

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS**

#### **A. Ladsan Teori**

##### **1. Kecerdasan Emosional**

###### **a. Pengertian Kecerdasan Emosional**

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.

Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut EQ sebagai :

“himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan” (Shapiro, 2003: 8).

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional.

Keterampilan EQ bukanlah lawan keterampilan IQ atau keterampilan kognitif, namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Selain itu, EQ tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan (Shapiro, 2003: 10).

Sebuah model pelopor lain tentang kecerdasan emosional diajukan oleh Bar-On pada tahun 1992 seorang ahli psikologi Israel, yang mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan (Goleman, 2000: 180).

Gardner dalam bukunya yang berjudul *Frame Of Mind* (Goleman, 2000: 50-53) mengatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spektrum kecerdasan yang lebar dengan tujuh varietas utama yaitu linguistik, matematika/logika, spasial, kinestetik, musik, interpersonal dan intrapersonal. Kecerdasan ini dinamakan oleh Gardner sebagai kecerdasan pribadi yang oleh Daniel Goleman disebut sebagai kecerdasan emosional.

Menurut Gardner, 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” (Goleman, 2002: 52).

Dalam rumusan lain, Gardner menyatakan bahwa inti kecerdasan antar pribadi itu mencakup “kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, temperamen, motivasi dan hasrat orang lain”. Dalam kecerdasan antar pribadi yang merupakan kunci menuju pengetahuan diri, ia mencantumkan “akses menuju perasaan-perasaan diri seseorang dan kemampuan untuk membedakan perasaan-perasaan tersebut serta memanfaatkannya untuk menuntun tingkah laku” (Goleman, 2002: 53).

Berdasarkan kecerdasan yang dinyatakan oleh Gardner tersebut, Salovey (Goleman, 2002: 57) memilih kecerdasan interpersonal dan kecerdasan intrapersonal untuk dijadikan sebagai dasar untuk mengungkap kecerdasan emosional pada 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.

Menurut Goleman (2002: 512), kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Dari beberapa definisi yang ada tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan dalam menggunakan perasaan secara optimal untuk mengenal dan mengatur diri serta mengelola emosi yang terdapat dalam diri sendiri dan orang lain agar energi emosi tersebut pada waktu yang tepat dengan frekuensi yang cukup dapat diterapkan secara efektif dalam membina hubungan yang baik dengan orang lain.

**b. Komponen-komponen Kecerdasan Emosional**

Goleman (2002: 403) mengemukakan bahwa seorang psikolog dari Universitas Yale di Amerika yang bernama Peter Salovey telah memetakan secara detail dan menjelaskan dengan baik bagaimana intelegensi dapat masuk dalam dunia emosi kita dengan menjabarkannya menjadi lima domain, yaitu:

- a) Kesadaran diri (*self awareness*), kemampuan individu untuk menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi dalam dirinya, perasaannya, pikirannya dan latar belakang tindakannya.
- b) Kemampuan mengelola emosi (*self regulation*) yaitu kemampuan individu untuk mengelola dan menyeimbangkan emosi-emosi yang dialaminya, khususnya emosi yang negatif seperti kemarahan, kesedihan, kekecewaan, dendam dan kebencian.
- c) Kemampuan memotivasi diri sendiri (*self motivation*) yaitu kemampuan diri berfikir positif dan menumbuhkan optimisme dalam hidupnya ketika dalam keadaan putus asa.

- d) Kemampuan menunjukkan empati (*self empathy*) yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain dan ikut berperan dalam pergulatan arena kehidupan (Goleman, 2000: 50), Tichener menyatakan bahwa empati merupakan peniruan secara fisik atas beban orang lain, yang kemudian akan menimbulkan perasaan yang serupa dalam diri orang lain.
- e) Keterampilan sosial (*social skill*) yaitu kemampuan individu untuk membangun hubungan secara efektif dengan orang lain, mempertahankan hubungan sosial tersebut, serta menangani konflik-konflik interpersonal secara efektif.

Adapun Gardner, sebagaimana dikutip oleh Goleman (2000: 57), membagi kecerdasan emosional menjadi:

- a) Kecerdasan pribadi adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan kemampuan untuk menempuh kehidupan secara efektif, yang meliputi :

- 1) Mengenal emosi diri

Kesadaran untuk mengenali perasaan ketika perasaan itu terjadi merupakan dasar kecerdasan emosi. Menurut Mayer (dalam Goleman, 2000: 64) kecerdasan diri berarti waspada baik suasana hati maupun pikiran kita tentang suasana hati. Dengan demikian kemampuan untuk mengenali emosi ini merupakan prasyarat penting untuk mengenali emosi, sehingga tidak diintervensi oleh emosi.

2) Mengelola dan mengekspresikan emosi

Kemampuan mengekspresikan perasaan tergantung pada kesadaran diri. Dikatakan oleh Salovey (dalam Shapiro 2003: 58) orang-orang yang buruk kemampuannya dalam mengelola emosi (melepaskan kecemasan, kemurungan atau keterasingan) akan terus menerus bertarung melawan perasaan murung, sementara orang yang pintar dapat bangkit kembali dengan jauh lebih cepat dari kemerosotan dan kejatuhan dalam kehidupan.

