

Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Pada Kelas Khusus Olahraga (KKO) Di SMP Negeri 2 Sidoarjo

Mulia Roosyidah¹

Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
202030100071@umsida.id

Hazim²

Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Hazim@umsida.ac.id

Abstract

Keseimbangan antara kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional merupakan prediktor keberhasilan dalam proses belajar siswa di sekolah. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah kecerdasan emosional berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa. Metode penelitian menggunakan kuantitatif eksperimen kuasi dengan desain *one group pretest* dan *posttest* menggunakan intervensi psikoedukasi terkait *self-management*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dari kelas VII dan VIII yang berasal dari kelas khusus olahraga di SMP Negeri 2 Sidoarjo dengan jumlah sampel sebanyak 38 orang. Instrumen penelitian merupakan modifikasi dari penelitian sebelumnya dengan menggunakan indikator motivasi intrinsik dan aspek dari motivasi belajar. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner skala likert. Pengujian hipotesis menggunakan teknik *paired sample T-Test* yang di uji dengan alat bantu JASP versi 17. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional signifikan berpengaruh positif terhadap motivasi belajar siswa dengan nilai signifikansi pada uji hipotesis sebesar $0.023 < 0.05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian psikoedukasi dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

Keywords

Kelas Khusus Olahraga, Kecerdasan Emosional, dan Motivasi Belajar

INTRODUCTION

Motivasi belajar memiliki peran yang sangat penting untuk siswa. Karena dengan adanya motivasi dapat menumbuhkan motivasi belajar siswa. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi maka akan mempunyai keinginan atau minat belajar yang tinggi pula [1]. Menurut Winkel dalam [2] motivasi belajar merupakan daya penggerak psikis yang dimiliki siswa untuk mendorong keinginan belajar, menjamin kelangsungan kegiatan belajar, dan memberikan arahan pada kegiatan belajar demi mencapai tujuan. Sementara Oemar Hamalik dalam [3] menyebutkan bahwa terdapat tiga peran dalam motivasi belajar, yaitu mendorong timbulnya perilaku belajar, motivasi sebagai pengarah, hal ini dapat diartikan sebagai menggerakkan perilaku menuju tujuan yang ingin dicapai, dan yang terakhir motivasi sebagai penggerak, artinya besar atau kecilnya ukuran motivasi individu akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan atau perbuatan.

Terdapat dua bentuk motivasi belajar, yang pertama motivasi intrinsik, motivasi yang berasal dari diri sendiri, berupa desakan kebutuhan, hasrat, dan keinginan untuk berhasil, serta harapan yang dimiliki. Yang kedua, motivasi ekstrinsik, motivasi yang berasal dari luar diri sendiri berupa kondisi lingkungan, adanya penghargaan, dan kegiatan yang menarik [4]. Motivasi intrinsik merupakan bentuk motivasi yang tertanam dalam diri siswa. Motivasi bentuk intrinsik merupakan modal yang penting dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar pada siswa.

Sigmund Freud dalam [5] mengemukakan indikator untuk siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi, yaitu yang pertama tekun menghadapi tugas, siswa yang menunjukkan ketekunan dan giat dalam menyelesaikan tugas sekolahnya cenderung memiliki fokus yang tinggi sehingga tidak mudah terpengaruh oleh distraksi disekitar. Kedua, ulet menghadapi kesulitan atau tidak mudah putus asa merupakan sifat yang sangat penting dimiliki oleh siswa, sebab hal ini menandakan bahwa mereka tetap berusaha dari kesulitan yang dihadapi demi mencapai cita-cita atau tujuan para siswa. Ketiga, menunjukkan minat terhadap berbagai macam masalah untuk orang dewasa. Misalnya masalah terkait ekonomi, keadilan, korupsi, tindak kriminal, dan sebagainya. Individu yang memiliki minat seperti ini memungkinkan individu tersebut memiliki keinginan untuk ikut serta berkontribusi dalam perbaikan sosial, menciptakan kesadaran dan terlibat dalam perubahan yang positif. Keempat, lebih senang bekerja mandiri menandakan bahwa individu memiliki tingkat kemandirian yang tinggi dalam mengerjakan tugasnya. Kelima, cepat bosan terhadap tugas yang menjadi rutinitas mencerminkan kebutuhan individu terhadap variasi dan tantangan baru. Sehingga hal ini memicu individu untuk terus belajar dan berkembang di bidang lainnya. Keenam, teguh terhadap pendapat dan tidak mudah melepas hal yang diyakini merupakan indikasi dari kekuatan karakter individu dan integritas personal yang dimiliki. Individu dengan pendirian yang teguh cenderung tidak mudah terpengaruh oleh opini dari orang lain. Sehingga dapat mempertahankan nilai-nilai atau opini yang diyakini individu tersebut. Ketujuh, senang mencari dan memecahkan teka-teki soal menandakan kesenangan individu terhadap sebuah tantangan yang bersifat intelektual. Individu seperti ini dapat mencari solusi dengan cara yang kreatif dan inovatif serta menikmati proses dari penemuan pengetahuan yang baru.

