

Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Self Efficacy pada Siswa Kelas Akselerasi Sman "X" Bandung

Relationship Between Emotional Intelligence with Self Efficacy in A Class Acceleration Students Sman "X" Bandung

¹Hanifa Iqomatul Haq, ²Dewi Rosiana

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116
email: ¹hnifahanifa@gmail.com, ²dewirosiana@yahoo.com

Abstract. Acceleration program of SMAN X Bandung has many characteristics for the students get in the acceleration class to support in learning process. Thus, only sort list candidates will be selected to this program. One of the requirements are the students should have a minimum IQ 130, task commitment and high creativity. Many characteristics indicate that they were found problem in learning process. Nevertheless, most of the students of SMAN X Bandung had many problems in learning process. One of the problems is the student was not convinced of his or her ability while he found a difficulty task. He or she tends to choose an easy task then takes remedial course in some lessons during the exam. According to Bandura (1986), emotional state is one of self efficacy sources. The state you are in will influence how you judge your self-efficacy. This research consists of 25 respondents from the students on acceleration class in 2019. This research aims to find correlation between emotional intelligence and self efficacy. The correlation coefficient indicates that emotional intelligence is positive correlated with self efficacy 0,785.

Keywords: Emotional Intelligence, Self Efficacy, Acceleration

Abstrak. Program Akselerasi SMAN X Bandung memiliki banyak karakteristik untuk siswa nya masuk ke dalam kelas akselerasi yang dapat menunjang dalam proses belajarnya. Sehingga, siswa yang masuk dalam program tersebut tidaklah sembarang siswa. Salah satunya ialah memiliki IQ minimal 130, task commitment, dan kreativitas yang tinggi. Dilihat dari beberapa karakteristik yang ada seharusnya tidak ditemukan masalah dalam proses belajar mengajarnya. Namun berbeda dengan para siswa di SMAN X Bandung. Sebagian besar siswa mendapatkan beberapa masalah dalam proses belajarnya. Salah satunya ialah siswa merasa tidak yakin akan kemampuannya ketika menghadapi tugas yang sulit, siswa cenderung memilih tugas yang mudah saja dan terdapat remedial ketika ujian dalam beberapa pelajaran. Menurut Bandura (1986) bahwa salah satu sumber dari *self efficacy* adalah kondisi emosi. Suasana hati atau *mood* dapat mempengaruhi penilaian seseorang akan kemampuan diri. Penelitian ini merupakan penelitian populasi pada siswa kelas akselerasi angkatan 2019 dengan responden sebanyak 25 orang yang bertujuan untuk melihat seberapa erat korelasi antara kecerdasan emosi dengan *self efficacy*. Hasil korelasi menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,785 yang menunjukkan ada hubungan positif yang erat antara kecerdasan emosi dengan *self efficacy*.

Kata kunci: Kecerdasan Emosi, *Self efficacy*, Akselerasi

A. Pendahuluan

Sekolah Menengah Atas (SMA) adalah jenjang pendidikan menengah atas pada pendidikan formal di Indonesia setelah lulus Sekolah Menengah Pertama, dimana yang nantinya akan melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi. Sekolah Menengah Atas ini yang akan menentukan siswa dan siswinya untuk melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi dan yang akan menentukan seseorang akan melanjutkan ke jenjang berikutnya atau tidak. Sekolah Menengah Atas sebagai institusi yang dituntut untuk menghasilkan lulusan-lulusan yang berkualitas, berpotensi dan memiliki keterampilan yang berkualitas. Oleh karena itu, siswa diharapkan bukan saja mampu menyerap mata pelajaran yang diterimanya melainkan mampu mengoptimalkan kecerdasan emosionalnya dengan baik.

Setiap orang mempunyai bakat dan kemampuan yang berbeda-beda. Oleh karena itu membutuhkan pendidikan yang berbeda-beda pula. Sekolah bertanggung jawab untuk mengidentifikasi, membina serta mengembangkan dan meningkatkan bakat tersebut, termasuk dari mereka yang berbakat istimewa atau memiliki kemampuan dan kecerdasan luar biasa. Dulu

orang biasanya mengartikan “anak berbakat” sebagai anak yang memiliki tingkat kecerdasan (IQ) yang tinggi. Namun sekarang makin disadari bahwa yang menentukan keberbakatan bukan hanya inteligensi (kecerdasan) melainkan juga kecerdasan emosi seseorang (Golleman, 1997).

Pemerintah Indonesia memberikan perhatian khusus terhadap siswa yang cerdas dan berbakat. Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 Bab IV pasal 5 tentang sistem pendidikan nasional merumuskan bahwa “warga negara yang memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa berhak memperoleh pendidikan layanan khusus.” Berdasarkan pasal tersebut maka Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah mengeluarkan Pedoman Penyelenggaraan Program Percepatan Belajar atau sering disebut Program Akselerasi bagi siswa SD, SMP, dan SMA yang memiliki kecerdasan istimewa.