3) Memotivasi diri sendiri

Orang yang termotivasi memiliki keinginan dan kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi rintangan-rintangan dengan berbagai cara hingga tujuan yang diinginkannya tercapai.

b) Kecerdasan antar pribadi adalah kemampuan untuk memahami orang lain, yang meliputi :

1) Kemampuan berempati

Empati merupakan kemampuan yang bergantung pada kesadaran diri. Orang yang mempunyai empati lebih mampu mengungkap sinyal-sinyal sosial yang tersembunyi dan mengisyaratkan apa-apa yang dibutuhkan atau dikehendaki orang lain.

2) Membina hubungan

Seni membina hubungan sebagian besar merupakan bagian dari keterampilan mengelola emosi orang lain, yang mencakup kemampuan membaca reaksi perasaan orang lain, memimpin, mengorganisasi serta pandai menangani perselisihan yang muncul dalam sebuah kelompok.

Dengan demikian, seseorang dapat dikatakan mempunyai kecerdasan emosional yang baik, ketika ia dapat mengaplikasikan kemampuan intra dan antar pribadinya dengan baik.

**c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional**

Seseorang dikatakan memiliki kecerdasan emosional, manakala ia memiliki kemampuan untuk memotivasi diri, 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 (dalam Goleman, 2002: 55).

Kemampuan di atas, tentunya tidak dapat dengan mudah ada ataupun terlabelkan pada diri seseorang, ada beberapa faktor yang mempengaruhinya, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Menurut Goleman (2000: 77) faktor internal yang mempengaruhi kecerdasan emosi yaitu faktor diri yang dipengaruhi oleh keadaan otak emosional seseorang. Ketika bagian-bagian otak yang memungkinkan merasakan emosi rusak, kemampuan rasional (intelekt) tetap utuh. Ketika seseorang dalam kondisi traumatis dengan rusaknya otak emosi, ia

masih dapat berbicara, menganalisa, bahkan dapat memprediksi bagaimana ia harus bertindak dalam situasi yang berbahaya. Tapi dalam keadaan tertentu, ia tidak dapat berinteraksi dengan orang lain secara layak sehingga rencana yang telah disusun tidak dapat dijalankan dan kesuksesan.

Hurlock (1997: 112) mengatakan, bahwa usia juga mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang, ia menyebutkan bahwa emosi yang kuat ada pada usia tertentu dan berkurang pada usia yang lain. Misalnya, emosi marah sangat kuat ketika anak berusia 2-4 tahun, akan tetapi sering dengan bertambahnya usia, rasa marah tidak akan terlalu lama dan kemudia berubah menjadi merujuk dan merenung, begitu pula dengan perasaan takut. Perbedaan ini tentu secara otomatis akan mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang.

Faktor lain yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah faktor eksternal yaitu faktor yang datang dari luar. Di antara faktor tersebut antara lain:

a) Pengaruh keluarga

Goleman (2000: 20) berpendapat bahwa lingkungan keluarga merupakan sekolah pertama dalam mempelajari emosi. Menurutnya ada ratusan penelitian yang memperlihatkan bahwa cara orang tua memperlakukan anak-anaknya berakibat mendalam bagi kehidupan emosional anak karena anak-anak adalah murid yang pintar, sangat peka terhadap transmisi emosi yang paling

halus sekalipun dalam keluarga. Ia menegaskan bahwa mengajarkan keterampilan emosi sangat penting untuk mempersiapkan belajar dan hidup.

Dorothy L. N. (dalam Imam Musbikin, 2003: 53)

mengatakan :

“Jika anak dibesarkan dengan celaan, ia belajar memaki. Jika anak dibesarkan dengan permusuhan, ia belajar berkelahi. Jika anak dibesarkan dengan cemohan, ia belajar rendah diri. Jika anak di besarkan dengan penghinaan, anak belajar menyesali diri. Jika anak dibesarkan dengan toleransi, ia belajar menahan diri. Jika anak dibesarkan dengan dorongan, ia belajar percaya diri.”

b) Lingkungan sekolah

Lingkungan kedua seorang anak setelah keluarga adalah sekolah, ia akan belajar berbagi, belajar untuk bisa memahami orang lain, belajar untuk menerima dan berinteraksi. Dengan siapa seorang anak banyak bergaul di sekolah dan seberapa besar dukungan atau informasi-informasi yang dia peroleh dari sekolah, akan banyak mempengaruhi kematangan dan kecerdasan emosional seseorang.

c) Lingkungan sosial masyarakat

Dukungan sosial dapat berupa perhatian, penghargaan, pujian, nasehat, yang pada dasarnya memberi kekuatan psikologis pada seseorang sehingga merasa kuat dan membuatnya mampu menghadapi situasi-situasi sulit. Sebaliknya, banyak masalah timbul karena ada sumbernya yang mempengaruhi yang terdapat dalam lingkungan hidup seseorang. Melalui perubahan lingkungan

hidup ke arah lingkungan hidup yang diharapkan bisa berfungsi positif menghasilkan perubahan pada sebagian kepribadian yang diharapkan (Gunarsa, 1996: 43).

d) Faktor budaya, termasuk agama.

Kebudayaan dapat memunculkan berbagai kekacauan mental dan *maladjustment*, jika kebudayaan tersebut mengajarkan dan memberi contoh pada hal-hal yang negatif. Budaya-budaya yang tidak sehat secara psikologis seperti budaya korupsi, budaya minum-minuman keras saat kelahiran anak pertama, ataupun budaya lain yang semisalnya. Secara otomatis akan mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang.