Kesulitan-kesulitan yang sering dialami oleh siswa dalam belajar adalah kesulitan untuk menyelesaikan tugas sekolah, hal ini biasanya disebabkan oleh ketidakpahaman terkait materi yang diberikan oleh guru di sekolah. Selain itu kesulitan berkonsentrasi dan fokus saat proses belajar berlangsung juga menjadi tantangan untuk siswa. Para siswa yang aktif di kegiatan non akademik juga kesulitan mengatur jadwal kegiatan. Kesulitan-kesulitan tersebut yang menyebabkan siswa merasa tertekan, sehingga menyebabkan menurunkan motivasi belajar. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh [6] terkait penyebab menurunnya motivasi belajar siswa. Hasil penelitian menunjukkan 15.80% berasal dari kondisi lingkungan siswa, 48.12% berasal dari kondisi siswa, dan 16.25% berasal dari kemampuan yang dimiliki oleh siswa.

Karakteristik siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi menurut Ahmadi dalam [7] yaitu siswa akan selalu berusaha untuk menyelesaikan tugas yang diberikan dengan baik, siswa akan tetap mempertahankan kebiasaan belajarnya meskipun mendapatkan nilai yang rendah atau tinggi dan meskipun ada atau tidaknya tugas dari sekolah, siswa berani bertanya kepada guru bila menemukan kendala dalam memahami materi pelajaran, dan siswa selalu berusaha untuk menjawab pertanyaan yang diberikan guru saat di kelas.

Menurut Frandsen dalam [8] motivasi belajar terdiri dari enam aspek, yaitu (1) memiliki minat yang besar terhadap hal baru. Siswa yang memiliki minat yang besar terhadap hal baru biasanya cenderung selalu termotivasi untuk belajar, karena adanya dorongan intrinsik yang selalu mendorong para siswa untuk belajar. (2) Kreatif, siswa terus berpikir dan membuat ide baru, sehingga membuat dirinya berbeda dengan yang lainnya. Dorongan yang kreatif ini dapat menghasilkan inovasi dan meningkatkan kreativitas dalam lingkungan belajar siswa. (3) Mengharapkan dukungan dari orang tua, guru dan rekan-rekannya. Sebagai individu, kita pasti mengharapkan suatu pujian dari orang lain sebagai bentuk pengakuan terhadap prestasi dan pencapaian yang telah dilakukan. Dukungan sosial seperti ini memiliki potensi untuk memperkuat motivasi siswa, dan menciptakan lingkungan belajar yang positif. (4) Memperbaiki kegagalan dimasa lalu dengan usaha yang baru. Siswa mungkin akan merasa termotivasi untuk belajar dengan dorongan untuk memperbaiki kegagalan di masa lalu. Dorongan ini dapat memicu siswa untuk mencoba berusaha lebih keras dan meraih hasil yang lebih baik dari sebelumnya. (5) Merasa aman ketika telah memahami materi pembelajaran. Motivasi dapat tumbuh ketika siswa merasa aman setelah berhasil menguasai materi yang sedang dipelajari. Keberhasilan dalam pembelajaran menciptakan rasa percaya diri kepada siswa, sehingga dapat meningkatkan motivasi untuk terus berprestasi. (6) Memberlakukan ganjaran atau hukuman sebagai akhir dari belajar. Siswa mungkin terdorong dengan konsep ganjaran atau hukuman sebagai hasil dari usaha belajar mereka. Mereka yang giat belajar, akan mendapatkan hasil yang baik pula, begitu juga sebaliknya. Dengan siswa memiliki pemahaman seperti ini, akan memicu siswa untuk termotivasi dalam belajar.

Fenomena yang terjadi di SMP Negeri 2 Sidoarjo, khususnya pada kelas khusus olahraga adalah padatnya jadwal kegiatan olahraga membuat para siswa sering tertinggal penjelasan materi yang diberikan di ruang kelas. Tertinggalnya penjelasan materi yang disampaikan oleh guru-guru membuat siswa kesulitan memahami materi pelajaran sehingga siswa tidak berkenan untuk mengerjakan tugas yang telah disampaikan. Dari hasil wawancara terhadap beberapa siswa dari Kelas Khusus Olahraga mereka yang tertinggal materi tidak ada usaha atau keinginan untuk bertanya kepada guru terkait materi yang tidak dipahami. Selain itu siswa dari kelas khusus olahraga ini juga memiliki jadwal latihan yang dilakukan di pagi hari, sehingga banyak dari mereka yang tiba di kelas dengan kondisi tersebut membuat siswa merasa lelah, sehingga siswa sulit fokus dan konsentrasi terhadap materi yang disampaikan di kelas. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh [9] menunjukkan bahwa 40% kondisi siswa positif mempengaruhi motivasi belajar.

Menurut [10] terdapat enam faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa, yaitu (1) Kematangan: faktor kematangan fisik, sosial dan mental penting untuk diperhatikan, karena hal tersebut dapat mempengaruhi motivasi siswa untuk belajar. (2) Kecerdasan emosional: adanya kecerdasan emosional dapat membuat kegiatan belajar menjadi hal yang menyenangkan untuk siswa serta menghilangkan segala ancaman dari hal-hal yang mengganggu dan menghambat proses belajar. (3) Usaha yang memiliki tujuan: usaha dengan tujuan yang jelas akan meningkatkan dorongan untuk mencapai hal tujuan awal. (4) Pengetahuan tentang hasil belajar: jika siswa mengetahui adanya peningkatan dari hasil belajar mereka, maka siswa akan lebih termotivasi untuk belajar lebih giat lagi. Hal ini akan mendorong para siswa untuk mempertahankan hasil belajarnya atau meningkatkan intensitas belajar mereka untuk mencapai hasil belajar yang lebih baik. Sedangkan dengan mengetahui hasil belajar yang rendah juga akan mendorong siswa untuk berusaha lebih giat untuk meningkatkan hasil belajar dan memperbaikinya kembali.

