2) Faktor lingkungan sekolah
 - a) Sarana dan prasarana
 - b) Kompetensi guru dan siswa
 - c) Kurikulum dan metode mengajar
- 3) Faktor lingkungan masyarakat
 - a) Sosial budaya
 - b) Partisipasi terhadap pendidikan

D. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian Kecerdasan Emosional

Konsep ini muncul dari beberapa pengalaman, bahwa kecerdasan intelektual yang tinggi saja tidak cukup untuk menghantarkan orang menuju sukses. Anita E. Woolfolk seperti dikutip oleh Yusuf (2011: 106) mengemukakan bahwa kecerdasan meliputi tiga pengertian, yaitu (1) kemampuan untuk belajar; (2) keseluruhan pengetahuan yang diperoleh; dan (3) kemampuan beradaptasi secara berhasil dengan situasi baru atau lingkungan pada umumnya. Selanjutnya, bahwa kecerdasan merupakan satu atau beberapa kemampuan untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan dalam rangka memecahkan masalah dan beradaptasi dengan lingkungan.

Dari keterangan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kecerdasan adalah suatu kemampuan untuk memecahkan masalah dengan melakukan suatu arahan berupa mengarahkan pikiran, mengubah arah tindakan dan mengkritik diri.

Sebelum menjabarkan pengertian kecerdasan emosional, akan di bahas dulu mengenai pengertian emosi. Kata emosi berasal dari bahasa Latin, yaitu *movere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Menurut Goleman (2000: 411) 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.

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.

Segal (2001: 32) dalam bukunya mengungkapkan bahwa, emosilah yang membebaskan dari ketidakberdayaan dan memotivasi untuk bertindak. Kenyataannya, semakin seseorang bergairah terhadap sesuatu, semakin seseorang cenderung beraksi terhadap sesuatu itu. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu dapat mengingat dengan sangat baik kejadian-kejadian yang menggerakkan individu tersebut secara emosional.

Berdasarkan atas apa yang telah diuraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa semua emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Goleman (2000: xvi) mengutip apa yang dikatakan oleh Aristoteles tentang emosi menjelaskan bahwa tantangannya adalah bagaimana menguasai kehidupan emosional kita dengan kecerdasan. Nafsu apabila dilatih dengan baik akan memiliki kebijaksanaan. Nafsu membimbing pemikiran, nilai, dan kelangsungan hidup, tetapi nafsu dapat dengan mudah menjadi tak terkendali dan hal itu sering terjadi. Menurut Aristoteles, masalahnya bukanlah mengenai emosionalitas melainkan mengenai keselarasan antara emosi dan cara mengekspresikannya.

Mayer dalam Goleman (2000: 65) berpendapat bahwa manusia cenderung menganut gaya-gaya khas dalam menangani dan mengatasi emosi mereka, yaitu: sadar diri, tenggelam dalam permasalahan, dan pasrah. Melihat keadaan itu maka penting bagi setiap individu untuk memiliki kecerdasan emosional agar menjadikan hidup lebih bermakna dan tidak menjadikan hidup yang dijalani sia-sia. Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan yang mendorong individu untuk merespon atau bertindak laku terhadap stimulus, baik yang berasal dari dalam maupun dari luar dirinya.

Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan. Goleman dalam

Sukmadinata (2009: 97) menyatakan bahwa orang-orang sukses selain memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi juga memiliki stabilitas emosi, motivasi kerja yang tinggi, mampu mengendalikan stress, tidak mudah putus asa, dan lain lain. Pengalaman-pengalaman demikian memperkuat keyakinan bahwa di samping kecerdasan intelektual juga ada kecerdasan emosional. Orang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi adalah mereka yang mampu mengendalikan diri, memelihara dan memacu motivasi untuk terus berupaya dan tidak mudah menyerah atau putus asa, mampu mengendalikan dan mengatasi stress, mampu menerima kenyataan.

Sekolah merupakan salah satu tempat dimana seorang anak dapat berinteraksi dan mengembangkan keterampilan emosinya. Oleh karena itu tidak dapat dipungkiri bila dalam rangka untuk memenuhi kebutuhan tersebut, tiap anak membutuhkan peran sekolah. Pengembangan dalam ranah kecerdasan emosional anak didik, sekolah berperan dalam memberi motivasi, membentuk kepercayaan diri anak, dan mengembangkan minat anak.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi; mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir; berempati dan berdoa (Goleman, 2000: 45)

Kecerdasan emosional atau *Emotional Quotient* (EQ) sangatlah penting bagi setiap individu. Segal (2001: 27) mengungkapkan bahwa EQ berperan penting di tempat kerja, dalam keluarga, masyarakat, pengalaman romantis, dan bahkan kehidupan spiritual; kesadaran emosi membuat keadaan jiwa diperhatikan. *Emotional Quotient* memungkinkan seseorang untuk dapat menentukan pilihan-pilihan yang baik tentang apa yang akan di makan, siapa yang akan di jadikan teman hidup, pekerjaan apa yang akan dilakukan, dan bagaimana menjaga keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan kebutuhan orang lain.