Agama, memiliki mekanisme tersendiri untuk meng-*upgrade* dan mengatur orang-orang yang terikat di dalamnya. Misalnya agama Islam melalui Rasulullah Saw sebagai pembawa risalah berupa Al-Qur'an pernah berkata, "*Jika salah seorang diantara kamu marah, sedangkan dia berdiri, hendaklah ia duduk niscaya marahnya lenyap. Jika tidak lenyap juga, hendaknya berbaring*" (HR. Abu Dawud).

Kecerdasan emosional seorang manusia tidak pernah berhenti pada satu titik, ia akan selalu berproses kearah yang lebih baik ataupun ke arah yang semakin buruk. Diperlukan dukungan dari berbagai pihak, terutama dari keluarga untuk dapat mengkondisikan kecerdasan emosional anak dan anggota keluarga lainnya agar tetap terasah, karena kesuksesan hidup tidak

hanya mengandalkan keberuntungan ataupun kecerdasan intelektual semata, tapi juga dibutuhkan skill kecerdasan emosional yang tinggi untuk bisa tetap kokoh di saat yang lainnya rapuh.

## **2. *Self-Regulated Learning***

### **a. Pengertian *Self-Regulated Learning***

*Self-regulated learning* (pengaturan diri dalam belajar) mencakup kemampuan strategi kognitif, belajar teknik pembelajaran, dan belajar sepanjang masa. Pendapat tersebut sejalan dengan pemikiran Schunk dan Zimmerman (dalam Winne, 1997: 397), yang mengkategorikan *self-regulated learning* sebagai dasar kesuksesan belajar, *problem solving*, transfer belajar, dan kesuksesan akademis secara umum.

*Self-regulated learning* menyangkut penerapan dari model umum regulasi dan regulasi diri (*self-regulation*) dalam proses belajar. Ada empat asumsi mengenai *self-regulated learning* yang dipakai Wolters dkk. (2003: 3-5). *Pertama*, asumsi aktif dan konstruktif. Siswa sebagai partisipan yang aktif konstruktif dalam proses belajar, baik itu aktif mengkonstruksi pemahaman, tujuan, maupun strategi dari informasi yang tersedia di lingkungan dan pikirannya sendiri. *Kedua*, *self-regulated learning* sebagai potensi untuk mengontrol. Siswa sanggup memonitor, mengontrol, meregulasi aspek tertentu dari kognitif, motivasi dan perilaku sesuai karakteristik lingkungan jika

memungkinkan. *Ketiga*, asumsi tujuan, kriteria, atau standar. Asumsi tersebut digunakan untuk menilai apakah proses harus dilanjutkan bila perlu ketika beberapa kriteria atau standar berubah. *Keempat*, asumsi bahwa aktivitas dalam *self-regulated learning* merupakan penengah (*mediator*) antara personal dan karakteristik konteks dan prestasi atau performa yang sesungguhnya. *Self-regulation* pada kognitif, motivasi, dan perilaku yang dimiliki individu, merupakan perantara hubungan antara *person*, konteks dan bahkan prestasi.

Berdasarkan asumsi di atas *self-regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif dengan jalan siswa menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku, yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong oleh tujuan dan disesuaikan dengan konteks lingkungan (Pintrich dalam Wolters dkk., 2003: 5; Schunk, 2005: 173).

Pemaparan definisi di atas sejalan dengan definisi Zimmerman (1989: 329) yang memaparkan secara umum bahwa *self-regulated learning* pada siswa dapat digambarkan melalui tingkatan atau derajat yang meliputi keaktifan berpartisipasi baik itu secara metakognisi, motivasional, maupun perilaku dalam proses belajar.

Zimmerman (dalam Montalvo dan Torres, 2004: 4-7), telah memberikan gambaran perbedaan karakteristik antara siswa yang

menerapkan dan tidak menerapkan *self-regulation* dalam proses belajarnya akan diuraikan sebagai berikut.

- a) Mengetahui cara menggunakan serangkaian strategi kognitif yang membantu dalam mentransformasi, mengorganisasi, mengelaborasi, dan menemukan kembali informasi.
- b) Mengetahui bagaimana merencanakan, mengontrol, dan mengatur proses mental menjadi prestasi dari tujuan individu (metakognisi).
- c) Mampu menentukan keyakinan motivasi dan emosi yang tepat.
- d) Merencanakan waktu dan usaha yang akan digunakan untuk mencapai tujuan.
- e) Melakukan peningkatan yang menunjukkan usaha terbaik dalam proses belajar.
- f) Mampu menjalani kondisi yang menuntut serangkaian strategi, yang bertujuan mempertahankan konsentrasi, usaha, dan motivasi selama melakukan tugas akademis.

Peneliti menyimpulkan bahwa definisi *self-regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif siswa dalam menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi, dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku, yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong oleh tujuan dan mengutamakan konteks lingkungan. Definisi lain yang disimpulkan peneliti, *self-regulated learning* ialah kemandirian belajar siswa.

Sehingga dalam penelitian ini peneliti juga memakai istilah kemandirian belajar sebagai bentuk terjemahan dari istilah *self-regulated learning*.