(5) Penghargaan dan hukuman: pemberian penghargaan atau reward akan memicu semangat belajar siswa. Adanya penghargaan akan menumbuhkan sikap inisiatif, kompetitif dan kemampuan kreatif. Namun, hukuman dapat digunakan sebagai penguat negatif untuk menurunkan perilaku buruk. (6) Berpartisipasi: hal ini dapat memunculkan originalitas, inisiatif dan memberikan kesempatan untuk mewujudkan ide-ide yang ada dipikiran.

Salovey & Mayer dalam [11] mengatakan bahwa untuk menjaga motivasi belajar yang tinggi pada siswa, maka diperlukan adanya kemampuan untuk menilai, mengatur emosi dalam diri sendiri dan membina hubungan dengan orang lain, mampu mengekspresikan emosi secara akurat dan adaptif, serta mampu melakukan penyesuaian diri dalam situasi kognitif yang disebut sebagai kecerdasan emosional.

Menurut hasil wawancara dari beberapa siswa di kelas khusus olahraga menyatakan bahwa banyak dari mereka merasa lebih tertarik untuk melakukan aktivitas di bidang olahraga daripada aktivitas akademik di sekolah. Wawancara juga dilakukan kepada guru-guru di sekolah, hasil wawancara menyatakan bahwa siswa dari kelas khusus olahraga kurang memperhatikan penjelasan guru mengenai materi pelajaran. Hal ini berkaitan dengan kecerdasan emosional siswa. Goleman (2002) dalam [12] mengatakan bahwa kecerdasan emosional (*Emotional Quotient*) adalah kemampuan individu untuk mengatur emosinya dengan menggunakan kecerdasan intelegensi, menjaga keseimbangan emosi dan pengungkapannya melalui keterampilan pengenalan diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Seorang peneliti kecerdasan emosi, Goleman, mengatakan bahwa aspek psikologis yang paling penting untuk sukses dalam hidup adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional menyumbang 85% - 90% sebagai prediktor kesuksesan terbaik dalam kehidupan, sementara kecerdasan intelegensi (*Intelligence Quotient*) menyumbang 10% - 30% sebagai prediktor kesuksesan. Namun, penelitian yang dilakukan di Harvard University dalam [13], menemukan bahwa hanya antara 5 hingga 20% peran dari kecerdasan intelegensi (IQ) yang mempengaruhi kesuksesan seseorang, sedangkan 80 hingga 95% ditentukan oleh faktor lainnya, yaitu kecerdasan emosional (EQ) dan kecerdasan spiritual (SQ). Dalam hal ini kecerdasan emosional dan kecerdasan intelegensi harus saling melengkapi agar seimbang [14]. Sehingga, keseimbangan antara IQ dan EQ merupakan prediktor keberhasilan dalam proses belajar siswa di sekolah.

Goleman, 1998 dalam [15] mengatakan bahwa faktor dari kecerdasan emosional dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu keterampilan pribadi dan keterampilan sosial. Keterampilan pribadi adalah keterampilan yang berasal dari diri sendiri seperti kesadaran diri, motivasi diri dan pengaturan diri. Sementara itu, keterampilan sosial yaitu keterampilan yang berasal dari orang lain seperti, empati dan kemampuan untuk membangun hubungan dengan orang lain.

Aspek kecerdasan emosional menurut Goleman, dalam [16] sebagai berikut:

- a) Pengenalan emosi diri, menunjukkan kesadaran diri terhadap perasaan yang sedang dialami, sehingga individu dapat dapat mengontrol atau mengatur emosi masing-masing.
- b) Pengendalian emosi, adalah kemampuan untuk mengontrol emosi yang dapat mengganggu keseimbangan hidup seseorang supaya mendapatkan keseimbangannya kembali.

- c) Untuk memotivasi diri sendiri, individu perlu mengatur emosi supaya dapat memfokuskan perhatian pada hal-hal lain. Hal ini dapat memotivasi diri setiap individu untuk menjadi kreatif dan berusaha untuk mencapai tujuan hidupnya.
- d) Supaya dapat menyesuaikan sikap dan tindakan dengan kecenderungan yang ditampilkan orang lain, individu perlu kemampuan memahami emosi orang lain melalui pemahaman tanda-tanda emosi non-verbal dan perasaan individu itu sendiri.
- e) Mengendalikan hubungan dengan orang lain, yaitu kemampuan untuk mempertahankan hubungan dengan sesama, mengetahui emosi setiap orang lain dan mengendalikan emosi diri sendiri.