Gardner dalam Goleman (2000: 52) menyatakan bahwa kecerdasan pribadi terdiri dari: kecerdasan antar pribadi yaitu kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi mereka, bagaimana mereka bekerja, bagaimana bekerja bahu membahu dengan kecerdasan. Sedangkan kecerdasan intra pribadi adalah kemampuan yang korelatif, tetapi terarah ke dalam diri. Kemampuan tersebut adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta kemampuan untuk menggunakan modal tadi sebagai alat untuk menempuh kehidupan secara efektif.

Kecerdasan emosional yang dinyatakan oleh Gardner tersebut, kemudian oleh Salovey dalam Goleman (2000: 57) dijelaskan dengan penjabaran yang lebih luas. Menurut Salovey kecerdasan antar pribadi dan kecerdasan intra pribadi untuk dijadikan sebagai dasar untuk mengungkap kecerdasan emosional diri individu. Menurutnya kecerdasan emosional

adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali diri sendiri dan orang lain, kemampuan mengendalikan diri, kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan kemampuan dalam mengenali emosi orang lain (empati).

2. Ciri-Ciri Kecerdasan Emosional

Salovey dalam Goleman (2000: 58-59) menempatkan kecerdasan pribadi Gardner dalam definisi dasar tentang kecerdasan emosional yang dicetuskannya dan memperluas kemampuan tersebut menjadi lima kemampuan utama, yaitu:

a. Mengenali emosi

Mengenali emosi diri yaitu kemampuan seseorang untuk mengetahui apa yang dirasakannya pada suatu saat dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan. Seseorang yang dapat mengenali emosinya memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan memiliki kepercayaan diri yang kuat. Semakin tinggi kesadaran diri seseorang, maka semakin pandai pula ia dalam mengenai perilaku negatif dirinya.

b. Mengelola emosi

Menjaga emosi sangat diperlukan untuk menjaga kesejahteraan emosi. Emosi yang berlebihan dan meningkat dengan drastis dapat

mengganggu dan berakibat negatif terhadap kestabilan emosional seseorang. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional tidak akan dengan mudah larut kedalam perasaan. Ketika kebahagiaan datang, maka tidak akan mengungkapkan dengan berlebihan, begitu juga kesedihan datang, mereka dapat meredam dan tidak akan larut dalam kesedihan tersebut.

c. Motivasi diri sendiri

Prestasi harus dilalui dengan dimilikinya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mamempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu gairah, optimis dan keyakinan diri.

d. Mengenali emosi orang lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain disebut juga empati. Kemampuan mengenali emosi orang lain (empati) adalah merasakan yang dirasakan orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

e. Membina hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi (Goleman, 2000:59). Keterampilan dalam

berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan.

Hal yang sama juga dikemukakan oleh Yusuf (2011: 113) yang mengutip pendapat Goleman dan disajikan dalam bentuk tabel di bawah ini:

Tabel 2.1 Aspek-aspek Kecerdasan Emosi

Aspek	Karakteristik Perilaku
1. Kesadaran diri	a. Mengetahui dan merasakan emosi sendiri b. Mengetahui penyebab perasaan yang timbul c. Mengetahui pengaruh perasaan terhadap tindakan
2. Mengelola emosi	a. Bersikap toleran terhadap frustrasi dan mampu mengelola amarah secara baik b. Mampu mengungkapkan amarah dengan tepat tanpa berkelahi c. Dapat mengendalikan perilaku agresif yang merusak diri sendiri dan orang lain d. Memiliki perasaan yang positif tentang diri sendiri, sekolah dan keluarga e. Memiliki kemampuan untuk mengatasi ketegangan jiwa f. Dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas dalam pergaulan
3. Memotivasi diri sendiri	a. Memiliki rasa tanggung jawab b. Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan c. Mampu mengendalikan diri dan tidak bersikap impulsif
4. Empati	a. Mampu menerima sudut pandang orang lain b. Memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain c. Mampu mendengarkan orang lain
5. Membina hubungan	a. Memiliki pemahaman dan kemampuan untuk menganalisis hubungan dengan orang lain b. Dapat menyelesaikan konflik dengan orang lain c. Memiliki kemampuan untuk berkomunikasi d. memiliki sikap bersahabat atau mudah bergaul e. Memiliki sikap tenggangrasa atau perhatian terhadap orang lain f. Memperhatikan kepentingan sosial (senang menolong orang lain) dan dapat hidup selaras dengan kelompok g. Bersikap senang berbagai rasa dan bekerja sama h. Bersikap demokratis dalam bergaul dengan orang lain.