**b. Aspek-aspek *Self-Regulated Learning***

*Self-regulation* merupakan fundamen dalam proses sosialisasi dan melibatkan perkembangan fisik, kognitif dan emosi (Papalia, 2001: 223). Siswa dengan *self-regulation* pada tingkat yang tinggi akan memiliki kontrol yang baik dalam mencapai tujuan akademisnya. *Self-regulation* yang diterapkan dalam *self-regulated learning*, mengharuskan siswa fokus pada proses pengaturan diri guna memperoleh kemampuan akademisnya. Menurut Zimmerman (1989: 329), *self-regulated learning* terdiri atas pengaturan dari tiga aspek umum pembelajaran akademis, yaitu kognisi, motivasi dan perilaku.

Sesuai aspek di atas, selanjutnya Wolters dkk. (2003: 8-24) menjelaskan secara rinci penerapan strategi dalam setiap aspek *self-regulated learning* sebagai berikut. *Pertama*, strategi untuk mengontrol atau meregulasi kognisi meliputi macam-macam aktivitas kognitif dan metakognitif yang mengharuskan individu terlibat untuk mengadaptasi dan mengubah kognisinya. Strategi pengulangan (*rehearsal*), elaborasi (*elaboration*), dan organisasi (*organization*) dapat digunakan individu untuk mengontrol kognisi dan proses belajarnya.

*Kedua*, strategi untuk meregulasi motivasi melibatkan aktivitas yang penuh tujuan dalam memulai, mengatur atau menambah kemauan untuk memulai, mempersiapkan tugas berikutnya, atau menyelesaikan aktivitas tertentu atau sesuai tujuan. Regulasi motivasi adalah semua pemikiran, tindakan atau perilaku dimana siswa berusaha mempengaruhi pilihan, usaha, dan ketekunan tugas akademisnya. Regulasi motivasi meliputi *mastery self-talk*, *extrinsic self-talk*, *relative ability self-talk*, *relevance enhancement*, *situasional interest enhancement*, *self-consequating*, dan penyusunan lingkungan (*environment structuring*).

*Ketiga*, strategi untuk meregulasi perilaku merupakan usaha individu untuk mengontrol sendiri perilaku yang nampak. Sesuai penjelasan Bandura (Zimmerman, 1989: 330) bahwa perilaku adalah aspek dari pribadi (*person*), walaupun bukan “*self*” internal yang direpresentasikan oleh kognisi, motivasi dan afeksi. Meskipun begitu, individu dapat melakukan observasi, memonitor, dan berusaha mengontrol dan meregulasinya dan seperti pada umumnya aktivitas tersebut dapat dianggap sebagai *self-regulatory* bagi individu. Regulasi perilaku meliputi regulasi usaha (*effort regulation*), waktu dan lingkungan (*time/study environment*), dan pencarian bantuan (*help-seeking*).

Peneliti menarik kesimpulan bahwa aspek *self-regulated learning* yang akan dipakai dalam skala pada penelitian meliputi tiga

aspek yang telah dipaparkan oleh Zimmerman, yang meliputi aspek kognitif, motivasi, dan perilaku. Ketiga aspek tersebut akan digunakan peneliti untuk mengungkap perilaku pada *self-regulated learning*.

**c. Tahapan *Self-Regulated Learning***

Secara teori tahap-tahap perkembangan *self-regulated learning* disampaikan Schunk dan Zimmerman (1989: 332-336) meliputi empat tahap, yaitu *observation, emulation/imitation, self control and self regulation*.

Tahap *pertama* adalah observasi yang diperoleh seorang anak ketika menyaksikan atau mendengarkan seorang model yang memiliki keahlian, seperti seorang siswa yang melihat dan memperhatikan seorang guru yang menulis berulang-ulang dengan frase yang lengkap sebagai suatu kalimat yang sempurna. Ketika siswa mengamati dan memperhatikan guru dalam menuliskan suatu kalimat yang sempurna, siswa memperoleh suatu pengalaman tentang bagaimana suatu kalimat yang sempurna yang harus dibuat.

Pengalaman yang seolah-olah siswa mengalami sendiri memberikan bayangan yang jelas bagaimana keterampilan itu harus dilakukan, dan pengalaman siswa seolah-olah mendapatkan hadiah atas usahanya menjadi sumber utama motivasi untuk tetap berusaha secara pribadi agar memperoleh penguasaan yang lebih mendalam. Siswa telah memperoleh penguasaan yang lebih mendalam. Siswa

telah memperoleh penguasaan tahapan ini ketika dirinya dapat membedakan elemen kunci keterampilan yang dimaksud.

Tahap *kedua* yaitu emulasi/imitasi, dalam tahapan ini siswa melakukan keterampilan kognitif maupun motorik secara pribadi, namun masih dengan menerima masukan dan bimbingan dari guru-model. Pengalaman mampu melakukan dengan peniruan ini memberikan siswa suatu perasaan bagaimana suatu proses kognitif harus dilakukan, atau bagaimana suatu keterampilan motorik baru dilaksanakan sehingga terasa secara motorik dan nyata. Kinerja yang telah sama dengan model tidak hanya menyediakan masukan secara sensimotor saja, melainkan hal itu juga memungkinkan siswa untuk mengembangkan proses-proses standar internal tentang kinerja yang benar, yang sangat penting dalam tahapan belajar.