Berdasarkan pada hal yang telah disampaikan, dapat diartikan bahwa siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat dipastikan dapat mengetahui caranya mengelola dan menggunakan emosi yang baik saat proses belajar berlangsung, memiliki rasa empati dengan teman dan guru, disiplin untuk mendengarkan saat guru menjelaskan materi di kelas, tidak menunda pekerjaan rumah yang diberikan guru dan mengerjakan dengan tepat waktu, memiliki semangat belajar yang tinggi dan mengetahui tujuan belajar yang jelas, sehingga akan mempengaruhi motivasi belajar siswa. Sehingga dengan kecerdasan emosional yang tinggi dapat mempengaruhi motivasi belajar siswa.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [17] tentang hubungan kecerdasan emosional dengan motivasi belajar dengan fokus penelitian yang diteliti terkait motivasi belajar mata pelajaran IPS terpadu pada siswa SMP. Menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar. Sehingga dapat dikatakan siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi memiliki tingkat motivasi yang lebih tinggi untuk belajar. Begitu pula dengan sebaliknya, siswa yang memiliki kecerdasan emosional yang lebih rendah memiliki tingkat motivasi yang lebih rendah untuk belajar.

Penelitian berikutnya yang dilakukan oleh [18] tentang pengaruh kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar dengan subjek penelitian pada siswa SMK dengan keahlian akuntansi menunjukkan hasil bahwa kecerdasan emosional berpengaruh positif dan signifikan terhadap motivasi belajar siswa pada program keahlian akuntansi di SMK.

Penelitian berikutnya yang dilakukan oleh [19] tentang pengaruh kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar dengan fokus penelitian terhadap motivasi belajar pada mata pelajaran matematika dengan subjek yang diteliti adalah siswa kelas 5 SD. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terkait kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar pada mata pelajaran matematika siswa kelas 5 SD.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian tentang pengaruh kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar telah dilakukan kepada siswa SD dengan fokus penelitian terkait motivasi belajar pada mata pelajaran matematika, siswa SMP dengan fokus penelitian terkait motivasi belajar pada mata pelajaran IPS terpadu, dan siswa SMK dengan program keahlian Akuntansi. Penelitian terkait hubungan kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar belum pernah dilakukan pada siswa yang aktif dibidang olahraga, sehingga hal ini dapat menjadi kebaruan dalam penelitian terkait variabel kecerdasan emosional dan motivasi belajar, serta melengkapi penelitian terdahulunya.

Mengetahui fenomena yang terjadi, maka peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Pada Kelas Khusus Olahraga di SMP Negeri 2 Sidoarjo". Penelitian ini bertujuan

untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar siswa di kelas khusus olahraga. Manfaat dari penelitian ini adalah untuk mendukung dan memperkaya kajian teoritik yang berhubungan dengan variabel kecerdasan emosional dan motivasi belajar siswa. Berdasarkan latar belakang diatas, maka hipotesis penelitian adalah kecerdasan emosi berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar.

METHOD

Metode penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif eksperimen kuasi dengan desain *one group pretest-posttest*. Menurut [20] eksperimen kuasi adalah salah satu eksperimen yang menempatkan unit terkecil eksperimen ke dalam kelompok eksperimen dan kontrol tidak dilakukan secara acak. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah kecerdasan emosional sebagai variabel bebas dan motivasi belajar sebagai variabel terikat. Intervensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemberian psikoedukasi terkait teknik *self-management*. Teknik *self-management* dalam penelitian ini merujuk pada suatu teknik perubahan dan pengembangan perilaku subjek yang menekankan pentingnya usaha dan tanggungjawab pribadi untuk dirinya sendiri. Menurut [21] teknik *self-management* merupakan salah satu teknik yang berfungsi untuk merubah perilaku individu dengan menggunakan pendekatan behavior. Tujuan *self-management* adalah untuk mengurangi perilaku negatif para siswa, seperti tidak menyelesaikan tugas sekolah, tidak menyelesaikan tugas dengan mandiri, dan lain sebagainya, serta meningkatkan kemampuan bersosial.

Adapun aspek-aspek dari teknik *self-management* atau manajemen diri menurut Komalasari dalam [22] menyatakan bahwa terdapat empat aspek yang terdiri dari (1) pemantauan diri yang sangat penting untuk menentukan hasil belajar siswa. Dengan pemantauan diri sendiri, siswa dapat memperhatikan dan mencatat perilaku menyimpang dan mengendalikan sumber masalah, sehingga mereka dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi dengan tepat dan tidak menimbulkan permasalahan baru terhadap dirinya sendiri. (2) Penguat yang positif yang dapat memberikan manfaat untuk meningkatkan perilaku yang diinginkan dan mendorong siswa untuk berperilaku baik. (3) Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri merupakan proses untuk mengubah perilaku siswa dengan mempertimbangkan tujuan dan konsekuensi yang ingin dicapai. Jika siswa berperilaku menyimpang, maka mereka harus menerima konsekuensi atas perilaku tersebut. (4) Penguasaan terhadap rangsangan yaitu kemampuan siswa untuk mengendalikan diri secara sadar, sehingga mereka dapat berperilaku dengan cara yang tidak merugikan orang lain dan fokus dengan mempertahankan perilaku baru yang diharapkan.