Dari Pemaparan mengenai ciri-ciri kecerdasan emosional di atas, dapat dipahami bahwa kecerdasan emosional sangat dibutuhkan oleh manusia dalam rangka mencapai kesuksesan, baik di bidang akademis, karir, maupun kehidupan sosial. Bahkan belakangan ini beberapa ahli dalam bidang tes kecerdasan telah menemukan bahwa anak-anak yang cerdas dapat mengalami kegagalan dalam bidang akademis, karir dan kehidupan sosialnya. Sebaliknya, banyak anak yang memiliki kecerdasan rata-rata mendapatkan kesuksesan dalam kehidupannya.

Kelima aspek kecerdasan emosional di atas, jika disimpulkan menjadi sebuah garis besar maka akan terbentuk tiga aspek utama kecerdasan emosional, yaitu mengenali dan memahami emosi diri sendiri, mengenali dan memahami emosi orang lain serta membina hubungan dengan orang lain.

E. Rasa Percaya Diri

1. Pengertian Rasa Percaya Diri

Rasa percaya diri berasal dari bahasa Inggris yaitu *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nanti akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya. Rasa percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut

membuatnya merasa mampu untuk dapat mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya (Thursan, 2002:6).

Kepercayaan diri adalah keyakinan akan kekuatan, keterampilan dan kemampuan untuk menghasilkan sesuatu. Kepercayaan tersebut timbul karena adanya pengakuan dari seseorang yang menganggap dirinya sebagai manusia. Kepercayaan diri timbul karena adanya pengakuan terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya sehingga dapat membuat orang tersebut mampu untuk mencapai tujuan dalam hidupnya.

Menurut Santrock (2003:338) rasa percaya diri memiliki beberapa indikator perilaku yang terbagi menjadi dua, yaitu:

a. Indikator positif

- 1) Mengarahkan atau memerintah orang lain.
- 2) Menggunakan kualitas suara yang disesuaikan dengan situasi.
- 3) Mengekspresikan pendapat.
- 4) Duduk dengan orang lain dalam aktivitas sosial.
- 5) Bekerja secara kooperatif dalam kelompok.
- 6) Memandang lawan bicara ketika mengajak atau diajak bicara.
- 7) Menjaga kontak mata selama pembicaraan berlangsung.
- 8) Memulai kontak ramah dengan orang lain.
- 9) Menjaga jarak yang sesuai antar diri dan orang lain.
- 10) Berbicara dengan lancar, hanya mengalami sedikit keraguan.

b. Indikator negatif

- 1) Merendahkan orang lain dengan cara menggoda, memberi nama panggilan dan menggossip.
- 2) Menggerakkan tubuh secara dramatis atau tidak sesuai konteks.
- 3) Melakukan sentuhan yang tidak sesuai atau menghindari kontak fisik.
- 4) Memberikan alasan-alasan ketika gagal melakukan sesuatu.
- 5) Melihat sekeliling untuk memonitor orang lain.
- 6) Membuat secara berlebihan tentang prestasi, keterampilan dan penampilan fisik.
- 7) Merendahkan diri secara verbal, depresi diri.
- 8) Berbicara terlalu keras, tiba-tiba atau dengan suara yang dogmatis.

2. Karakteristik Rasa Percaya Diri

Rasa percaya diri yang dimiliki oleh individu terdiri dari beberapa jenis. Lindenfield dalam Rifki (2008:15) menjelaskan bahwa ada dua jenis rasa percaya diri yaitu percaya diri lahir dan percaya diri batin.

a. Percaya Diri Lahir

Percaya diri lahir adalah percaya diri yang memberikan kepada seseorang perasaan dan anggapan bahwa seseorang tersebut dalam keadaan baik. Jenis percaya diri lahir memungkinkan individu untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan kepada dunia luar bahwa yakin terhadap diri sendiri. Lindenfield mengemukakan empat

ciri utama seseorang yang memiliki percaya diri batin yang sehat, yaitu:

1) Cinta diri

Orang yang cinta diri, mencintai dan menghargai diri sendiri dan orang lain. Orang tersebut akan berusaha memenuhi kebutuhan secara wajar dan selalu menjaga kesehatan diri. Selain itu juga orang yang cinta diri serta memiliki keahlian dalam bidang tertentu sehingga kelebihan yang demikian dapat dibanggakan, hal ini yang menyebabkan individu tersebut menjadi percaya diri.