Tahap *ketiga* disebut *self control*, dimana siswa belajar pada dirinya sendiri dalam rangka membentuk keterampilan kognitif atau motorik sebagai suatu proses yang rutin. Untuk mengembangkan tingkatan motorik yang otomatis ini siswa harus melatih dirinya sendiri. Siswa tidak lagi secara langsung mengandalkan model untuk belajarnya walaupun model tidak ada. Secara tidak langsung siswa tetap bergantung pada representasi personal model sebagai standar kinerja. Selama tahap ini, strategi belajar siswa terfokus pada kelancaran melakukan keterampilan-keterampilan yang penting dan

utama, yaitu meliputi proses pencapaian tujuan dan memonitor dirinya sendiri. Hal ini akan mempermudah siswa memperoleh otomatisitas.

Tahap belajar yang *keempat* dikenal dengan *self-regulated learning*, dimana siswa belajar untuk mengadaptasikan keterampilan kognitif dan motoriknya dengan suatu perubahan lingkungan yang dinamis. Keterampilan dalam tahap ini biasanya dapat dibentuk tanpa pemikiran yang disengaja, dan perhatian siswa dapat diubah ke arah pencapaian hasil yang maksimal tanpa akibat yang merugikan. Sebagai contoh, seorang pemain bola volley perhatiannya dapat diubah dari sekedar melakukan servis itu sendiri. Seperti penempatan bolanya, dimana hal tersebut memungkinkan untuk memperoleh point. Untuk melakukan ini, siswa harus berlatih memonitor dirinya sendiri tentang hasil dari penempatan servisnya.

Zimmerman dan Schunk (1997: 227) menjelaskan bahwa *self-regulated learning* merupakan tingkat domain spesifik, dalam mencapai kecakapan itu tergantung pada beberapa proses tugas terkait, seperti pembuatan rencana, pembuatan strategi, pengembangan kecakapan motorik, dan memonitor diri. Sebuah contoh, kemampuan siswa untuk memonitor dirinya dan menyesuaikan diri dalam menulis biasanya berbeda dengan kemampuan pengaturan diri dalam kemampuan berfikir matematika atau keterampilan dalam berolah raga.

Selain itu menurut Zimmerman dan Kisantas (1997; 67) suatu implikasi kunci yang membedakan antara tahap perkembangan keterampilan kognitif-motorik *self control* dan *self-regulated learning* adalah kebiasaan siswa yang pada awalnya memfokuskan pada aktivitas proses ketika siswa mulai berlatih daripada hasil atau produk tujuannya. Siswa mengira bahwa memfokuskan pada hasil sebelum proses teknik dasar diperoleh atau dikuasai akan mengganggu belajar. Hal ini karena siswa pemula sering melakukan proses penyesuaian yang kurang cerdas sampai mereka memperoleh keterampilan untuk mengevaluasi diri.

Keempat tahapan perkembangan diatas memungkinkan siswa secara sistematis menyesuaikan strategi belajarnya dengan perubahan kondisi-kondisi personal dan kontekstual. Pandangan yang bersifat multilevel untuk diperolehnya kecakapan melakukan keterampilan belajar ini menekankan perlunya peranan dukungan sosial, motivasi diri dan latihan mengarahkan pada tujuan. Maka secara singkat, analisis perkembangan empat tahap kemampuan *self-regulated learning* dapat dijelaskan sebagai berikut, dimulai dengan memperoleh pengetahuan tentang keterampilan belajar (*observation*), dan mencakup penggunaan keterampilan tersebut (*imitation*), kemudian berusaha menginternalisasikannya (*self control*), dan mempergunakannya secara adaptif (*self regulation*). Sumber utama motivasi juga bergeser dari lingkungan sosial ke sumber-sumber

pengaturan diri (*self regulated*): *vicarious reinforcement* diasumsikan sangat berperan selama *observation*, penguatan secara langsung (*direct reinforcement*) selama *imitation*, penguatan diri (*self reinforcement* selama tahapan *self control*) dan keyakinan akan kemampuan diri (*self efficacy*) selama tahapan *self-regulated learning*.

**Tabel 1. Faktor-Faktor Pengaruh Perkembangan *Self-Regulated Learning* Siswa**

Tahap Perkembangan	Faktor Pengaruh	
	Sosial	Diri Sendiri
<i>Observational</i>	Model Diskripsi Verbal	
<i>Imitative</i>	- Arahan Lingkungan - Masukan	
<i>Self Controlled</i>		- Standar internal - Penguatan diri
<i>Self-Regulated Learning</i>		- Proses-proses pengaturan diri - Keyakinan kemampuan

(Zimmerman, 1997; Schunk, 1999).

Kemampuan *self-regulated learning* seseorang akan terus mengalami perubahan, selama faktor-faktor internal dan eksternal diatas terus menerus ada dan dilakukan, apalagi ketika dukungan dari keluarga dan lingkungan sosial turut mengkondisikan.