Untuk melakukan *self-management* diperlukan tahapan-tahapan sebagai berikut:

1. Tahap observasi diri. Pada tahap ini individu mulai melakukan pengamatan dan mencatat tentang hal - hal yang perlu diperhatikan, seperti frekuensi, intensitas dan durasi dari perilaku yang dimunculkan.
2. Tahap evaluasi diri. Pada tahap ini individu akan membandingkan hasil catatan tingkah laku sebelumnya dengan target tingkah laku yang telah dibuat. Tujuan dari evaluasi diri adalah untuk menilai efisiensi dan efektivitas program yang telah dilakukan. Jika program tidak berhasil, maka harus ada tinjau kembali terkait program yang telah dijalankan.

3. Tahap pemberian penguat, penghapusan dan hukuman. Setelah seluruh tahapan telah dilakukan dan dianggap berhasil, maka perlu dilakukan tindak lanjut dengan memberikan penguat, penghapusan dan hukuman terhadap perilaku yang telah dimunculkan oleh individu. Tahapan ini cukup sulit karena membutuhkan konsistensi terhadap diri sendiri dan kesadaran diri untuk melanjutkan program atau bahkan tidak ingin untuk melanjutkannya.

Populasi dalam penelitian ini berasal dari 2 kelas, yaitu kelas VII dan VIII yang berasal dari Kelas Khusus Olahraga di SMP Negeri 2 Sidoarjo dengan jumlah 62 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik sampling purposive, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan hasil pertimbangan peneliti terkait sampel mana yang paling bermanfaat dan representative [23]. Jumlah sampel penelitian yang digunakan sebanyak 38 orang dengan kriteria siswa kelas VII dan VIII yang berasal dari kelas khusus olahraga SMP Negeri 2 Sidoarjo, dan hadir di kelas saat pemberian materi psikoedukasi.

Instrumen penelitian yang digunakan merupakan modifikasi dari [5] dan [24] dengan menggunakan indikator motivasi intrinsik dan aspek dari motivasi belajar. Jumlah aitem pada skala penelitian berjumlah sebanyak 26 aitem yang terdiri dari 12 indikator. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner skala likert dimana aitem terbagi menjadi 2 bagian, yaitu aitem favorable dan aitem unfavorable dengan pilihan jawaban yang terbagi menjadi 4 bagian, yaitu mulai dari Selalu, Sering, Kadang-kadang, dan Tidak Pernah. Kuesioner diberikan kepada subjek penelitian untuk mengetahui tingkat motivasi belajar subjek sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Sebelum kuesioner diberikan kepada subjek penelitian, peneliti telah melakukan uji coba untuk memastikan kesesuaian alat ukur yang digunakan kepada siswa. Berdasarkan uji validitas, 26 aitem dikatakan valid dan hasil uji reliabilitas aitem skala tersebut sebesar 0.937.

Adapun tahapan kegiatan intervensi psikoedukasi diberikan kepada subjek sebagai berikut:

- Langkah pertama yang dilakukan peneliti sebelum diberikan psikoedukasi adalah memberikan lembar pretest untuk melakukan pengukuran awal tingkat motivasi belajar siswa sebelum diberikan psikoedukasi terkait teknik *self-management*.
- Langkah kedua yaitu, pemberian materi psikoedukasi tentang self-management. Komponen yang disampaikan dalam materi psikoedukasi terdiri dari pengertian, tujuan, aspek, serta tahapan dari self-management. Selain itu, siswa diberikan lembar kerja penjadwalan yang akan diisi oleh seluruh peserta sebagai alat bantu untuk meningkatkan kemampuan pengelolaan diri. Metode yang digunakan dalam penyampaian materi adalah ceramah, tanya jawab dan diskusi.
- Langkah terakhir adalah pemberian lembar posttest yang diberikan kepada peserta 2 minggu setelah kegiatan psikoedukasi berlangsung untuk mengukur tingkat motivasi belajar siswa.

Data yang telah dikumpulkan melalui hasil *pretest* dan *posttest* kemudian di analisis menggunakan bantuan program *Jeffreys's Amazing Statistics (JASP)* versi 17 dengan teknik analisis data yang digunakan adalah:

1. Uji Asumsi, terdiri dari uji normalitas dan homogenitas sebagai uji prasyarat paired sample T-Test. Dimana Uji Normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Data yang berdistribusi normal jika nilai signifikansi > 0.05 . Uji Homogenitas digunakan untuk memastikan sampel yang digunakan berasal

dari populasi yang sama atau tidak. Data dikatakan homogen bila nilai signifikansi > 0.05.

2. Uji Hipotesis, jika uji normalitas dan uji homogenitas terpenuhi maka peneliti dapat menggunakan uji parametrik menggunakan paired sample t-test.
3. Uji deskriptif, digunakan untuk mengetahui tingkat motivasi belajar siswa kelas khusus olahraga di SMP Negeri 2 Sidoarjo melalui hasil angket pretest dan posttest.