Untuk meningkatkan kualitas sumber daya tersebut instansi yang paling berpengaruh besar adalah instansi pendidikan. Individu yang cerdas dan berbakat atau *akselerasi and talented* merupakan aset suatu bangsa. Secara umum anak berbakat diartikan sebagai anak yang memiliki tingkatan IQ tinggi dan memiliki keterampilan tertentu. Menurut definisi yang dikemukakan Joseph Renzulli (1978), “Anak berbakat merupakan satu interaksi diantara tiga sifat dasar manusia yang terdiri dari kemampuan umum dengan tingkatan kemampuan di atas rata-rata, komitmen yang tinggi terhadap tugas dan kreativitas yang tinggi”. Berdasarkan pengertian tersebut yang dimaksud dengan kemampuan umum diatas rata-rata adalah IQ yang tinggi yaitu 130 ke atas. Memiliki *task commitment* yaitu sejauh mana tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas. *Task commitment* mencakup tanggung jawab, motivasi, keuletan, kepercayaan diri, memiliki tujuan yang jelas sebelum melakukan sesuatu dan memiliki kemandirian.

Untuk mencapai semua itu ada kalanya siswa akan mengalami permasalahan dalam kehidupan sehari-harinya, siswa akan menghadapi kendala-kendala yang bervariasi dalam proses penyelesaian tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Pada akhirnya kendala-kendala tersebut dapat menyebabkan siswa menjadi cemas dan stress sehingga siswa menjadi ragu untuk menyelesaikan tugas-tugas tersebut. Oleh karena itu, diperlukan suatu keyakinan diri terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk bertindak dalam mewujudkan target akademik yang diharapkan atau yang dikenal dengan istilah *self efficacy*. *Self efficacy* berhubungan dengan cara berpikir individu dalam menghadapi masalah dan arah berpikir individu dalam menghadapi masalah secara optimis atau pesimis. Nantinya, *self efficacy* dapat menentukan cara menghadapi hambatan dalam proses penyelesaian tugas-tugas akademiknya.

Keyakinan diri atau yang biasa disebut Self-Efficacy menurut Bandura tahun 1997 (dalam Gufron 2011) adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Sementara itu, Baron dan Byrne (1991) (dalam Gufron 2011) mendefinisikan Self-efficacy sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan dan kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan. Bandura dan Wood (dalam Gufron 2011) menjelaskan Self-efficacy mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi.

Pengaruh Self-efficacy pada cara berfikir individu akan mampu mengarahkan motivasi dan tindakannya untuk mencapai suatu hasil yang bersifat positif bagi individu. Bandura tahun 1997 dalam Artha & Supriyadi (2013) menyatakan bahwa individu yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan yang dimiliki ketika menghadapi tugas-tugas yang sulit akan menganggap hal tersebut sebagai tantangan yang harus

dikuasai, mempertahankan komitmen diri dalam mencapai tujuan, memperoleh kembali upaya-upaya ketika menghadapi kegagalan, ketika menghadapi situasi yang mengancam mampu mengontrol dirinya, sehingga dapat menghasilkan pencapaian diri serta dapat mengurangi stress dan tidak mudah depresi. Sedangkan individu yang meragukan kemampuan dirinya akan menganggap tugas-tugas tersebut sebagai ancaman, memiliki harapan yang rendah, memiliki komitmen yang rendah terhadap tujuan yang dicapai, cepat menyerah dan kurang berusaha ketika menghadapi tugas yang sulit, serta lambat untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan sehingga individu tersebut mudah mengalami stress dan depresi.

Oleh karena itu *self efficacy* menjadi sangat penting bagi siswa. Untuk semakin meningkatkan *self efficacy* yang dimiliki, siswa tidak hanya harus meningkatkan kecerdasan intelektual yang dimiliki tetapi juga harus meningkatkan kecerdasan emosionalnya juga. Kecerdasan emosional yang baik dapat meningkatkan *self efficacy* yang siswa miliki. Hal ini senada dengan pendapat Bandura (1986) yang menyatakan bahwa salah satu sumber dari *self efficacy* adalah kondisi emosi. Suasana hati atau mood dapat mempengaruhi penilaian seseorang akan kemampuan diri. Suasana hati yang positif dapat meningkatkan keyakinan akan kemampuan diri sedangkan suasana hati yang negatif akan menurunkan kepercayaan diri seseorang, karena individu yang berada dalam suasana hati yang buruk cenderung akan meragukan kemampuan yang dimilikinya.