2) Pemahaman diri

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri batin akan sangat sadar diri. Individu tersebut akan selalu melakukan introspeksi diri agar setiap tindakan yang dilakukannya tidak merugikan orang lain.

3) Tujuan yang positif

Orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya, karena mereka mempunyai alasan dan pemikiran yang jelas dari tindakan yang mereka lakukan serta hasil apa yang didapatkan. Seseorang yang memiliki tujuan yang jelas akan dapat: (a) mampu menentukan tujuan sendiri. (b) mempunyai motivasi yang tinggi. (c) mampu membuat keputusan karena seseorang tahu betul apa yang diinginkan dibutuhkan dari hasilnya.

4) Pemikiran yang positif

Orang yang percaya diri biasanya merupakan teman yang menyenangkan. Salah satu penyebabnya karena terbiasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus. Seseorang yang mampu berfikir positif akan dapat: (a) memiliki harapan dalam hidupnya. (b) memiliki potensi motivasi dalam hidupnya. (c) memiliki kepercayaan bahwa ini masalah dapat diselesaikan.

b. Percaya Diri Batin

Percaya diri batin membuat individu harus memberikan kesan pada dunia luar bahwa ia yakin pada dirinya sendiri (percaya diri lahir), melalui pengembangan keterampilan dalam empat bidang sebagai berikut:

1) Komunikasi

Keterampilan komunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Menghargai pembicaraan orang lain, berani berbicara di depan umum, tahu kapan harus berganti topik pembicaraan, dan mahir dalam berdiskusi adalah bagian dari keterampilan komunikasi yang bisa dilakukan jika individu tersebut memiliki rasa percaya diri.

2) Ketegasan

Sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan juga diperlukan, agar terbiasa untuk menyampaikan aspirasi dan keinginan serta

membela hak sendiri, dan menghindari terbentuknya perilaku agresif dan negatif dalam diri. Memiliki sikap tegas tidak akan menunjukkan sikap agresif dan dalam mencapai keberhasilan dalam hidupnya dan hubungan sosial sehingga memungkinkan rasa percaya diri bertambah.

3) Penampilan diri

Seorang individu yang percaya diri selalu memperhatikan penampilan dirinya. Individu tersebut memiliki perhatian unruk dirinya sendiri baik dari gaya pakaian, aksesoris dan gaya hidupnya tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu menyenangkan orang lain.

4) Pengendalian perasaan

Pengendalian perasaan juga diperlukan dalam kehidupan sehari-hari, dengan mengelola dengan baik akan membentuk suatu kekuatan besar yang pastinya menguntungkan individu tersebut.

Leman dalam Sulistiowati (2014: 21) menyatakan bahwa ciri-ciri seseorang yang penuh percaya diri diantaranya:

- a. Bersifat lebih independen, tidak terlalu tergantung orang lain.
- b. Mampu memikul tanggung jawab yang diberikan.
- c. Bisa menghargai diri dan usahanya sendiri.
- d. Tidak mudah mengalami frustrasi.
- e. Mampu menerima tantangan atau tugas baru.
- f. Memiliki emosi yang lebih hidup, tetapi tetap stabil.
- g. Mudah berkomunikasi dan membantu orang lain.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki rasa percaya diri yaitu yakin akan kemampuan diri sendiri, mampu menerima tantangan baru, mudah berkomunikasi, berani menyampaikan pendapat, memiliki tanggung jawab dan tidak mudah putus asa. Rasa percaya diri perlu ditanamkan sejak dini, di lingkungan sekolah rasa percaya diri siswa nampak dalam pembelajaran, aktivitas sehari-hari siswa di sekolah saat bergaul dan berkomunikasi dengan temannya.

3. Proses Terbentuknya Rasa Percaya Diri

Rasa percaya diri tidak dapat muncul begitu saja pada diri seseorang, tetapi ada proses yang membuat percaya diri tersebut muncul. Thurman (2002: 6) menjelaskan proses terbentuknya kepercayaan diri yang kuat sebagai berikut:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihannya.
- c. Pemahaman reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri.
- d. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

- e. Kekurangan pada salah satu proses tersebut, kemungkinan besar akan mengakibatkan seseorang akan mengalami hambatan untuk memperoleh rasa percaya diri.

