

Mengukur Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa Melalui Studi Deskriptif Tingkat Sekolah Menengah Pertama

Amelia ⁽¹⁾, Junaidi ⁽²⁾, Suci Maulina ⁽³⁾

¹Pendidikan Matematika, Universitas Jabal Ghafur, Sigli

²Pendidikan Matematika, Universitas Jabal Ghafur, Sigli

³Pendidikan Matematika, Universitas Jabal Ghafur, Sigli

e-mail: amelianurin29@gmail.com, junaidi@unigha.ac.id, sucimaulina@gmail.com

ABSTRACT

Emotional intelligence plays an important role in supporting student development. Therefore, this study aims to identify the level of emotional intelligence of junior high school students at an educational institution in Pidie Regency. The assessment was based on five key indicators of emotional competence: self-awareness, emotion management, self-motivation, empathy, and relationship building. The research method used was descriptive qualitative, with a questionnaire as the instrument. The respondents consisted of seventh-grade students. Based on the data analysis results, it was found that, on average, the students' emotional intelligence level reached 72,23%, which falls into the 'good' category. The 'managing emotions' indicator showed the highest result (74%), while empathy and self-motivation showed relatively lower results. These findings indicate the need for greater attention to the development of empathy and self-awareness indicators, which are useful for supporting students' academic achievements.

Keywords: emotional intelligence, descriptive study, students, junior high school

ABSTRAK

Kecerdasan emosional memegang peranan penting dalam menunjang perkembangan peserta didik. Oleh karena itu, penelitian ini bermaksud untuk mengidentifikasi tingkat kecerdasan emosional peserta didik jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) pada salah satu institusi pendidikan di Kabupaten Pidie. Penilaian dilakukan berdasarkan 5 (lima) indikator penting dalam kemampuan emosional yaitu: mengenali diri, mengelola emosi, memotivasi diri, memiliki empati, dan membina hubungan. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan instrumen berupa angket. Responden terdiri dari siswa kelas VII. Berdasarkan hasil analisis data, diketahui bahwa secara umum berdasarkan nilai rata-rata tingkat kecerdasan emosional siswa mencapai angka 72,23%, yang termasuk dalam kategori baik. Indikator mengelola emosi menunjukkan hasil tertinggi (74%), sedangkan empati dan motivasi diri menunjukkan hasil yang relatif lebih rendah. Temuan ini menunjukkan perlunya perhatian lebih terhadap indikator pengembangan empati dan mengenali diri yang berguna untuk menunjang prestasi akademik siswa.

Kata kunci: kecerdasan emosi, studi deskriptif, siswa, SMP

Pendahuluan

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi secara efektif sehingga individu dapat berinteraksi dengan diri sendiri dan orang lain secara

sehat serta menghadapi tantangan hidup dengan bijak dan adaptif (Mukhlisa dkk, 2024). Menurut Goleman (2017) kecerdasan emosional mencakup kapasitas untuk mengenali, memproses, dan mengintegrasikan informasi emosional ke

dalam proses berpikir, serta menggunakan pemahaman tersebut dalam mengelola emosi secara adaptif. Kecerdasan emosi merupakan sebuah kemampuan dimana seseorang mampu untuk memahami dan mengendalikan perasaan. Kecerdasan emosional merupakan kapasitas emosional dalam menyadari, menafsirkan dan mengolah emosi, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain, guna menjalin hubungan interpersonal yang sehat serta menghadapi berbagai situasi kehidupan secara adaptif dan bijaksana. Kecerdasan ini juga mencakup kapasitas untuk mengakses, menghasilkan, serta mengatur emosi secara reflektif, sehingga dapat mendukung perkembangan kemampuan emosional juga kemampuan spiritual secara optimal. Dengan demikian, kecerdasan emosional pada dasarnya merupakan keterampilan dalam menafsirkan dan mengontrol reaksi emosionalnya merupakan aspek krusial dalam pengembangan diri sendiri dan pengembangan sosial agar dapat menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari dengan lebih baik.