Sekitar Tahun 1990-an Peter Salovey dalam buku Emotional Intelligence oleh Goleman (1997) mengkaji ulang mengenai makna cerdas. Berdasarkan hasil penelitiannya bertahun-tahun ternyata ada hal yang lebih mempengaruhi kesuksesan ataupun prestasi belajar serta hasil belajar seseorang selain kecerdasan intelektual yaitu kecerdasan emosional. Menurut Goleman kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbang 15% bagi kesuksesan, sedangkan 85% adalah sumbangan faktor kekuatan-kekuatan lain, diantaranya adalah kecerdasan emosional (EQ) yakni kemampuan memotivasi diri sendiri, mengatasi frustrasi, mengontrol desakan hati, mengatur suasana hati (mood), berempati serta kemampuan bekerja sama.

Studi yang dilakukan Goleman (1997) (dalam Winarno 2008) menyatakan kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenal perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain agar dapat memotivasi diri dan mengelola emosi yang terdapat dalam diri sendiri dan orang lain secara efektif. Kecerdasan emosional dapat diamati ketika seseorang memperlihatkan kemampuan yang terdiri dari kesadaran diri, pengelolaan diri, kepekaan sosial dan pengelolaan hubungan pada waktu yang tepat dengan frekuensi yang cukup untuk dapat efektif pada situasi tertentu. Goleman (1997) juga menyatakan bahwa 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 stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir dan berempati.

B. Landasan Teori

Menurut Golleman (2000), kecerdasan emosional adalah kemampuan menuntut diri untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri dan orang lain dan untuk menanggapi dengan tepat, menerapkan dengan efektif energi emosi dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari, serta merupakan 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.

Menurut Albert Bandura, *Self efficacy* atau efikasi diri adalah keyakinan

seseorang tentang kemampuan mereka dalam menghasilkan hasil (outcomes) yang positif. *Self efficacy* adalah bagaimana seseorang berperilaku dalam memperoleh hasil yang menguntungkan (positif) dan menghindari hukuman. *Self efficacy* juga merupakan bagaimana seseorang memproses dan mensintesis *feedback* (umpan balik) yang diterima oleh seseorang dari kejadian yang dialaminya, dan hal tersebut dijadikan patokan dalam memperoleh keberhasilan yang menguntungkan di masa yang akan datang. Individu membuat standar khusus berdasarkan kemampuan yang dimilikinya sampai hasil yang diperoleh sesuai dengan standar yang ditentukan. Bila terdapat kesenjangan antara standar yang dibuat oleh individu dengan hasil yang dicapai, maka akan menghasilkan ketidakpuasan yang dirasakan oleh individu. *Self efficacy* atau efikasi diri mempengaruhi perilaku individu juga ekspektasi (harapan) akan kesuksesan yang diperoleh. Semakin besar efikasi diri yang dimiliki seseorang, maka semakin besar pula usaha yang akan dilakukan. (Albert Bandura, 1997 : 193).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan teknik korelasi. Penelitian ini merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan data empiris mengenai keeratan hubungan anantara kecerdasan emosional dengan *self efficacy*. Berdasarkan hasil penelitian yang diuji dengan menggunakan teknik analisis korelasi *Spearman's* menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan *self efficacy* pada siswa/siswi di kelas akselerasi SMAN X Bandung. Hal ini ditunjukkan dengan hasil signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara kecerdasan emosi dengan *self efficacy* pada siswa/siswi kelas akselerasi SMAN X Bandung diterima. Sedangkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,785. Dari hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara kecerdasan emosi dengan *self efficacy* pada siswa/siswi kelas akselerasi SMAN X Bandung bersifat positif. Artinya semakin rendah kecerdasan emosi semakin rendah pula *self efficacy* pada siswa/siswi kelas akselerasi SMAN X Bandung.

Sejalan dengan hipotesis penelitian, hasil pengolahan data pada tabel 4.1. menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang tinggi antara kecerdasan emosi dengan *self efficacy*. Korelasi positif menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi siswa, maka semakin tinggi juga *self efficacy* siswa, begitupun sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi siswa maka akan semakin rendah juga *self efficacy* siswa. Hal tersebut menunjukkan adanya korelasi kausal antara kecerdasan emosi dengan *self efficacy* dimana kecerdasan emosi merupakan variabel yang dapat mempengaruhi tinggi rendahnya *self efficacy*.

Hal tersebut sesuai dengan teori Bandura yang menyebutkan, Menurut Bandura (1986) salah satu sumber dari *self efficacy* adalah kondisi emosi. Suasana hati atau *mood* dapat mempengaruhi penilaian seseorang akan kemampuan diri. Suasana hati yang positif dapat meningkatkan keyakinan akan kemampuan diri sedangkan suasana hati yang negatif akan menurunkan kepercayaan diri seseorang, karena individu yang berada dalam suasana hati yang buruk cenderung akan meragukan kemampuan yang dimilikinya.

D. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan penelitian mengenai hubungan kecerdasan emosi dengan *self efficacy* pada siswa kelas akselerasi SMA X Bandung, didapatkan simpulan sebagai berikut:

Terdapat korelasi positif yang kuat antara kecerdasan emosi dengan *self efficacy*. Koefisien korelasi yang didapat ialah 0.785 yang artinya semakin rendah kecerdasan

emosi siswa maka akan semakin rendah pula *self efficacy* yang dimiliki siswa. Aspek mengenali emosi diri pada kecerdasan emosi merupakan aspek yang memiliki korelasi positif paling erat dengan *self efficacy* dengan koefisien korelasi sebesar 0.629 yang artinya semakin rendah kecerdasan emosi pada aspek mengenali emosi diri yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah pula *self efficacy* yang dimiliki siswa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengembangkan dan mengoptimalkan kecerdasan emosi yang berperan dalam keberhasilan siswa baik di sekolah maupun di lingkungan sekitarnya, maka disarankan kepada pihak sekolah terutama guru-guru pengajar agar memasukkan unsur-unsur kecerdasan emosi dalam menyampaikan materi serta melibatkan emosi siswa dalam proses pembelajaran.
2. Bagi para guru hendaknya memperhatikan kondisi emosi siswa saat proses belajar mengajar agar dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Dalam hal ini guru harus lebih kreatif memperhatikan tingkah laku siswa, menumbuhkan semangat dan motivasi siswa, serta menghilangkan rasa jenuh siswa yang memicu siswa mengalami ketidakstabilan emosi.
3. Bagi siswa kelas akselerasi diharapkan dapat meningkatkan kecerdasan emosi yang dimiliki agar semakin meningkat pula *self efficacy* yang dimiliki. Jika kecerdasan emosi dan *self efficacy* yang dimiliki semakin meningkat semakin membantu mengoptimalkan potensi serta kemampuan yang dimiliki. Siswa juga dapat terhindar dari permasalahan-permasalahan akademik karena tidak akan mudah stress dan frustrasi ketika mendapat masalah atau tugas yang cukup berat.
4. Penelitian ini hanya meninjau sebagian hubungan saja, sehingga bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengadakan penelitian dengan topic yang sama diharapkan dapat memperluas ruang lingkup misalnya dengan menambah variabel-variabel yang lain agar hasil yang didapat lebih bervariasi dan beragam serta memperhatikan faktor-faktor lain yang turut mempengaruhi *self efficacy* misalnya pengalaman keberhasilan, persuasi sosial dan lain-lain.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. (2014). *Prosedur penelitian : suatu pendekatan praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Artha, Isna Ni Made & Supriyadi. (2013). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan *Self efficacy* dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Udayana*. Vol. 1, No. 1, 190-202.
- Bandura, Albert. (1986). *Social Foundation Of Thought and Action: a Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs. New York: Prentice Hall.
- Bandura, Albert. 1997. *Psychological Review* Vol 84 No.2, 191-215 : *Self Efficacy Toward a Unifying Theory of Behavioral Change*.
- Bandura, A. 1994. Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). New York: Academic Press. (Reprinted in H.Friedman [Ed.], *Encyclopedia of mental health*. San Diego: Academic Press, 1998).
- Ghartepeh, Ameneh. (2015). *Emotional Intelligence as a predictor of self-efficacy among students with different levels of academic achievement*. Kermansyah University.

- Goleman, Daniel. (1997). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Gufron, M. Nur, & Rini Risnawita, S. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-ruzz Media.
- Hurlock, Elizabeth B. (1996). *Child Development*. Jakarta. Erlangga.
- Maryati, Ika. (2008). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Keyakinan Diri dengan Kreativitas Pada Siswa Akselerasi*. Surakarta: Universitas MUhammadiyah Surakarta
- Penyusun, Tim. (2017). *Pedoman Penyelenggaraan Mata Kuliah Metodologi Penelitian III dan Skripsi (Revisi Keempat)*. Bandung: Universitas Islam Bandung
- Renzuli, Joseph. *The Three-Ring Conception of Giftedness: A Developmental Model For Promoting Creative Productivity*.
- Renzuli, J. 2012. *Reexamining the Role of Gifted Education and Talent Development for the 21st Century: A Four-Part Theoretical Approach*. Sage.
- Safari, Yahya. (2015). *Emotional intelligence as a predictor of self-efficacy among students with different levels of academic achievement*.
- Santrock, John W. 2011. *Educational Psychology, 2nd Edition*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Winarno, Jacinta. (2008). *Emotional Intelligence Sebagai Salah Satu Faktor Penunjang Prestasi Kerja*. *Jurnal Manajemen*, Vol.8, No.1.