Lingkungan yang paling berperan untuk mengembangkan rasa percaya diri selain lingkungan keluarga adalah lingkungan sekolah. Melalui sekolah, rasa percaya diri siswa dapat dibangun dengan cara bergaul dengan teman dan seluruh warga sekolah ketika berada di luar kelas. Melalui kegiatan belajar mengajar di dalam kelas, rasa percaya diri siswa dibangun dengan cara siswa berinteraksi tanya jawab dengan gurunya, siswa berdiskusi dengan siswa yang lain dalam rangka membahas materi pelajaran. Situasi ini sering dilakukan di kelas dan terkondisi dengan baik, seperti semua siswa terlibat dalam tanya jawab dan diskusi maka rasa percaya diri siswa dapat terbentuk. Siswa juga dapat aktif ikut serta dalam kegiatan ekstrakurikuler.

4. Faktor-faktor Pembentuk Rasa Percaya Diri

Thursan (2002:26) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri sebagai berikut:

- a. Keadaan keluarga

Keadaan keluarga disini diartikan bahwa kelengkapan anggota keluarga masih utuh atau tidak. Asal usul keluarga juga dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang

b. Kondisi ekonomi keluarga

Perkembangan kepercayaan diri seseorang dapat dipengaruhi oleh kondisi ekonomi keluarga. Seseorang yang berasal dari keluarga yang mampu akan lebih percaya diri jika dibandingkan dari keluarga yang kurang mampu.

c. Kondisi tempat tinggal

Kondisi tempat juga dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Status rumah yang ditempati baik itu rumah sendiri maupun rumah kontrakan sangat mempengaruhi seseorang.

d. Kondisi lingkungan di sekitar rumah

Kondisi lingkungan di sekitar rumah juga perlu di perhatikan pengaruhnya bagi kepercayaan diri seseorang. Orang yang mempunyai lingkungan tempat tinggal di pemukiman mewah tentu kepercayaan dirinya berbeda dengan orang yang bertempat tinggal di lingkungan kumuh.

e. Latar belakang ayah dan ibu

Latar belakang orang tua, baik itu keturunan atau pendidikan orang tua juga mempengaruhi kepercayaan diri, mental dan fisik seseorang. Seseorang dengan latar belakang orang tua yang baik tentu kepercayaan dirinya akan berbeda dengan seseorang dengan latar belakang orang tua yang kurang baik.

f. Pola pendidikan keluarga

Pola pendidikan keluarga adalah cara kedua orang tua dalam mendidik anak. Ada yang *otoriter*, *protective*, memanjakan maupun demokratis.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri menurut Santrock (2003: 339) adalah:

a. Mengidentifikasi penyebab dari rendahnya rasa percaya diri.

Mengidentifikasi penyebab rendahnya rasa percaya diri merupakan langkah yang penting untuk memperbaiki tingkat rasa percaya diri. Remaja memiliki tingkat percaya diri paling tinggi ketika mencapai sesuatu hal yang dianggap penting dan mampu menunjukkannya kepada orang lain. Remaja harus didukung untuk mengidentifikasikan dan menghargai kompetensi-kompetensi tersebut.

b. Dukungan emosional dan penerimaan sosial

Dukungan emosional dan penerimaan sosial dari orang lain juga merupakan pengaruh yang penting bagi percaya diri. Beberapa individu dengan rasa percaya diri yang rendah memiliki keluarga yang bermasalah atau kondisi dimana mengalami penganiayaan atau tidak mendapat perhatian dan kurang mendapat dukungan.

c. Prestasi

Prestasi juga mempengaruhi tingkat percaya diri seseorang. Remaja yang dapat mencapai prestasi baik akademik atau keterampilan tertentu tingkat percaya dirinya juga tinggi. Rasa percaya diri

meningkat menjadi lebih tinggi karena tujuannya dan karena melakukan tugas-tugasnya tersebut.

d. Mengatasi masalah

Remaja juga merasa lebih percaya diri ketika dapat mengatasi suatu masalah, bukan menghindarinya. Perilaku ini menghasilkan suatu evaluasi diri yang menyenangkan yang dapat mendorong terjadinya persetujuan terhadap diri sendiri yang bisa meningkatkan rasa percaya diri.

F. Hubungan kecerdasan emosi dan kepercayaan diri dengan prestasi belajar

Di tengah semakin ketatnya persaingan di dunia pendidikan dewasa ini, merupakan hal yang wajar apabila para siswa sering khawatir akan mengalami kegagalan atau ketidakberhasilan 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.

