

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengaruh Kecerdasan Emosional dalam Mengelola Emosi terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa di MTsN 2 Tulungagung

Dari hasil uji t diketahui bahwa pengujian hipotesis alternatif (H_a) pertama diterima. Pengujian hipotesis pertama dilakukan dengan cara membandingkan antara hasil dari t_{hitung} dengan t_{tabel} . Dari tabel *coefficients* diperoleh nilai t_{hitung} 3,844. Sementara itu untuk t_{tabel} dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai $t_{tabel} = 1,944$.

Perbandingan antara keduanya menghasilkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($3,844 > 1,944$). Nilai signifikansi t untuk variabel kecerdasan emosional dalam mengelola emosi adalah 0,000 dan nilai tersebut lebih kecil daripada probabilitas 0,05 ($0,000 < 0,05$). Sehingga dalam pengujian ini menunjukkan bahwa H_a diterima H_0 ditolak. Hal ini berarti bahwa ada pengaruh antara kecerdasan emosional dalam mengelola emosi terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an siswa di MTsN 2 Tulungagung.

Kecerdasan emosional dalam mengelola emosi, emosi merupakan perpaduan dari beberapa perasaan yang mempunyai intensitas yang relatif tinggi, dan menimbulkan suatu gejolak suasana batin. Menurut kamus *The American College Dictionary*, emosi adalah suatu keadaan afektif yang

disadari dimana dialami perasaan seperti kegembiraan, kesedihan, takut, benci, dan cinta.¹

Mengelola emosi yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas. Kecakapan ini bergantung pula pada kesadaran diri. Mengelola emosi berhubungan dengan kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan, atau ketersinggungan, dan akibat-akibat yang timbul karena gagalnya keterampilan emosional dasar. Orang-orang yang buruk kemampuannya dalam keterampilan ini akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara mereka yang pintar dapat bangkit kembali jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.

Mengelola emosi juga merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan perasaan sendiri sehingga tidak meledak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilakunya secara salah. Misalnya, seorang yang sedang marah, maka kemarahan itu tetap dapat dikendalikan secara baik, tanpa harus menimbulkan akibat yang akhirnya disesalnya di kemudian hari.

¹ Djaali, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta : Bumi Aksara, 2013), hal. 37.

B. Pengaruh Kecerdasan Emosional dalam Memotivasi Diri Sendiri terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa di MTsN 2 Tulungagung

Dari hasil uji t diketahui bahwa pengujian hipotesis alternatif (H_a) pertama diterima. Pengujian hipotesis pertama dilakukan dengan cara membandingkan antara hasil dari t_{hitung} dengan t_{tabel} . Dari tabel coefficients diperoleh nilai t_{hitung} 3,597. Sementara itu untuk t_{tabel} dengan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai $t_{tabel} = 1,944$.

Perbandingan antara keduanya menghasilkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($3,597 > 1,944$). Nilai signifikansi t untuk variabel kecerdasan emosional dalam memotivasi diri sendiri adalah 0,001 dan nilai tersebut lebih kecil daripada probabilitas 0,05 ($0,001 < 0,05$). Sehingga dalam pengujian ini menunjukkan bahwa H_a diterima H_0 ditolak. Hal ini berarti bahwa ada pengaruh antara kecerdasan emosional dalam memotivasi diri sendiri terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an siswa di MTsN 2 Tulungagung.

Kecerdasan emosional merupakan kemampuan memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati, dan tidak melbih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, berempati, dan berdoa.²Banyak kejadian dilapangan, anak yang memiliki IQ tinggi akan tetapi malas dan tidak termotivasi untuk menggapai impian yang tinggi,

² Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), hal. 68.

mereka tertinggal dengan anak yang IQ sedang akan tetapi memiliki semangat dan motivasi diri tinggi dalam menggapai impian dan cita-citanya.

Pernyataan tersebut didukung oleh Purwanto yang mengatakan bahwa motivasi diri juga turut menyumbang keberhasilan seseorang dalam meraih prestasi yang baik, dengan adanya motivasi diri yang mendorong seseorang untuk berbuat atau bertindak dalam mencapai suatu tujuan atau cita-cita, maka akan ada suatu penggerak atau motor yang memberikan energy ke siswa untuk melakukan tugas yang optimal.

Dengan demikian dapat dilihat bahwa anak yang memiliki motivasi diri dalam menghafal akan selalu berusaha dalam mencapai cita-citanya dan berhasil dalam belajarnya serta mendapatkan hasil yang baik.

C. Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Kemampuan Menghafal Al-Qur'an Siswa Di MTsN 2 Tulungagung

Berdasarkan dari hasil uji regresi berganda dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh antara Kecerdasan Emosional terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an siswa dari tabel uji F diperoleh nilai $F_{hitung} = 14,776$ sementara itu, untuk F tabel dengan taraf signifikansi 0,000 diperoleh nilai $F_{tabel} = 3,11$.

Perbandingan antara keduanya menghasilkan $F_{hitung} > F_{tabel}$ ($14,776 > 3,11$). Nilai signifikansi t untuk variabel kecerdasan emosional dalam mengelola emosi adalah 0,000 dan nilai tersebut lebih kecil daripada probabilitas 0,05 ($0,000 < 0,05$). Sehingga dalam pengujian ini menunjukkan bahwa H_a diterima H_0 ditolak. Hal ini berarti bahwa ada pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap kemampuan menghafal Al-Qur'an siswa di MTsN 2 Tulungagung.

Kecerdasan Emosional menunjuk pada suatu kemampuan untuk mengatur dan mengelola dorongan-dorongan emosi, yang terdapat dalam diri individu. Emosi dapat dikelompokkan pada kesedihan, amarah, takut, gembira, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel, dan malu. Kecerdasan emosional sangat menentukan potensi manusia mempelajari ketrampilan praktis yang didasarkan pada lima unsure, terdiri dari kesadaran diri, motivasi, pengaturan diri, empati, serta ketrampilan sosial.³

³ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka, 1995), hal. 35.

Pada dasarnya Kecerdasan emosional berpengaruh terhadap hafalan seseorang, sebagaimana yang dikutip oleh Wahid bahwa:

Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor pendukung dalam menjalani proses menghafalkan Al-Qur'an. Setiap individu memiliki karakteristik yang berbeda, sehingga cukup mempengaruhi terhadap proses hafalan yang dijalani.⁴

Syarat yang harus dipenuhi agar tujuan menghafal 30 juz tercapai, kemampuan mengelola emosi didalam menghafal juga pertimbangan penting. Seorang penghafal Al-Qur'an harus memiliki kemampuan untuk mengendalikan pengaruh tekanan dengan cara memotivasi diri sendiri, mampu menghadapi kegagalan, mengontrol dorongan, mengatur perasaan sehingga tidak mempengaruhi kemampuan berfikir. Jadi semakin baik kontrol emosionalnya maka semakin baik pula kemampuan dalam menghafal Al-Qur'an.

⁴ Wiji A. Wahid, *Cara Cepat Bisa Menghafal Al-Qur'an*, (Yogyakarta: Diva Press, 2012), hal. 141.