

BAB V

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

A. Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dalam Mengelola Emosi terhadap Akhlakul Karimah Siswa

Terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional (EQ) dalam mengelola emosi terhadap akhlakul karimah siswa di MAN Kota Blitar yang ditunjukkan dari $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($2,853 > 1,992$). Nilai Signifikansi t untuk variabel kecerdasan emosional dalam mengelola emosi adalah 0,006 dan nilai tersebut lebih kecil dari pada probabilitas 0,05 ($0,006 > 0,05$). Sehingga dalam pengujian ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini berarti bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dalam mengelola emosi terhadap akhlakul karimah siswa di MAN Kota Blitar.

Kecerdasan emosional dalam mengelola emosi, emosi merupakan perpaduan dari beberapa perasaan yang mempunyai intensitas yang relatif tinggi, dan menimbulkan suatu gejolak suasana batin.¹ Membicarakan pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan emosional dalam mengelola emosi tidak terlepas dari perkembangan lainnya seperti fisik, mental dan emosi.²

¹ Nana Syaodih, *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011), hal. 80

² Djali, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta : PT Bmi Aksara, 2011), hal. 101

Mengenali 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.

Kemampuan mengelola emosi juga merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan perasaannya sendiri sehingga tidak meledak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilakunya secara salah. Mungkin dapat diibaratkan sebagai seorang pilot pesawat yang dapat membawa perawatnya ke suatu kota tujuan dan kemudian mendaratnya secara mulus. Misalnya, seseorang yang sedang marah, maka kemarahan itu tetap dapat dikendalikan secara baik, tanpa harus menimbulkan akibat yang akhirnya disesalinya di kemudian hari.

Dari pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa seorang anak haruslah dapat mengendalikan emosinya agar tidak mudah membara dan dapat berdampak buruk bagi perilakunya. Maka dari itu penanaman akhlak di MAN Kota Blitar pada anak sangatlah berpengaruh agar menciptakan anak yang berperilaku atau berakhlak yang baik.

B. Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dalam Memotivasi Diri terhadap Akhlakul Karimah siswa di MAN Kota Blitar

Terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional dalam memotivasi diri terhadap akhlakul karimah siswa di MAN Kota Blitar yang ditunjukkan dari $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($3,401 > 1,992$). Nilai Signifikansi t untuk variabel kecerdasan emosional dalam memotivasi diri adalah 0,001 dan nilai tersebut lebih kecil dari pada probabilitas 0,05 ($0,001 > 0,05$). Sehingga dalam pengujian ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak. Hal ini berarti bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara kecerdasan emosional dalam memotivasi diri terhadap akhlakul karimah siswa di MAN Kota Blitar.

Menurut Goleman, motivasi dan emosi pada dasarnya memiliki kesamaan yaitu sama-sama menggerakkan. Motivasi menggerakkan manusia untuk meraih sasaran sedangkan emosi menjadi bahan bakar untuk memotivasi, dan motivasi pada gilirannya menggerakkan persepsi dan membentuk tindakan-tindakan. Kemampuan memotivasi diri juga merupakan kemampuan untuk memberikan semangat kepada diri sendiri untuk melakukan sesuatu yang baik dan bermanfaat. Dalam hal ini terkandung adanya unsur harapan dan optimis yang tinggi, sehingga seseorang memiliki kekuatan semangat untuk melakukan suatu aktivitas tertentu. Misalnya dalam hal belajar, bekerja, menolong orang lain dan sebagainya.

Kecerdasan emosional menunjukkan kepada suatu kesatuan untuk mengendalikan, mengorganisasikan, dan mempergunakan emosi ke arah kegiatan yang mendatangkan hasil yang optimal. Emosi yang dikendalikan ini merupakan dasar bagi otak untuk dikendalikan dengan baik dan optimal. Adapun ciri kecerdasan emosional adalah kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial.³ Apabila emosi tidak terkendali, orang akan mudah marah, sifat marah akan mematikan sistem kerja nalar. Dan apabila terjadi yang demikian, maka seseorang tidak akan termotivasi untuk belajar dan akan berakibat pada prestasi belajarnya yang akan menurun. Disinilah keunggulan kecerdasan emosional dapat diukur dari indikator penuh motivasi dan syarat kehangatan emosional.⁴

Dari pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosional sangat berpengaruh untuk memotivasi anak agar ia menjadi termotivasi untuk lebih giat belajar dan dapat berpengaruh akan prestasi yang di dapat di dalam kelas, seperti halnya siswa-siswi di MAN Kota Blitar yang tidak mudah terbawa emosi dan selalu termotivasi untuk selalu belajar dengan giat.

³ Baharudin dan Esa Nur Wahyuni, *Teori Belajar dan Mengajar*, (Jakarta: Rineke Cipta, 2011), hal. 158

⁴ *Ibid.*, hal. 161

C. Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) terhadap Akhlakul Karimah Siswa

Terdapat pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional dalam mengelola emosi dan kecerdasan emosional dalam memotivasi diri terhadap akhlakul karimah siswa di MAN Kota Blitar yang ditunjukkan dari nilai $F_{hitung} (18.004) > F_{tabel} (3,12)$ dan tingkat signifikan $0,000 < 0,05$. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikan uji serempak (uji F) diperoleh nilai 0,000, dengan demikian nilai signifikan yang diperoleh lebih kecil daripada probabilitas α yang ditetapkan ($0,000 < 0,05$). Jadi H_0 ditolak dan H_a diterima, dapatlah ditarik kesimpulan adanya pengaruh antara kecerdasan emosional dalam mengelola emosi dan kecerdasan emosional dalam memotivasi diri terhadap akhlakul karimah siswa di MAN Kota Blitar.

Hal ini mengingat emosi adalah dorongan untuk bertindak. Selain itu, dalam perilaku individu, emosi mempunyai beberapa peran, diantaranya adalah memperkuat semangat, melemahkan semangat, menghambat dan mengganggu konsentrasi belajar, terganggunya penyesuaian sosial, bahkan suasana emosional yang diterima dan dialami individu semasa kecilnya akan mempengaruhi sikapnya dikemudian hari.⁵

Kecerdasan emosi yang merujuk pada kemampuan mengelola emosi dan memotivasi diri sendiri, berusaha untuk menghibur diri sendiri, melepaskan kecemasan, kemurungan atau ketersinggungan, menggapai

⁵ Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011). Hal. 115

prestasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan untuk berfikir, berempati, dan berdoa. Penting artinya agar siswa dapat mengamalkan ajaran agama islam yang diterima dalam proses pendidikan agama islam dalam kehidupan sehari-hari, supaya nantinya akan membentuk akhlakul karimah yang mulia.

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian materi akhlak yang di berikan di sekolah untuk menanamkan karakter anak agar menjadi orang yang berperilaku baik dan dapat mengendalikan emosi yang ada pada dirinya agar anak dapat termotivasi untuk selalu giat belajar seperti siswa-siswi di MAN Kota Blitar.