Kecerdasan emosional merupakan faktor dalam mencapai keberhasilan selain kecerdasan ataupun kecakapan intelektual. Karena kecerdasan intelektual saja tidak memberikan persiapan bagi individu untuk menghadapi gejala, kesempatan ataupun kesulitan-kesulitan dan kehidupan. Kecerdasan emosional dapat membuat individu mampu mengetahui dan menghadapi perasaan mereka sendiri dengan baik dan mampu membaca dan menghadapi

perasaan-perasaan orang lain dengan efektif. Individu dengan keterampilan emosional yang berkembang baik, akan memiliki kemungkinan besar berhasil dalam kehidupan dan memiliki motivasi untuk berprestasi. Sedangkan individu yang tidak dapat menahan kendali atas kehidupan emosionalnya akan mengalami pertarungan batin yang merusak kemampuannya untuk memusatkan perhatian pada tugas-tugasnya dan memiliki pikiran yang jernih.

Keberhasilan di sekolah bukan diramalkan oleh kumpulan fakta seorang siswa atau kemampuan dirinya untuk membaca, melainkan oleh ukuran-ukuran emosional dan sosial: yakin 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) (Goleman, 2000: 273).

Penelitian Walter Mischel (1960) mengenai “marshmallow 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 nalar, serta memiliki gairah belajar yang lebih tinggi. Mereka memiliki skor yang secara signifikan lebih tinggi pada tes SAT (*School Aptitude Test*, tes bakat)

dibanding dengan anak yang tidak mampu menunda dorongan hatinya (Goleman, 2000 : 113-115).

Faktor lain yang tidak kalah pentingnya yaitu memiliki kepercayaan diri yang baik. Maslow dalam Rifki (2008) mendefinisikan kepercayaan diri merupakan modal dasar untuk pengembangan dalam aktualisasi diri. Percaya diri akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurang percaya diri dapat menghambat pengembangan potensi diri. Orang yang kurang percaya diri akan menjadi orang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, bimbingan dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Proses belajar siswa untuk mencapai tujuan yang diharapkan tentunya pengembangan diri sangat dibutuhkan siswa melalui pemahaman, penerimaan, keterampilan bersikap, kecakapan ekspresi verbal dan non-verbal, dan sebagainya.

Pemaparan di atas menunjukkan bahwa kecerdasan emosional siswa yang baik dapat meningkatkan prestasi belajar. Siswa yang mempunyai kepercayaan diri positif juga dapat berpengaruh positif terhadap prestasi belajar dan begitu juga sebaliknya. Jika kecerdasan emosional dan rasa percaya diri yang dimiliki siswa masih kurang atau rendah, maka akan berakibat pada prestasi belajar yang kurang maksimal. Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat diambil kesimpulan bahwa kecerdasan emosional dan kepercayaan diri merupakan faktor-faktor yang seyogyanya dimiliki oleh siswa untuk meraih prestasi yang lebih baik di sekolah.

G. Hasil Penelitian Yang Relevan

Beberapa penelitian terdahulu yang mendukung dalam penelitian ini akan dijabarkan sebagai berikut:

I Wayan Budiarta, Ni Ketut Suarni, dan I Nyoman Arcana (2014) “Hubungan kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual dengan prestasi belajar IPA kelas V desa Pengeragoan”. Berdasarkan hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual dengan prestasi belajar IPA. Hasil penelitian ada hubungan secara bersama-sama antara kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual dengan prestasi belajar IPA $F_{hitung} = 3,95 > F_{tabel} = 3,18$.

Eva Nauli Thaib (2013) dengan judul “Hubungan antara prestasi belajar dengan kecerdasan emosional”. Berdasarkan pembahasan dalam penelitian tersebut, kecerdasan emosional dapat dinyatakan sebagai salah satu faktor yang penting yang seharusnya dimiliki oleh siswa yang memiliki kebutuhan untuk meraih prestasi belajar yang lebih baik di sekolah serta menyiapkan mereka menghadapi dunia nyata.

Babli Roy, Rashmi Sinha, dan Sapna Suman (2013) yang berjudul “Emotional intelligence and academic achievement motivation among adolescents: a relationship study”. Sampel untuk penelitian mencakup 105 siswa (48 laki-laki dan 57 perempuan) dari kelas XII di Patna. Data dianalisis dengan produk koefisien korelasi momen. Hasil penelitian mengungkapkan hubungan positif antara kecerdasan emosional dan motivasi berprestasi akademik. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa siswa dengan

kemampuan tinggi, rata-rata, dan motivasi berprestasi akademiknya rendah, berbeda satu sama lain pada kecerdasan emosional.