**d. *Self-Regulated Learning* Sebagai Strategi Belajar**

Strategi *self-regulated learning* adalah tindakan dan proses yang menunjukkan kepada siswa bagaimana cara memperoleh informasi atau kemampuan yang meliputi perantara, tujuan, dan persepsi instrumental (Zimmerman, 1989: 329). Tujuan dari setiap strategi difungsikan untuk meningkatkan *self-regulation* baik itu fungsi

pribadi, performa tindakan akademis, dan lingkungan belajar (Zimmerman, 1989: 337). Strategi yang dapat diambil sebagai contoh adalah strategi organisasi dan perubahan, latihan dan mengingat, serta penetapan tujuan dan perencanaan berpusat pada regulasi pribadi yang optimal. Strategi seperti *self-evaluation* dan pemberian konsekuensi diri (*selfconcequency*) dapat meningkatkan fungsi perilaku, sedangkan strategi penyusunan lingkungan, pencarian informasi, pemeriksaan ulang, serta pencarian bantuan dimaksudkan untuk meningkatkan lingkungan belajar siswa.

Zimmerman dan Martinez-Pons akan memaparkan lebih jauh mengenai tipe-tipe strategi *self-regulated learning* (dalam Zimmerman, 1989: 337). Strategi tersebut dikelompokkan menjadi 15 tipe berdasarkan wawancara dengan siswa-siswa sekolah menengah tentang bervariasinya strategi yang umumnya digunakan dalam konteks belajar.

- a) Evaluasi diri (*self-evaluating*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif mengevaluasi kualitas atau kemajuan pekerjaan yang dilakukan.
- b) Pengorganisasian dan perubahan (*organizing and transforming*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif menyusun kembali materi instruksional untuk meningkatkan proses belajar baik secara jelas maupun tersembunyi.

- c) Penetapan tujuan dan perencanaan (*goal-setting and planning*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa menetapkan tujuan pendidikan atau subtujuan dan merencanakan langkah selanjutnya, pengaturan waktu dan menyelesaikan aktivitas yang berhubungan dengan tujuan.
- d) Pencarian informasi (*seeking information*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif untuk mendapatkan informasi berkenaan dengan tugas selanjutnya dari sumber-sumber non-sosial ketika mengerjakan tugas.
- e) Latihan mencatat dan memonitor (*keeping records and monitoring*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif mencatat kejadian atau hasil-hasil selama proses belajar.
- f) Penyusunan lingkungan (*environmental structuring*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif memilih atau menyusun kondisi lingkungan fisik untuk mempermudah belajar.
- g) Pemberian konsekuensi diri (*self-consequating*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa memiliki susunan dan daya khayal (*imagination*) untuk memperoleh *reward* atau *punishment* apabila mengalami keberhasilan atau kegagalan.
- h) Latihan dan mengingat (*rehearsing and memorizing*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa berinisiatif mengingat materi dengan cara latihan secara *overt* maupun *covert*.

- i) Pencarian bantuan sosial-teman sebaya (*seeking social assistance-peers*) adalah pernyataan yang mengindikasikan individu mencoba mendapatkan bantuan dari teman sebaya.
- j) Pencarian bantuan sosial-guru (*seeking social assistance-teachers*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa mencoba mendapatkan bantuan dari guru.
- k) Pencarian bantuan sosial-orang dewasa (*seeking social assistance-adult*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa mencoba mendapatkan bantuan dari orang dewasa.
- l) Pemeriksaan ulang catatan (*reviewing records-notes*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa memiliki inisiatif membaca kembali catatan.
- m) Pemeriksaan ulang soal-soal ujian (*reviewing records-tests*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa mempunyai inisiatif membaca kembali soal-soal ujian.
- n) Pemeriksaan ulang buku teks (*reviewing records-textbooks*) adalah pernyataan yang mengindikasikan siswa memiliki inisiatif membaca kembali buku teks untuk mempersiapkan kelas atau ujian berikutnya.
- o) Lain-lain, berupa pernyataan yang menunjukkan perilaku belajar yang diajukan oleh orang lain seperti guru atau orang tua, dan semua respon verbal yang tidak jelas.

Penjelasan teori-teori di atas yang meliputi aspek dan fase yang terjadi pada *self-regulated learning* disajikan Wolter dkk. dalam Tabel berikut.

### 3. Hubungan Kecerdasan Emosional dan *Self-Regulated Learning*

Banyak usaha yang dilakukan oleh para siswa untuk meraih nilai yang tinggi agar menjadi yang terbaik seperti mengikuti bimbingan belajar. Usaha semacam itu jelas positif, namun masih ada faktor lain yang tidak kalah pentingnya dalam mencapai keberhasilan selain kecerdasan ataupun kecakapan intelektual, faktor tersebut adalah kecerdasan emosional. Karena kecerdasan intelektual saja tidak memberikan persiapan bagi individu untuk menghadapi gejolak, kesempatan ataupun kesulitan-kesulitan dan kehidupan. Dengan kecerdasan emosional, individu mampu mengetahui dan menanggapi perasaan mereka sendiri dengan baik dan mampu membaca dan menghadapi perasaan-perasaan orang lain dengan efektif. Individu yang memiliki keterampilan emosional baik kemungkinan besar akan 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.

Kecerdasan emosional yang dimiliki oleh siswa merupakan modal penting dalam meregulasi proses belajarnya, baik itu terkait dengan

akan diperoleh bila anak diajarkan keterampilan kecerdasan emosional, secara emosional akan lebih cerdas, penuh pengertian, mudah menerima perasaan-perasaan dan lebih banyak pengalaman dalam

memecahkan permasalahannya sendiri, sehingga pada saat remaja akan lebih banyak sukses disekolah dan dalam berhubungan dengan rekan-rekan sebaya serta akan terlindung dari resiko-resiko seperti obat-obat terlarang, kenakalan, kekerasan serta seks yang tidak aman (Gottman, 2001: 250).