Untuk memahami kecerdasan emosional secara komprehensif, penting pula untuk mengidentifikasi indikator kemampuan yang membentuknya. Goleman (2017) mengelompokkan kecerdasan emosional ke dalam 5 (lima) indikator utama, yaitu:

a. Mengenal diri sendiri

Kemampuan mengenal diri sendiri merupakan keterampilan setiap individu untuk mengetahui perasaan dirinya sendiri dari waktu ke waktu dengan memahami emosi yang dialami. Selain itu, individu yang mampu mengenali emosi dirinya sendiri juga mampu untuk menganalisis faktor-faktor penyebab timbulnya dari emosi yang sedang dirasakan, serta mengevaluasi dampak emosional terhadap perilaku individu.

b. Mengatur emosi

Kemampuan dalam mengatur emosi merupakan keterampilan tiap individu

untuk merespons dan mengekspresikan emosi secara tepat, sesuai dengan konteks sosial dan situasional. Kemampuan ini ditandai oleh keterampilan dalam mengartikulasikan kemarahan secara adaptif, mempertahankan pikiran positif dalam hubungan interpersonal dan intrapersonal, serta mengembangkan strategi yang efektif dalam menghadapi tekanan psikologis.

c. Memotivasi diri

Kemampuan memotivasi diri termasuk sebagai salah satu indikator utama dari kecerdasan emosional yang merujuk pada kapasitas setiap orang untuk mengelola dan meregulasi emosi internal dalam rangka mempertahankan fokus dan ketekunan terhadap tujuan jangka panjang yang ditandai dengan kemampuan mengendalikan kecemasan, mempertahankan sikap optimis meskipun menghadapi hambatan, serta mampu memusatkan perhatian secara efektif pada tugas yang sedang dijalankan.

d. Memiliki empati

Empati merupakan keterampilan setiap orang dalam menempatkan diri dan merasakan diri pada posisi orang lain untuk memahami emosi orang lain, lalu meresponsnya dengan cara yang sesuai dan penuh kepedulian. Kemampuan ini tercermin melalui sensitivitas terhadap kondisi orang lain, yang menjadi dasar penting dalam interaksi sosial yang efektif.

e. Membina hubungan

Pembinaan hubungan interpersonal adalah kemampuan seseorang dalam bersosial yang sangat berguna bagi setiap individu untuk melakukan interaksi sosial dan secara efektif. Hal ini tercermin dari kemampuan untuk berkomunikasi dengan jelas dan penuh pengertian, serta kemampuan menyelesaikan konflik secara dewasa dan konstruktif, sehingga hubungan dengan orang lain dapat terjaga dengan baik.

Pentingnya kecerdasan emosional juga sangat dibutuhkan dalam dunia pendidikan formal. Hal ini terlihat dari penelitian-penelitian terdahulu yang meneliti kemampuan emosional dalam meningkatkan hasil belajar matematika (Sukriadi dkk, 2016), memperkuat pemahaman konsep (Panduwinata dkk, 2023), meningkatkan motivasi dan sikap positif terhadap matematika (Zivkovic dkk, 2021), menurunkan frustrasi dan kecemasan matematika (Jameson dkk, 2022). Hal ini membuktikan bahwa kecerdasan emosi sangat dibutuhkan dalam dunia pendidikan terlebih pada bidang pendidikan matematika. Berdasarkan pencarian yang dilakukan masih sedikit yang mengukur tingkat kemampuan emosional siswa dengan tujuan untuk dapat diperbaiki apabila terdapat aspek yang rendah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengukur kecerdasan emosi siswa tingkat SMP pada salah satu sekolah di Kota Sigli Kabupaten Pidie Provinsi Aceh.

Metode

Penelitian ini mengimplementasikan pendekatan kualitatif untuk menganalisis fenomena yang diteliti, menggunakan desain deskriptif sebagai dasar dalam pengumpulan dan analisis data. Penelitian melibatkan satu kelas dari salah satu sekolah di Kabupaten Pidie. Subjek penelitian dipilih dengan menggunakan Teknik sampel acak (*random sampling*). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi bagaimana tingkat penguasaan kecerdasan emosi siswa tingkat SMP pada salah satu sekolah di Kabupaten Pidie. Data penelitian ini dikumpulkan melalui penyebaran angket terhadap siswa dalam kelas tersebut yang berisi 40 pernyataan yang diperoleh berdasarkan 5 indikator yaitu:

Tabel 1. Kisi-kisi instrumen

Indikator	Soal		Jumlah soal
	Positif	Negatif	
Mengenal diri	1, 4, 6, 7, 17, 19, 30, 40	2, 5	10 instrumen