RESULT AND DISCUSSION

Table 1 Hasil Uji Deskriptif

| | N | Mean | SD | SE | Coefficient of variation |
|----------------------------|----|--------|--------|-------|--------------------------|
| Motivasi Belajar Pre Test | 38 | 68,289 | 9,147 | 1,484 | 0,134 |
| Motivasi Belajar Post Test | 38 | 73,947 | 13,977 | 2,267 | 0,189 |

Berdasarkan hasil uji deskriptif nilai mean pada pretest sebesar 68.289 dan standar deviasi pretest sebesar 9.147. Sedangkan nilai mean pada posttest sebesar 73.947 dan nilai standar deviasi sebesar 13.977. Artinya terdapat selisih nilai mean pre dan post sebesar 5.658 dan selisih nilai standar deviasi pre dan post sebesar 4,83. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan motivasi belajar antara sebelum dan sesudah diberikan materi psikoedukasi.

Table 2 Hasil Uji Normalitas

| | W | p |
|--|-------|------|
| Motivasi Belajar Pre Test - Motivasi Belajar Post Test | 0,956 | 0,14 |

Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai signifikansi pretest dan posttest sebesar 0.14 yang artinya nilai signifikansi tersebut > 0.05. Dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian ini terdistribusi dengan normal. Maka dapat dilakukan uji hipotesis dengan uji parametrik.

Table 3 Hasil Uji Homogenitas

| | F | df1 | df2 | p |
|---------------------------|-------|-----|-----|------|
| Motivasi Belajar Pre Test | 0,818 | 2 | 35 | 0,45 |

| | | | | |
|----------------------------|-------|---|----|-------|
| Motivasi Belajar Post Test | 1,238 | 2 | 35 | 0,302 |
|----------------------------|-------|---|----|-------|

Berdasarkan hasil uji homogenitas diketahui nilai p pada pretest sebesar 0.45 dan nilai p pada posttest sebesar 0.302 (nilai $p > 0.05$). Artinya populasi yang digunakan pada data pre dan post berasal dari populasi yang sama. Maka data tersebut dapat dikatakan homogen.

Table 4 Hasil Uji Hipotesis

| Measure 1 | Measure 2 | t | df | p | Mean Difference | SE Difference | Cohen's d |
|---------------------------|----------------------------|--------|----|-------|-----------------|---------------|-----------|
| Motivasi Belajar Pre Test | Motivasi Belajar Post Test | -2,369 | 37 | 0,023 | -5,658 | 2,388 | -0,384 |

Note. Student's t-test.

Berdasarkan hasil uji Paired Samples T-Test, menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada motivasi belajar sebelum pemberian materi psikoedukasi dan sesudah pemberian materi psikoedukasi dengan perbedaan rerata 5.658 (Mean Difference), t score = -2.369 dan $p = 0.023 < 0.05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak dengan nilai Cohen's d menunjukkan adanya besaran efek yang tergolong kecil, yaitu 0.384. Dapat disimpulkan bahwa pemberian psikoedukasi dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, meskipun besaran efeknya cenderung kecil.

Temuan penelitian ini diperkuat dengan adanya teori berupa hasil penelitian terdahulu yang telah terbukti dan menyatakan bahwa motivasi belajar siswa dipengaruhi oleh kecerdasan emosional Faizi dalam [4]. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mempengaruhi motivasi belajar siswa kelas Khusus Olahraga di SMP Negeri 2 Sidoarjo. Berdasarkan analisis tersebut menunjukkan bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penentu dalam mempengaruhi motivasi belajar siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Goleman dalam [25] mengatakan bahwa kecerdasan emosional bekerja secara seimbang dalam kecerdasan intelektual, sehingga dapat dikatakan individu yang memiliki EQ tinggi sudah pasti memiliki IQ yang tinggi pula. Kecerdasan emosional memiliki peran penting untuk siswa.

Dengan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan membuat siswa menjadi individu yang lebih memahami, berempati dan mampu bernegosiasi dengan orang lain. Menurut Muzaik dalam [17] menjelaskan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi dengan baik. Dengan kecerdasan emosional yang tinggi, siswa dari kelas khusus olahraga dapat mengelola emosinya dengan baik sehingga menjadi jauh lebih siap untuk menerima materi pembelajaran dalam kelas setelah melakukan aktivitas olahraga.

Siswa yang memiliki IQ yang tinggi memerlukan motivasi belajar yang tinggi pula. Motivasi merupakan kekuatan diri dalam melakukan kegiatan untuk memenuhi harapan

atau untuk mencapai tujuan. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi akan mempunyai keberanian dalam bersaing dan menerima umpan balik dari orang lain, sehingga hal tersebut menjadikan siswa merasa terdorong untuk berkompetisi dan mengejar prestasi yang lebih tinggi. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi juga mendorong siswa untuk lebih tanggung jawab terhadap tugasnya sebagai pelajar. Salah satu faktor pendukung motivasi belajar siswa adalah dengan memiliki kecerdasan emosional yang baik maka akan meningkatkan motivasi belajar kepada siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi belajar pada siswa yang aktif dibidang olahraga. Dimana siswa-siswa tersebut memiliki jadwal kegiatan yang padat. Sehingga memerlukan kecerdasan emosional yang tinggi untuk meningkatkan motivasi belajar.