Adanya tuntutan kurikulum yang dipadatkan dari program reguler yang seharusnya ditempuh dalam waktu 3 tahun menjadi 2 tahun. Sehingga setiap 1 tahun siswa melalui 3 semester. Adapun materi pelajaran pada SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta memiliki 17 mata pelajaran.

Selain fokus dalam pelajaran, kemampuan untuk beradaptasi dengan guru dan teman sebaya juga harus dilakukan. Siswa akselerasi tidak dapat mengabaikan tugas mereka untuk menyesuaikan diri terhadap bahan pelajaran baru dalam mata pelajaran yang telah diterima sebelumnya atau belum pernah diterima sama sekali. Sehingga ada siswa yang merasa frustrasi terhadap kurangnya sosialisasi terhadap teman sebaya baik di sekolah maupun dalam lingkungan masyarakat.

Paris dan Bymes mengatakan (1995; dikutip oleh Linda Latif, 2009: 49) bahwa gambaran seseorang yang efektif ditunjukkan jika seorang siswa tersebut mampu menghadapi tantangan atau masalah dan mampu menyelesaikannya. Pemecahan masalah tersebut membutuhkan ketekunan sekaligus kemampuan pendekatan *problem solving* yang baru. Mereka menetapkan tujuan secara realistik dan mempergunakan

seperangkat sumber. Mereka mengerjakan tugas-tugas akademis dengan percaya diri. Mengkombinasikan antara pengharapan yang positif dan motivasi serta berbagai strategi untuk pemecahan masalah adalah gambaran siswa yang mampu mengatur dirinya sendiri dalam belajar (Winne, 1995; dikutip oleh Linda Latif, 2009: 49).

Pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap *self-regulated learning* satu dengan yang lainnya dapat saling menguatkan, hal tersebut dikarenakan, komponen-komponen pendukung atau indikator-indikator yang ada dalam masing-masing variabel juga terdapat pada variabel yang lain.

Peneliti tidak melihat pengaruh kedua variabel ini sebagai pengaruh yang saling *overleaping* atau tumpang tindih, tapi sebagai bentuk kesatuan yang dapat saling menguatkan (kemampuan mengelola emosi pada kecerdasan emosional dengan kemampuan mengatur emosi dan motivasi pada *self-regulated learning*).

## **B. Hasil Penelitian yang Relevan**

Tinjauan pustaka dimaksudkan sebagai satu kebutuhan ilmiah yang berguna untuk memberikan kejelasan dan batasan pemahaman informasi yang digunakan, diteliti melalui khasanah pustaka dan sebatas jangkauan yang didapatkan untuk memperoleh data-data yang berkaitan dengan tema penulisan.

Penelitian Linda Latif (2009) dengan judul *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Self Regulation Siswa Kelas I SMP Al-Azhar Pasuruan*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif komparatif, yaitu dengan mengkomparasikan kecerdasan emosional dengan *self regulation* siswa. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas 1 SMP Al-Azhar dengan jumlah sampel 60 siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk mengetahui hubungan antara dua variabel ataupun lebih. Dengan teknik pengambilan sampel secara populasi (*purposif sampling*) pada siswa kelas 1 SMP Al-Azhar Pasuruan sebanyak 60 siswa. Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya hubungan antara kecerdasan emosional dengan *self regulation* siswa kelas 1 SMP AL Azhar Pasuruan

Penelitian Faisal Riza Ahmad Mustofa Kamal (2011) dengan judul *Prestasi Belajar Kognitif Zat Aditif Makanan Ditinjau Dari Kecerdasan Emosional, Motivasi Berprestasi dan Kemandirian Belajar Siswa Kelas VIII Semester II SMPIT Nur Hidayah Surakarta Tahun Ajaran 2008/2009*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Tujuannya untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan dan pengaruh antara: (1) kecerdasan emosional siswa dengan prestasi belajar kimia materi zat aditif makanan, (2) motivasi berprestasi siswa dengan prestasi belajar kimia materi zat aditif makanan, (3) kemandirian belajar siswa dengan prestasi belajar kimia materi zat aditif makanan, (4) kecerdasan emosional, motivasi berprestasi dan kemandirian belajar dengan prestasi belajar kimia materi zat aditif makanan.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Analisis Regresi dan Korelasi.

Penelitian Zumaroh (2006) berjudul *Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) Terhadap Kemandirian Belajar Peserta Didik Kelas III MAN 01 Semarang*. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, yakni jenis penelitian yang menggunakan angka dalam mengumpulkan data dan menampilkan hasilnya. Suatu pendekatan penelitian yang bersifat objektif, mencakup pengumpulan dan analisis data kuantitatif serta menggunakan metode pengujian statistik. Hasil dari data yang telah di dapat dengan analisis regresi satu prediktor dengan skor kasar, menunjukkan adanya hubungan positif antara kecerdasan emosional dan kemandirian belajar peserta didik kelas III MAN 01 Semarang.