Mengelola emosi	8, 11, 16, 32, 33, 34, 35	9, 10, 36	10 instrumen
Memotivasi diri	12, 13, 14, 26, 27	28, 29, 31, 37	9 instrumen
Empati	18, 24	15	3 instrumen
Membina hubungan	3, 20, 22, 38	21, 23, 25, 39	8 instrumen

Setelah data terkumpul, tahap selanjutnya adalah pengolahan data oleh peneliti. Untuk menghitung persentase angket digunakan rumus :

$$p = \frac{(\text{Nilai yang diperoleh dari angket} \times 2)}{\text{Jumlah frekuensi}} \times 100$$

Data yang terkumpul akan diinterpretasikan melalui analisis deskriptif sebagai langkah selanjutnya setelah data yang sudah diolah. Interpretasi hasil analisis dilakukan berdasarkan kategori klasifikasi persentase berikut sebagai acuan dalam menggambarkan tingkat kecenderungan data.

Tabel 2. Kategori Klasifikasi Penilaian

Interval	Kategori
81%-100%	Sangat Baik
61%-80%	Baik
41%-60%	Cukup
21%-40%	Kurang
0%-20%	Sangat Kurang

Hasil dan Pembahasan

Hasil dan pembahasan akan dijabarkan mengikuti indikator yang dinilai sebagai berikut:

a. Mengenal diri sendiri

Instrumen yang digunakan untuk mengukur indikator mengenali diri sendiri terdiri dari 10 pernyataan, hasil analisis data dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Analisis kemampuan emosional siswa pada aspek mengenali diri

No	Jenis Kelamin	Nilai rata-rata	Persentase nilai rata-rata	Kategori
1	Laki-laki	610	61%	Baik
2	Perempuan	710	71%	Baik
Nilai rata-rata		660	66%	Baik

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa kecerdasan emosional siswa dengan indikator mengenali diri sendiri berada pada

kategori baik dengan nilai rata-rata 660 atau 66%. Dimana pada tahap ini siswa perempuan lebih dominan dibandingkan siswa laki-laki dengan perbandingannya $61\% < 71\%$, yang artinya, pada indikator ini siswa perempuan 10% lebih baik dari siswa laki-laki.

b. Mengelola emosi

Indikator mengelola emosi diukur menggunakan instrumen yang terdiri dari 10 pernyataan, dengan hasil analisisnya tercantum pada Tabel 4.

Tabel 4. Analisis kemampuan emosional siswa pada aspek mengelola emosi

No	Jenis Kelamin	Nilai rata-rata	Persentase nilai rata-rata	Kategori
1	Laki-laki	740	74%	Baik
2	Perempuan	740	74%	Baik
Nilai rata-rata		740	74%	Baik

Berdasarkan hasil analisis data yang disajikan pada Tabel 4, dapat dilihat bahwa tingkat kecerdasan emosional siswa dalam indikator mengelola emosi termasuk dalam kategori baik dengan persentase sebesar 74%. Pada tahap ini, ternyata kemampuan emosional siswa laki-laki dan siswa perempuan berada pada tingkat yang sebanding $74\% = 74\%$.

c. Memotivasi diri

Indikator motivasi diukur menggunakan instrumen yang terdiri dari 9 pernyataan, dengan hasil analisisnya tercantum pada Tabel 5.

Tabel 5. Analisis kemampuan emosional siswa pada aspek memotivasi diri

No	Jenis Kelamin	Nilai rata-rata	Persentase nilai rata-rata	Kategori
1	Laki-laki	560	62%	Baik
2	Perempuan	670	77%	Baik
Nilai rata-rata		615	69%	Baik

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa kecerdasan emosional siswa dengan indikator memotivasi diri berada pada kategori baik sebesar 69%. Dimana pada tahap berdasarkan nilai rata-rata ternyata siswa perempuan lebih unggul 15% dari siswa laki-laki. Menurut Goleman mengatur emosi dengan memotivasi diri sendiri

merupakan alat untuk mencapai tujuan. Siswa yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan (Mu'arofah dkk, 2022).

d. Memiliki Empati

Pada indikator empati, instrumen terdiri dari 3 pernyataan, hasil analisis data dapat dilihat pada Tabel 6

Tabel 6. Analisis kemampuan emosional siswa pada aspek empati

No	Jenis Kelamin	Nilai rata-rata	Persentase nilai rata-rata	Kategori
1	Laki-laki	180	60%	Cukup
2	Perempuan	210	66%	Baik
Nilai rata-rata		195	63%	Baik