Defila, Muslimin, dan Sahrul Saehana (2014) dengan judul “Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Hasil Belajar IPA siswa SMP Negeri 1 Palu”. Penelitian ini mengungkapkan terdapatnya hubungan antara kecerdasan emosional dengan hasil belajar IPA siswa SMP Negeri 1 Palu. Hasil uji hipotesis dimana nilai $r_{hitung} = 0,559 > r_{tabel} = 0,301$ artinya H_1 diterima dan H_0 ditolak. Pengaruh presentase sebesar 31,25% dalam kategori sedang. Presentase ini mungkin dapat meningkat jika pelaksanaan tes kemampuan diri (tes kecerdasan emosional) didasarkan pada kaidah yang sebenarnya.

Penelitian Safitri (2015), dengan judul “Hubungan Rasa Percaya Diri Dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas V SDN Kramat Jati 19 Pagi”. Pendekatan dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif berupa metode ekspos fakto dan didukung oleh referensi-referensi yang berkaitan dengan tema yang dibahas. Teknik analisis data yang digunakan menggunakan teknik Spearman Rank. Hasil pengolahan data menghasilkan data dengan ρ sebesar 0,460 yang berarti terdapat hubungan rasa percaya diri yang sedang dengan prestasi belajar Matematika siswa. Kesimpulannya bahwa rasa percaya diri berhubungan positif yang sedang dengan prestasi belajar Matematika.

H. Kerangka Pemikiran Teoritis

Kegiatan belajar merupakan kegiatan yang pokok dan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan proses pendidikan di sekolah. Keberhasilan proses belajar ditentukan oleh prestasi belajar siswa melalui nilai ulangan harian, UTS, dan UAS. Faktor yang mempengaruhi keberhasilan belajar sendiri dapat diklarifikasikan dalam faktor internal dan faktor eksternal.

Kecerdasan emosional merupakan faktor internal yang mempengaruhi keberhasilan belajar siswa. Kecerdasan emosional meliputi kemampuan mengungkapkan perasaan, kesadaran serta pemahaman tentang emosi, kemampuan memotivasi diri sendiri, kemampuan untuk mengatur serta mengendalikannya. Indikator kecerdasan emosional adalah siswa dapat mengenali emosinya sendiri, mengelola emosi, motivasi diri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain. Siswa yang dapat mengenali emosinya sendiri dapat mengetahui apa yang dirasakan dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri. Siswa juga dapat mengelola emosinya sendiri untuk dapat menjaga kestabilan emosi dan tidak mudah larut dalam perasaan, tidak terlalu senang dalam situasi menyenangkan dan tidak terlalu sedih dalam keadaan yang menyedihkan.

Kepercayaan diri juga merupakan salah satu indikator dari kecerdasan emosional. Kepercayaan diri dapat tumbuh dan dipengaruhi oleh diri sendiri dan juga lingkungan sekitar, dan pendidik merupakan salah satu yang dapat menumbuhkan percaya diri dalam diri siswa. Siswa merasa mampu untuk