Penelitian [18] meneliti tentang pengaruh kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar siswa SMK dengan program keahlian akuntansi menunjukkan hasil kecerdasan emosional memiliki kontribusi terhadap motivasi belajar siswa sebesar 38.9% dan menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar dengan nilai signifikan sebesar $0.000 < 0.05$. Penelitian [17] meneliti tentang hubungan kecerdasan emosional dengan motivasi belajar pada mata pelajaran IPS menunjukkan hasil bahwa kecerdasan emosional dengan motivasi belajar siswa memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai t-hitung $6.927 > t\text{-tabel } 2.017$. Penelitian lain juga dilakukan oleh [19] tentang pengaruh kecerdasan emosional terhadap motivasi belajar mata pelajaran matematika pada siswa SD menunjukkan hasil kecerdasan emosional mempengaruhi motivasi belajar siswa sebesar 93.8%. Sehingga terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kecerdasan emosional dengan motivasi belajar matematika siswa SD.

Ketiga penelitian diatas menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berperan penting terhadap motivasi belajar siswa. Meskipun terdapat perbedaan dalam konteks penelitian tingkatan sekolah dan subjek penelitian. Dimana peneliti menggunakan siswa yang aktif di bidang olahraga dengan tingkatan pendidikan Sekolah Menengah Pertama sebagai subjek penelitian. Siswa yang berasal dari Sekolah Menengah Pertama masih tergolong dalam tingkat perkembangan remaja, dimana pada masa remaja menjadi masa penuh dengan gejolak emosi sehingga mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar [26]. Anak dengan kecerdasan emosional yang rendah cenderung melakukan perilaku buruk yang merugikan orang disekitarnya. Aspek yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah pengenalan emosi diri, pengendalian emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan mengendalikan hubungan dengan orang lain. Siswa yang aktif di bidang olahraga cenderung lebih banyak melakukan aktivitasnya di luar sekolah. Mereka juga dituntut untuk melakukan kewajibannya dalam hal akademik sekolah. Sehingga siswa yang aktif di bidang olahraga harus bisa mengimbangi antara kegiatan atletik dan kegiatan akademik di sekolah. Untuk mengimbangi kegiatan atletik dan kegiatan akademik di sekolah diperlukan kemampuan untuk mengendalikan emosi, dimana kecerdasan emosional sangat berperan penting untuk siswa yang aktif di bidang olahraga.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi yang diberikan kepada siswa kelas khusus olahraga di SMP Negeri 2 Sidoarjo memberikan efek yang positif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Sesuai dengan hasil penelitian, maka pihak terkait di sekolah SMP Negeri 2 Sidoarjo disarankan untuk memberdayakan kecerdasan emosional kepada seluruh siswa, khususnya siswa yang berasal dari kelas khusus olahraga. Hal ini sangat berperan untuk mereformasikan perilaku siswa menjadi bertata-

krama, membentuk empati kepada orang lain, mengendalikan emosi diri sendiri maupun dengan orang lain, dan yang tidak kalah penting adalah menumbuhkan motivasi diri sendiri untuk mengimbangi antara kegiatan akademik dan non akademik.

CONCLUSION

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa kelas khusus olahraga meningkat setelah diberikan materi psikoedukasi. Sehingga dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar siswa dari kelas khusus olahraga di SMP Negeri 2 Sidoarjo. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk pihak sekolah dalam mengetahui pentingnya kecerdasan emosional yang dimiliki siswa-siswinya terhadap motivasi belajar siswa sehingga dapat mempertimbangkan kembali terkait pemberian materi atau pembelajaran terkait kecerdasan emosional kepada seluruh siswa.

Yang menjadi karakteristik dalam penelitian ini adalah subjek penelitian yang digunakan adalah siswa yang aktif di bidang olahraga. Peneliti lain yang tertarik untuk meneliti topik yang sama dengan penelitian ini, dapat mempertimbangkan populasi lain yang memiliki karakteristik berbeda, sehingga dapat memperkaya hasil penelitian terkait variabel kecerdasan emosional dan motivasi belajar. Adapun keterbatasan dalam proses penelitian ini adalah pengkondisian responden ketika berlangsungnya proses pemberian materi psikoedukasi, dikarenakan beberapa siswa dari kelas khusus tersebut sedang tidak berada di sekolah. Sehingga jumlah responden yang diteliti tidak sesuai dengan jumlah aktual siswa di kelas khusus olahraga di SMP Negeri 2 Sidoarjo.