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa kecerdasan emosional siswa dengan indikator empati berada pada kategori baik sebesar 63%. Dimana pada tahap ini siswa perempuan lebih dominan dibandingkan siswa laki-laki dengan perbandingannya $60\% < 66\%$ yang artinya, pada indikator ini siswa perempuan 6% lebih baik dari siswa laki-laki. Namun empati merupakan indikator yang lebih rendah dari indikator lain, hal ini disebabkan disebabkan karena sosialisasi, suasana hati dan perasaan, proses belajar dan identifikasi, situasi atau tempat, komunikasi dan bahasa, serta pengasuhan (Pujiastuti dkk, 2022).

e. Membina hubungan

Pada indikator membina hubungan, instrumen terdiri dari 8 pernyataan, hasil analisis data dapat dilihat pada Tabel 7

Tabel 7. Analisis kemampuan emosional siswa pada aspek membina hubungan

No	Jenis Kelamin	Nilai rata-rata	Persentase nilai rata-rata	Kategori
1	Laki-laki	540	68%	Baik
2	Perempuan	610	78%	Baik
Nilai rata-rata		575	73%	Baik

Berdasarkan Tabel 7 diketahui bahwa kecerdasan emosional siswa dengan indikator membina hubungan berada pada kategori baik sebesar 73%. Dimana pada tahap ini siswa perempuan lebih dominan dibandingkan siswa laki-laki dengan

perbandingannya $68\% < 78\%$ yang artinya, pada indikator ini siswa perempuan 10% lebih baik dari siswa laki-laki.

Secara keseluruhan kecerdasan emosional siswa di SMP Negeri 1 Sigli berada pada kategori baik yaitu sebesar 72,23%. Indikator mengelola emosi merupakan indikator dengan persentase tertinggi dengan nilai 74% yang artinya bahwa siswa memiliki pengelolaan emosi yang baik. Kelima indikator dianalisis secara menyeluruh, namun indikator yang paling disorot dimensi empati dilanjutkan dengan aspek mengenali diri juga aspek memotivasi diri yang masih kurang dibandingkan aspek mengelola emosi dan membina hubungan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian siswa masih merasa kesulitan dalam menghadapi masalah. Selain itu, beberapa siswa sering merasa gelisah tanpa penyebab yang jelas. Kondisi yang seperti ini sering kali diikuti oleh perilaku kurang percaya diri, melampiaskan kekesalan, serta munculkan perasaan kecewa dan cenderung untuk mudah putus asa. Kurangnya motivasi diri juga tercermin dari rendahnya keyakinan bahwa kedisiplinan dapat menghasilkan kinerja yang lebih baik. Disamping itu, semangat belajar yang rendah, perasaan rendah diri karena menyadari berbagai kekurangan, serta minimnya kreativitas turun menunjukkan bahwa aspek motivasi internal siswa masih perlu mendapatkan perhatian lebih dalam upaya pengembangan kecerdasan emosional siswa.

Tujuan pengembangan kecerdasan emosional pada siswa adalah agar mereka dapat memahami emosi yang muncul dalam diri sendiri dan mampu untuk mengelola emosinya dengan lebih baik. Dengan demikian, secara tidak langsung dapat memberi pengaruh positif terhadap peningkatan prestasi belajar. Pernyataan tersebut sejalan dengan pandangan Suryabrata (dalam Ariani & Fitriani, 2018) yang menegaskan bahwa kecerdasan sebagai salah faktor internal dalam psikologi, berperan penting dalam menentukan kemampuan setiap orang

dalam meraih prestasi akademik. Tingkat kecerdasan emosional yang berbeda pada setiap siswa dipengaruhi oleh faktor-faktor tertentu.

Menurut Goleman, terdapat dua kategori utama yang mempengaruhi tingkat kecerdasan emosional individu, yaitu faktor internal dan faktor eksternal, sementara Agustian menambahkan faktor psikologis, pelatihan emosi, dan pendidikan juga turut berperan dalam pembentukan kecerdasan emosional setiap orang (Mukhlisa dkk, 2024). Dengan demikian, pengembangan kecerdasan emosional siswa menjadi salah satu hal penting dalam menunjang keberhasilan akademik mereka.

Simpulan dan Saran

Menurut hasil studi, secara keseluruhan kecerdasan emosional siswa ini berada dalam kategori baik. Seluruh indikator kecerdasan emosional menunjukkan capaian yang relatif merata dalam kategori baik, tanpa terdapat perbedaan yang signifikan antar tiap indikator. Indikator mengelola emosi memperoleh persentase tertinggi sebesar 74%, yang menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan mengelola emosi yang memadai. Meskipun demikian, aspek memiliki empati dan mengenali diri tercatat sebagai dimensi yang memiliki capaian paling rendah dibandingkan dimensi lainnya. Temuan ini menunjukkan sejumlah siswa masih menghadapi tantangan dalam diri sendiri, menunjukkan gejala kebingungan saat menghadapi masalah, kurang percaya diri, mudah merasa cemas tanpa sebab yang jelas, dan cenderung cepat merasa kecewa serta putus asa. Rendahnya motivasi diri terlihat dari kurangnya keyakinan akan keberhasilan melalui disiplin, semangat belajar yang belum optimal, serta perasaan rendah diri akibat persepsi negatif terhadap kekurangan pribadi.

Kecerdasan emosional berperan dalam menunjang proses dan hasil belajar siswa, karena memungkinkan siswa untuk memahami serta mengelola emosi diri

dengan baik. Pernyataan tersebut sejalan dengan pendapat Suryabrata (dalam Ariani & Fitriani, 2018) yang menegaskan bahwa kecerdasan merupakan salah satu komponen psikologis internal yang memiliki peran penting dalam mempengaruhi proses dan capaian hasil belajar individu. Variasi tingkat kecerdasan emosional di antara siswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain lingkungan keluarga, hubungan interpersonal, interaksi dengan kelompok sebaya, dan kondisi sosial di sekitar siswa (Mukhlisa dkk, 2024). Oleh karena itu, peningkatan kecerdasan emosional perlu menjadi perhatian dalam pengembangan diri siswa guna mendukung keberhasilan akademik dan sosial mereka.

Berdasarkan temuan dan pembahasan dalam penelitian ini, direkomendasikan agar pendidik memberikan perhatian yang lebih intensif terhadap pengembangan kecerdasan emosional peserta didik, khususnya pada aspek empati. Selain itu, peserta didik diharapkan mampu meningkatkan kompetensi dalam mengelola dan mengendalikan emosi secara lebih adaptif sebagai bagian dari upaya mendukung keberhasilan proses pembelajaran.

Daftar Pustaka

- Ariani, R., Fitriani. 2018. Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa di SMA Negeri 14 Pekanbaru. *PeKA: Jurnal Pendidikan Ekonomi Akuntansi FKIP UIR*.6(2), 104-109.
- Goleman, D. 2017. Kecerdasan Emosional. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Jameson, M.M.; Dierenfeld, C.; Ybarra, J. The Mediating Effects of Specific Types of Self-Efficacy on the Relationship between Math Anxiety and Performance. *Educ. Sci.* 2022, 12, 789. DOI: <https://doi.org/10.3390/educsci12110789>.
- Mu'arofah, K., Retnaningdyastuti, M.Th. S. R., Yulianti, P, D. 2022. Analisis Kemampuan Kecerdasan Emosi Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Dukuhseti Kabupaten Pati. *Jurnal Sarjana Ilmu Pendidikan FIP Universitas PGRI Semarang*. 2(1), 49-60.
- Mukhlisa, P., Yohenda, S., Yanti, U., Yarni, L. 2024. Kecerdasan Emosional/Emotional Intelligence (EQ). *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, dan Sosial Humaniora*. 2(1); 115-127.
- Panduwinata. B., Zamzaili., Haji.S. 2023. Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Pemahaman Konsep Matematika Peserta Didik. *Jurnal Didactical Mathematics*. 5(1); 38-45.
- Pujiastuti, M., Kusdaryani, W., Lestari. F.W. 2022. Analisis Faktor Penyebab Menurunnya Kemampuan Berempati Siswa SMAN 1 Dempet Demak. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 4(3); 685-693.
- Sukriadi., Basir. A., Rusdiana. 2016. Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Pada Materi Sudut Dan Garis di Kelas VII MTs Normal Islam Samarinda. *Jurnal Pendidikan Matematika Indonesia*. 1(2); 65-73.
- Zivkovic. M., Pellizzoni. S., Doz. E., Cuder. A., Mammarella. I., Passolunghi. MC. 2023. Math self-efficacy or anxiety? The role of emotional and motivational contribution in math performance. *Social Psychology of Education*. 26:579–601. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11218-023-09760-8>.