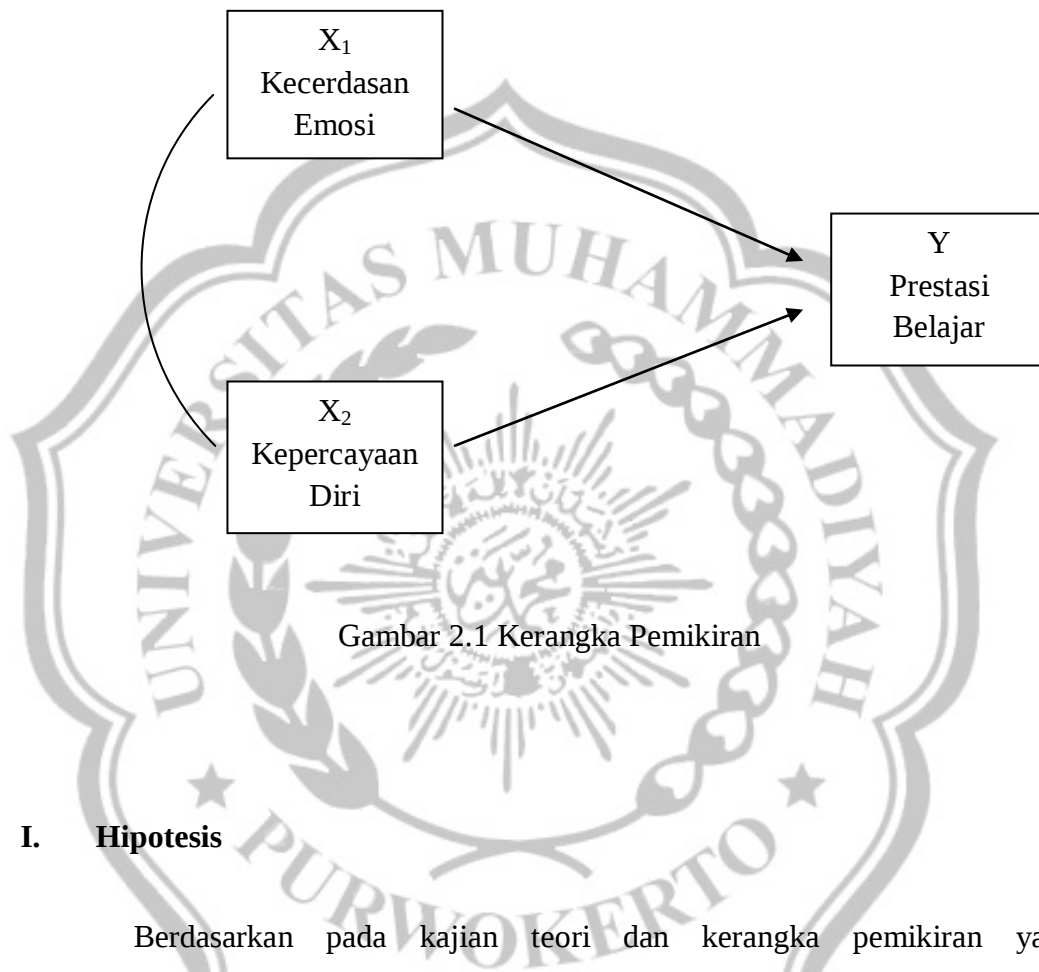
melakukan sesuatu jika memiliki percaya diri yang tinggi, sehingga siswa dapat konsentrasi terhadap pelajaran dan prestasi belajar juga akan baik.

Siswa dengan kecerdasan emosional dan kepercayaan diri yang tinggi akan mampu mengendalikan emosinya dengan baik sehingga kinerja otak dapat berfungsi lebih baik, dapat memotivasi dirinya sendiri, serta siswa juga lebih mudah dalam menerima dan mencerna pelajaran, sehingga siswa dengan kecerdasan emosional dan percaya diri yang tinggi akan memperoleh prestasi belajar yang tinggi pula. Begitu juga sebaliknya, jika kecerdasan emosi dan rasa percaya diri siswa kurang baik menyebabkan kinerja otak dalam memproses pelajaran yang diterima kurang maksimal sehingga prestasi belajar yang diperoleh kurang baik.

Intelligence quotient besar peranannya dalam menentukan keberhasilan dalam pendidikan dan begitu pula akan betapa pentingnya kecerdasan emosional yang perlu dikembangkan pada diri siswa. Masalah siswa dimana mereka begitu cerdas di sekolah, begitu cemerlang prestasi akademiknya, namun bila tidak dapat mengelola emosinya, seperti mudah marah, percaya diri yang kurang atau angkuh dan sombong, maka prestasi tersebut tidak akan banyak bermanfaat untuk dirinya. Kecerdasan emosional perlu lebih dihargai dan dikembangkan pada siswa sedini mungkin, karena hal inilah yang mendasari keterampilan seseorang di tengah masyarakat kelak, sehingga akan membuat seluruh potensinya dapat berkembang secara lebih optimal.

Idealnya kunci didalam memperoleh keberhasilan adalah antara IQ dan EQ haruslah seimbang. Pengembangan emosi yang dilakukan guru disekolah

merupakan sumbangasih besar bagi peningkatan prestasi atau keberhasilan hidup siswa agar menjadi siswa yang memiliki prestasi belajar yang baik. Secara skematis kerangka pemikiran dapat dilihat pada bagan sebagai berikut:



I. Hipotesis

Berdasarkan pada kajian teori dan kerangka pemikiran yang dikemukakan diatas, diajukan hipotesis sebagai berikut:

1. Ada hubungan kecerdasan emosi dengan prestasi belajar pada Siswa kelas IV di SDN 1 Tamansari.
2. Ada hubungan kepercayaan diri dengan prestasi belajar pada Siswa kelas IV di SDN 1 Tamansari.
3. Ada hubungan kecerdasan emosi dan kepercayaan diri dengan prestasi belajar pada Siswa kelas IV di SDN 1 Tamansari.