REFERENCES

- [1] F. A. Halawa and F. Fensi, "Pengaruh Kecerdasan Emosi, Lingkungan Sekolah Terhadap Motivasi Belajar Dan Dampaknya Terhadap Prestasi Belajar Siswa," *Jurnal Pengabdian dan Kewirausahaan*, vol. 4, no. 2, pp. 98–111, 2020, [Online]. Available: <https://journal.ubm.ac.id/index.php/pengabdian>-
- [2] W. K. Anam, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Motivasi Belajar," *Jurnal Dimar*, vol. 2, no. 1, pp. 94–108, Dec. 2020.
- [3] A. Z. Sarnoto and S. Romli, "Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) Dan Lingkungan Belajar Terhadap Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 3 Tangerang Selatan," *Jurnal Pendidikan Islam*, vol. 1, no. 1, 2019.
- [4] R. Nurlaeliah, T. Prasetyo, and W. Firmansyah, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Sekolah Dasar Gugus III Kecamatan Caringin," *Jurnal Penelitian & Artikel Pendidikan*, vol. 13, no. 1, pp. 2579–4965, Jun. 2021, [Online]. Available: <http://journal.ummg.ac.id/nju/index.php/edukasi>
- [5] H. F. Umniah, "Hubungan Motivasi Belajar Dengan Hasil Belajar Mata Pelajaran Akidah Akhlak Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah Ma'arif 1 Punggur Tahun Pelajaran 2018/2019," Skripsi, Institut Agama Islam Negeri Metro, Metro, 2018.
- [6] D. T. Santosa and T. Us, "Faktor-Faktor Penyebab Rendahnya Motivasi Belajar Dan Solusi Penanganan Pada Siswa Kelas XI Jurusan Teknik Sepeda Motor," *Jurnal Pendidikan Teknik Otomotif Edisi XIII*, no. 2, 2016.
- [7] Basri and F. Aldina, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa," *Jurnal Sains Riset (JSR)*, vol. 9, no. 3, 2019.
- [8] Alfonso, "Motivasi Belajar Peserta Didik Jenjang Pendidikan Dasar Daerah 3T Kabupaten Bengkayang Di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Pendidikan Informatika dan Sains*, vol. 10, no. 2, pp. 133–143, Dec. 2021, doi: 10.31571/saintek.v10i2.3379.
- [9] U. Lutfiyah, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar IPS Siswa Kelas V Di SDIT Insan Mulia Tangerang Selatan," Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2014.
- [10] A. Chandra, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi Konseling*, vol. 10, no. 1, 2017.
- [11] Juliana and Y. A. Rozali, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Pada Remaja," *Jurnal Psikologi*, Sep. 2017.

- [12] M. Safari and A. Hestaliana, "The Effect Of Emotional Intelligence On The Learning Achievement Of Inshafuddin Junior High School Students In Terms Of Gender," *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak*, vol. IV, no. 6, 2019.
- [13] A. M. Ibad, "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Motivasi Belajar Peserta Didik Kejar Paket C Di PKBM Al-Futuh Kecamatan Tikung Kabupaten Lamongan," *Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, vol. 1, no. 1, pp. 0–151, 2017.
- [14] N. Anugra, S. B. Thalib, and F. Daud, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Dan Hasil Belajar Biologi Siswa IPA MAN Di Kota Makasar," *Prosiding Seminar Nasional Biologi dan Pembelajarannya*, pp. 545–550, 2018, Accessed: Feb. 08, 2024. [Online]. Available: <https://ojs.unm.ac.id/semnasbio/article/view/7188/4166>
- [15] Risdianti and Duryati, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Siswa Yang Bersekolah Tatap Muka Pada Masa Pandemi Covid-19," *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, vol. 9, no. 2, pp. 502–510, 2022, doi: 10.31604/jips.v9i2.2022.502-510.
- [16] N. M. O. Pristiwati, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosional Siswa Pada Pembelajaran Seni Tari Di SDN Debong Lor Kota Tegal," Skripsi, Universitas Negeri Semarang, Semarang, 2017.
- [17] B. Laia, "Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Motivasi Belajar IPS Terpadu Siswa SMP Negeri 2 Amandraya," *Jurnal Education and Development*, vol. 9, no. 2, pp. 511–516, 2021.
- [18] Nuraisyiah, Nurjannah, and A. Rijal, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Siswa Program Keahlian Akuntansi," *Jurnal Kajian, Penelitian dan Pengembangan Kependidikan*, vol. 13, no. 2, pp. 218–225, Sep. 2022, doi: DOI: 10.31764.
- [19] F. A. Sidik, E. I. Febriandari, and A. Setiawan, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Matematika Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Ngulankulon," *Jurnal Bidayatuna*, vol. 3, no. 2, Sep. 2020, [Online]. Available: <http://www.ejournal.iaisyarifuddin.ac.id/index.php/bidayatuna/article/view/3>
- [20] T. D. Hastjarjo, "Rancangan Eksperimen-Kuasi," *Buletin Psikologi*, vol. 27, no. 2, p. 187, Dec. 2019, doi: 10.22146/buletinpsikologi.38619.
- [21] H. Hasbahuddin and R. Rosmawati, "Implementasi Teknik Pengelolaan Diri Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa," *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, vol. 1, no. 1, Oct. 2019, doi: 10.31960/konseling.v1i1.325.

- [22] A. Purwanto, "Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa Di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Grogol Sukoharjo," Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Surakarta, 2022. Accessed: Feb. 08, 2024. [Online]. Available: https://eprints.iain-surakarta.ac.id/3305/1/ADI%20PURWANTO_171221111_SKRIPSI.pdf
- [23] H. Retnawati, "Teknik Pengambilan Sampel," Yogyakarta.
- [24] lu'lu Ailiyazzahro, "Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Akademik Musyrif-Musyrifah Pusat Ma'had Al-Jami'ah," Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Malang, 2016.
- [25] M. F. Faizi, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Motivasi Belajar Matematika Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Islam Babussalam Kecamatan Durenan Kabupaten Trenggalek Tahun Ajaran 2017/2018," *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, vol. 3, no. 2, Dec. 2018.
- [26] S. Rahmah Nusa Fitria, I. Mariana Harahap, and S. Agustina, "Kecerdasan Emosional Pada Anak Usia Remaja," *JIM FKep*, vol. VI, no. 4, 2022.