Penelitian Dyah Ayu Pitaloka Barata (2009) dengan judul *Hubungan Antara Self-Regulated Learning dan Kecerdasan Emosional Dengan Prestasi Belajar Matematika Pada Siswa SMA*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor diterima, bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dan kecerdasan emosional dengan prestasi belajar matematika. Hipotesis minornya, ada hubungan yang sangat signifikan antara *self-regulated learning* dengan prestasi belajar matematika, tidak ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar matematika.

Penelitian Suyati (2012) dengan judul *Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Kemandirian Belajar Dengan Prestasi Belajar Mata Kuliah*

*KDPK Di Prodi D-III Kebidanan FIK UNIPDU Jombang.* Metode penelitian yang digunakan adalah observasi analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Pada penelitian ini semua populasi digunakan sebagai sampel yaitu mahasiswa semester I Prodi D-III Kebidanan FIK UNIPDU Jombang sebanyak 100 mahasiswa. Teknik analisa data yang digunakan adalah korelasi pearson product moment dan regresi ganda dengan taraf signifikansi 5%.

Penelitian Yusuf Habibi (2009) dengan judul *Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kemandirian Belajar Siswa Jurusan IPS Al-Hidayah Wajak Malang*. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, yakni jenis penelitian yang menggunakan angka dalam mengumpulkan data dan menampilkan hasilnya. Suatu pendekatan penelitian yang bersifat objektif, mencakup pengumpulan dan analisis data kuantitatif serta menggunakan metode pengujian statistik. Sampel dalam penelitian ini sebesar 100% dari populasi 85 peserta didik. Temuan penelitian dianalisis dengan *analisis regresi* satu prediktor dengan skor kasar, menunjukkan adanya pengaruh positif antara kecerdasan emosional terhadap kemandirian belajar siswa jurusan IPS Al-Hidayah Wajak Malang.

Penelitian Yoseph Kristanto (2006) dengan judul *Belajar Berdasar Regulasi Diri Ditinjau Dari Kesadaran Diri Dan Kecerdasan Emosi Pada Mahasiswa Seminari Tinggi*. Data penelitian diperoleh melalui metode survey. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis regresi sederhana dan ganda dengan bantuan program statistik *SPSS Versi 13,0 for Windows*. Hasil analisis regresi mengungkap bahwa kesadaran diri dan

kecerdasan emosi *tidak* berpengaruh langsung terhadap belajar berdasar regulasi diri mahasiswa.

Penelitian Sumanto Tri Rahma Adi (2012) dengan judul *Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Kemandirian Belajar Pada Siswa Kelas XI Jurusan Otomotif SMK Muhammadiyah I Moyudan Sleman*. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Teknik pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis *korelasi product moment*. Hasil penelitian menyimpulkan terdapat hubungan kecerdasan emosional dan kemandirian belajar pada siswa kelas XI Jurusan Otomotif SMK Muhammadiyah I Moyudan Sleman.

Dalam Jurnal Bimbingan Konseling Universitas Negeri Semarang, Antono (2012) melakukan penelitian dengan judul *Kontribusi Layanan Informasi Bimbingan Belajar Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Kemandirian Belajar*. Penelitian bertujuan untuk menganalisis kontribusi layanan informasi dalam bidang bimbingan belajar, kecerdasan emosional terhadap kemandirian belajar siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif (*eks post facto*) dan analisis deskriptif korelatif dengan desain penelitian korelasional dengan menggunakan instrumen metode angket dalam bentuk skala psikologis. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa kelas VIII MTs Al Uswah Kabupaten Semarang dengan jumlah 263. Dari penelitian ini diperoleh hasil bahwa ada kontribusi layanan informasi dalam

bidang bimbingan belajar terhadap kemandirian belajar ada kontribusi kecerdasan emosional terhadap kemandirian belajar.

Dalam jurnal Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang ditulis oleh Tarmidi dan Ira Vanita (2012) dengan judul *Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa SMA Swasta*. Penelitian ini merupakan penelitian korelasial yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada SMA. Analisis data penelitian menggunakan korelasi *Pearson Product Moment*. Berdasarkan hasil analisis ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecerdasan emosi dengan kecemasan menghadapi ujian dengan nilai  $r_{xy} = -0,188$  ( $p > 0,05$ ). Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosi siswa maka akan cenderung semakin rendah tingkat kecemasannya menghadapi UNAS, dan sebaliknya, semakin rendah tingkat kecerdasan emosi siswa maka tingkat kecemasan menghadapi UNAS akan cenderung semakin tinggi.

Berkaitan dengan tinjauan pustaka yang ditemui peneliti, sudah ada penelitian yang dilakukan hanya saja belum ditemukan penelitian yang dimaksudkan oleh peneliti tentang *Hubungan Kecerdasan Emosional dan Self-Regulated Learning Siswa Kelas Akaselerasi SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta*. Oleh karena itu, peneliti mencoba untuk melakukan studi komparatif dan melanjutkan dari penelitian yang sudah pernah ada dengan obyek yang berbeda dan layak untuk dilakukan uji lebih lanjut.

### **C. Hipotesis**

Hipotesis merupakan suatu jawaban sementara terhadap perumusan suatu masalah, tujuan dari hipotesis ini adalah sebagai tuntutan sementara dalam penelitian untuk diuji kebenarannya sehingga dapat diperoleh jawaban yang sebenarnya sesuai dengan teori yang ada.

Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah : Ada hubungan antara kecerdasan emosional dan self-regulated learning siswa kelas akselerasi SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta.